

LA NEUROLOGÍA: OBJETIVOS Y PROGRESOS EN BASE A LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEUROLOGÍA

*Dr. José Miguel Láinez Andrés,
Presidente de la Sociedad Española de Neurología*

RESUMEN

La *Neurología* es la especialidad médica que estudia la estructura, función y desarrollo del sistema nervioso (central, periférico y autónomo) y muscular en estado normal y patológico, utilizando todas las técnicas clínicas e instrumentales de estudio, diagnóstico y tratamiento. La Neurología se ocupa de forma integral de la asistencia médica al enfermo neurológico, de la docencia en todas las materias que afectan al sistema nervioso y de la investigación, tanto clínica como básica, dentro de su ámbito. En este artículo se pasa revista a los objetivos y progresos de esta disciplina así como a la Sociedad Española de Neurología.

1. LAS ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS

La patología neurológica comprende el conjunto de enfermedades que afectan al sistema nervioso central (el cerebro y la medula espinal) y el sistema nervioso periférico (los músculos y los nervios). Las enfermedades más frecuentes y conocidas por la población son la migraña, la demencia (la enfermedad de Alzheimer, la demencia vascular y otras formas de demencia), el ictus (el infarto y la hemorragia cerebral), la epilepsia, la enfermedad de Parkinson, la esclerosis múltiple y los traumatismos craneoencefálicos. También forman parte de este grupo otras enfermedades degenerativas y neuromusculares (la esclerosis lateral amiotrófica, las distrofias musculares, las distonías, las neuropatías, las miopatías, etc.) aunque son menos habituales.

Constituyen un conjunto de enfermedades muy frecuentes que afectan tanto a las personas jóvenes (algunas enfermedades como la migraña o la esclerosis múltiple son más frecuentes en población joven) y otras como el ictus o las enfermedades neurodegenerativas que sueñen afectar a personas con edad avanzada. Además, pueden llegar a mermar de forma muy grave muchas de nuestras capacidades (el movimiento, la memoria y el pensamiento, el lenguaje, etc.) por lo que sus consecuencias llegan a impedir a muchos de los enfermos realizar incluso las actividades más básicas de la vida diaria: ocasionan muy frecuentemente discapacidad y dependencia.

Las enfermedades neurológicas afectan a más de 7 millones de personas en nuestro país, lo que supone que afectan a un 16% de la población, y además se encuentran entre las principales causas de discapacidad o mortalidad: enfermedades neurológicas como el ictus, las demencias, las cefaleas, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la esclerosis lateral amiotrófica, por citar algunas de ellas, lideran los rankings de incidencia, mortalidad y/o discapacidad en España. El ictus, por ejemplo, es la segunda causa de mortalidad en España (la primera en las mujeres); 9 de las 15 enfermedades más frecuentes entre las personas que tienen reconocida una discapacidad en España son neurológicas (ictus, Alzheimer, Parkinson, ELA,...); y la migraña, además, es según la OMS la segunda enfermedad (después de las caries) más frecuente de la humanidad y la que produce más discapacidad en personas jóvenes.

Me gustaría describir brevemente las enfermedades más importantes:

La demencia y los trastornos cognitivos. La demencia es una enfermedad degenerativa que ocasiona trastornos graves de memoria y pérdida de capacidades intelectuales, con olvidos, desorientación temporal y espacial, alteraciones del comportamiento y del lenguaje, que va interfiriendo progresivamente en las actividades cotidianas del paciente hasta hacerle completamente dependiente. La enfermedad es progresiva y en un tiempo variable ocasiona la muerte del paciente. La mayor parte de las demencias son debidas a la enfermedad de Alzheimer pero también puede aparecer como secuela de una enfermedad cerebrovascular, la llamada demencia vascular, que es la segunda causa más frecuente de demencia y a veces se combina con la enfermedad de Alzheimer. Además, otras enfermedades degenerativas del sistema nervioso pueden presentar, a lo largo de su evolución, una demencia.

La enfermedad cerebrovascular. Las enfermedades cerebrovasculares más importantes son el ataque isquémico transitorio, el ictus y la demencia vascular. El ictus es la aparición de un déficit neurológico producido por un infarto o una hemorragia cerebral. Los síntomas pueden ser variados (pérdida de fuerza o de sensibilidad, dificultades en el lenguaje, la marcha o la visión, etc.) y es muy importante su reconocimiento precoz para acudir rápidamente a un centro hospitalario. Las causas más frecuentes de los ictus están relacionadas con los factores de riesgo vascular (la hipertensión arterial, la diabetes, la hipercolesterolemia, el tabaquismo, cardiopatía u obesidad). Todos ellos son factores controlables por lo que esta enfermedad es prevenible. Por otra parte, en los últimos años, tratamientos como la trombólisis y el manejo en las Unidades de Ictus han demostrado que pueden salvar la vida o evitar las secuelas graves. En ambos casos, el paciente ha de ser tratado de forma urgente por el neurólogo y en un medio hospitalario con los medios adecuados. El ictus es una enfermedad más frecuente en pacientes mayores de 65 años, pero también puede afectar a jóvenes o incluso niños. Es la segunda causa de muerte en los españoles y la primera causa de muerte entre las mujeres (cuando se consideran las enfermedades específicas).

La enfermedad de Parkinson. La enfermedad de Parkinson es otra de las enfermedades neurológicas más discapacitantes. Los pacientes presentan temblor y grandes dificultades para moverse: desde caminar hasta vestirse o girar en la cama. Es una enfermedad degenerativa, que puede terminar ocasionando la práctica inmovilidad del paciente. Hoy en día, se disponen de múltiples tratamientos con fármacos que ayudan mucho al control de los síntomas de la enfermedad y también el tratamiento quirúrgico ofrece ya beneficios muy importantes en los pacientes.

La migraña. La migraña es una enfermedad episódica. Se presenta en forma de crisis o ataques (la mayoría de los pacientes tienen entre 1 y 4 crisis al mes) que duran entre pocas horas hasta 2-3 días. Es un tipo común de dolor de cabeza que puede ocurrir con síntomas como náuseas, vómitos o sensibilidad a la luz. En muchas personas, se siente un dolor pulsátil únicamente en un lado de la cabeza. Algunas personas que padecen migrañas tienen síntomas previos al dolor, llamados aura. Las más frecuentes son alteraciones de la visión (puntos brillantes, pérdida de una parte del campo visual...) pero pueden aparecer otros como hormigueos en una mitad corporal e incluso pérdida de fuerza o alteraciones del lenguaje. La migraña es una enfermedad muy frecuente. Aproximadamente afecta al 16% de las mujeres y al 8% de los hombres. En algunos casos se puede cronificar, cuando el paciente presenta dolor más de 165 días al año, y ve muy afectada su calidad de vida.

La epilepsia. La epilepsia es otra de las enfermedades neurológicas comunes. Consiste en la aparición repetida de ataques epilépticos que pueden ser de distinto tipo. Puede aparecer en cualquier momento de la vida, pero se inicia con más frecuencia en los extremos de la vida. Su causa puede ser idiopática, debida a alguna alteración cerebral (las malformaciones, alteraciones congénitas) y otras veces resulta ser una secuela o acompañante de alguna otra enfermedad neurológica (por ejemplo, el ictus, los traumatismos craneoencefálicos o la demencia). Actualmente, se dispone de múltiples

fármacos que resultan muy eficaces para controlar los ataques, pero un pequeño porcentaje de pacientes resulta resistente a los mismos y puede necesitar cirugía. La epilepsia, además, puede afectar de forma muy importante a algunos aspectos concretos de la vida cotidiana: conducir, practicar determinados deportes o incluso algunas actividades laborales, están, a veces, seriamente limitadas, en estrecha relación con la gravedad de la enfermedad.

La esclerosis múltiple. La esclerosis múltiple es una enfermedad en la que la mielina del sistema nervioso central se daña en brotes sucesivos y va produciendo síntomas variados (pérdida de fuerza o de sensibilidad, pérdida de visión y descoordinación, incontinencia urinaria o pérdidas de visión) y a veces secuelas. Afecta muy especialmente a pacientes jóvenes a partir de los 20 años. Se llama “esclerosis” porque como resultado de la enfermedad se forma un tejido parecido a una cicatriz (“escleroso”) en ciertas áreas del cerebro y de la médula espinal. Se llama “múltiple” porque varias áreas del cerebro y de la médula espinal están afectadas.

Las enfermedades neuromusculares. Bajo este término se incluyen gran variedad de enfermedades, algunas de ellas de muy escasa frecuencia, lo que dificulta la realización de estudios completos sobre este grupo de enfermedades. Algunas de ellas, sin embargo, pueden llegar a ser bastante conocidas por la población general: la esclerosis lateral amiotrófica (ELA), atrofas espinales, distrofias musculares o la miastenia gravis.

Los traumatismos craneoencefálicos. Un traumatismo craneoencefálico (TCE) es la lesión cerebral ocurrida como consecuencia de una fuerza externa. Sus causas son variadas (accidentes de tráfico, accidentes laborales, caídas accidentales, etc.) pero afectan especialmente a personas jóvenes y edad laboral, ocasionando graves interferencias, no sólo en la vida familiar sino también la personal y familiar. Las secuelas pueden afectar a cualquiera de las funciones cerebrales: motoras, sensitivas, cognitivas, de conducta.

2. LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEUROLOGÍA (SEN)

Se constituyó el 18 de abril de 1949 y contó en su fundación con un total de 36 personalidades del mundo de la neurología, neuropsiquiatría, neurocirugía y otras especialidades relacionadas o fronterizas, hecho este que sirvió de impulso positivo para afianzar la presencia de la Sociedad tanto en el ámbito científico español como internacional.

La SEN tiene, en la actualidad, 3784 miembros, entre los que se incluyen la gran mayoría de los neurólogos españoles y otros profesionales sanitarios interesados en la neurología. Contamos con 19 Grupos de Estudio de las diferentes subespecialidades neurológicas.

Los principales objetivos de la SEN son:

- Promocionar y fomentar el progreso de la Neurología, divulgando e impulsando los conocimientos de la especialidad y sus principios.
- Fomentar la interacción entre los profesionales de la especialidad médica neurológica y todos los sectores de la sociedad que con ésta puedan estar relacionados, así como la colaboración y la cooperación entre ellos para el fomento, el desarrollo, el estudio y el conocimiento científico y práctico de la especialidad
- Representar los intereses de sus miembros en el marco de las Leyes y ante los organismos de las Administraciones Públicas, Sanitarias y Docentes, y otros órganos o entidades nacionales e internacionales, públicos o privados.

Sus principales actividades son:

- Organizar una reunión científica anual, así como cualquier otra actividad de carácter científico médico y científico cultural, tales como congresos, sesiones, reuniones, debates, foros, simposios y otras actividades científicas.
- Acordar la concesión de premios, becas y ayudas a la docencia e investigación científicas en el campo de la Neurología o ámbitos relacionados directa o indirectamente con la misma y promover proyectos de investigación.
- Editar, publicar, producir y/o distribuir publicaciones relacionadas directa o indirectamente con la especialidad médica de la Neurología, de cualquier tipo y en cualquier medio o soporte; encargar, redactar y divulgar informes y guías diagnósticas y terapéuticas.

En este año celebraremos nuestra 74ª Reunión Anual. En la misma se reúnen durante cinco días más de 3500 profesionales de las diferentes disciplinas de las neurociencias y se presentan los últimos avances en el manejo e investigación de las enfermedades neurológicas.

Entre los recursos formativos destacaría Escuela SEN, que es nuestra plataforma *online* de formación continuada.

Y respecto a nuestras publicaciones, en 1986 se fundó la revista propia de la SEN, con el título: *Neurología, publicación oficial de la Sociedad Española de Neurología*, con contribuciones científicas en el campo de la neurología clínica y experimental. En 2020, la publicación ha tenido un factor de impacto de 3,109. Y desde 2021 contamos con una nueva publicación: *Neurology Perspectives*, revista científica de acceso abierto de la SEN.

La SEN es miembro de la World Federation of Neurology (WFN), de la European Academy of Neurology (EAN) y de la Union Européene des Médecines Spécialistes (UEMS). Y mantiene coloraciones continuas con múltiples sociedades neurológicas, especialmente con las sociedades de Latinoamérica.

Otro de los aspectos prioritarios en nuestra labor es conseguir que la población tenga una información adecuada de cómo funciona el cerebro, cuáles son las enfermedades neurológicas y cómo podemos prevenirlas. Nuestra Fundación del Cerebro tiene como objetivos la promoción de la conciencia social sobre enfermedades neurológicas; procurar información útil y de actualidad a pacientes, familiares y profesionales sanitarios no neurólogos sobre aspectos sanitarios, sociales, profesionales y familiares; promover acciones encaminadas a la prevención de las enfermedades neurológicas; impulsar programas que puedan suponer una mejora en la evolución y la calidad de vida de los pacientes con enfermedades neurológicas y de sus familias; fomentar los programas asistenciales de tratamiento integral de enfermedades neurológicas y promover la integración social de los pacientes. Realizamos una actividad continua de información y colaboramos de forma activa con las Asociaciones de Pacientes. Anualmente celebramos la Semana del Cerebro para intentar conseguir llevar esta información a toda la sociedad.

3. AVANCES EN NEUROLOGÍA

En nuestra especialidad, en las últimas décadas, se han producido avances muy significativos en el diagnóstico, el conocimiento y el tratamiento de las enfermedades neurológicas. En la actualidad, mediante la resonancia magnética y otras técnicas de imagen funcional como el PET, no solo somos capaces de ver la estructura del cerebro con resolución milimétrica, sino que somos capaces de ver cómo funciona cuando realiza una tarea concreta e incluso disponemos de marcadores que nos permiten diagnosticar el Alzheimer varios años de su debut clínico. Los avances en las “ómicas” (genómica, proteómica, metabolómica, epigenómica) nos han permitido no sólo conocer la causa de muchas enfermedades de origen genético, sino también conocer los mecanismos íntimos de muchas enfermedades y buscar terapias específicas.

En la parcela terapéutica, la Neurología ha pasado de ser una especialidad que realizaba diagnósticos brillantes sin ofrecer (en muchos casos) una alternativa terapéutica, a ser una disciplina que ofrece excelentes alternativas de tratamiento en la mayoría de las patologías. El ejemplo más paradigmático es la atención al ictus, donde hemos pasado de realizar cuidados para evitar complicaciones a ser capaces de eliminar el trombo mediante fibrinólisis o trombectomía mecánica y con ello evitar en muchos casos las graves secuelas del infarto cerebral. Pero ha habido avances muy sustanciales en todas las disciplinas de la Neurología. En enfermedades invalidantes, como por ejemplo el Parkinson, ya somos capaces de controlarlas farmacológicamente durante muchos años e incluso podemos utilizar la cirugía o terapias de infusión en casos avanzados. Los nuevos fármacos antiepilépticos permiten obtener un buen control de las crisis con mucha mejor tolerancia y también hemos progresado en el manejo quirúrgico de los casos en que esta opción es la indicada. El abanico de fármacos disponibles para tratar la esclerosis múltiple es amplísimo y ha incorporado muchos biológicos que permiten reducir la progresión de la enfermedad y la discapacidad en este grupo de pacientes. Los biológicos también se han incorporado a áreas como la migraña, en la que ha habido avances significativos tanto en la farmacoterapia preventiva como en la que utilizamos para el manejo de las crisis. La introducción de la terapia génica en el tratamiento de la atrofia muscular espinal ha supuesto un cambio de paradigma en el manejo de esta patología y estamos seguros que en breve plazo será factible para otras enfermedades neuromusculares. En la demencia de tipo Alzheimer ya se ha aprobado por parte de la FDA el primer fármaco que actúa sobre la base patológica de la enfermedad y es previsible que en un breve período se incorporen otros similares. En los próximos años es también esperable que dispongamos de tecnologías que nos permitan “comunicarnos” con el cerebro y resolver problemas que en la actualidad todavía no somos capaces de solventar.

No obstante, nuestro objetivo prioritario es prevenir la aparición de las enfermedades neurológicas y sabemos que hasta un 80% de los casos de ictus, o más del 40% de los casos de Alzheimer, se podrían evitar si prescindiésemos de realizar prácticas perjudiciales para nuestro cerebro y si lleváramos a cabo hábitos cerebros saludables.

4. CONCLUSIONES Y CONSEJOS

En base a lo anterior, desearía terminar este artículo dando siete consejos para mantener un cerebro sano:

- Realizar actividades que estimulen la actividad cerebral y te mantengan mentalmente activo como leer, escribir, memorizar números de teléfono, participar en juegos de mesa, realizar actividades manuales, completar crucigramas, aprender y practicar un nuevo idioma, etc.
- Ejercitar algún tipo de actividad física de forma regular, bien sea mediante la práctica de un deporte o realizando uno o dos paseos diarios de al menos 30 minutos.
- Potenciar las relaciones sociales y afectivas evitando la incomunicación, el aislamiento social y el estrés.
- Realizar una dieta equilibrada, evitando el exceso de grasas animales y de sal y potenciando el consumo de frutas y verduras.
- Llevar hábitos de vida saludables sin consumo de alcohol, tabaco y drogas y dormir 8 horas diarias.
- Controlar la hipertensión, dado que es el principal factor de riesgo de enfermedades cerebrovasculares como el ictus.

- Proteger el cerebro contra las agresiones físicas del exterior mediante la utilización sistemática del cinturón de seguridad en los vehículos y del casco cuando se viaja en moto.