

Sociedad

**Jaume Sastre-Garriga: «Los médicos damos buenas noticias cada vez más, lo toco con mis propias manos»**

Matías Vallés  
2 November 2024  
Diario de Ibiza  
© Diario de Ibiza

Entrevista | Jaume Sastre-Garriga Neurólogo en Vall d'Hebron, director del 'Multiple Sclerosis Journal'

Jaume Sastre-Garriga: «Los médicos damos buenas noticias cada vez más, lo toco con mis propias manos»

Jaume Sastre-Garriga (Palma, 1971) es adjunto de Neurología en el barcelonés Vall d'Hebron, con más de 250 artículos publicados sobre la esclerosis múltiple. Realizó su tesis en Londres, a partir de enero dirigirá la puntera revista 'Multiple Sclerosis Journal'



¿Ser médico consiste en dar malas noticias?

Se dan algunas malas noticias, pero damos buenas noticias cada vez más, lo estamos viviendo todos los médicos en ejercicio. No he necesitado aprenderlo en estadísticas, lo he tocado con mis propias manos en mi especialidad y en otras.

¿Se podrían suprimir conceptos como Parkinson o Alzheimer, para hablar simplemente de envejecimiento?

No se pueden suprimir, pero estas enfermedades se montan encima del envejecimiento. Nuestro cuerpo se hace cada vez más frágil frente a ellas. Su frecuencia aumenta mucho con la edad, pero no equivalen a envejecer aunque la relación sea íntima.

Se nos predica que, con la edad suficiente, acabaríamos padeciendo todas las enfermedades.

Nuestro cuerpo está programado para un límite, al que no solemos llegar porque siempre encontramos una piedra en el camino. Si elimináramos las piedras, el envejecimiento sería responsable, pero habitualmente no le damos tiempo. Las patologías interfieren, pero las podremos frenar un día u otro. ¿Puede haber un futuro sin Alzheimer, sin **esclerosis** múltiple, sin Parkinson? Sí.

¿Cómo se distingue la **esclerosis** múltiple de las otras?

La **esclerosis** múltiple es una patología autoinmune como la artritis reumatoide. Su diana es el sistema nervioso central, que se ve atacado por el sistema inmune del propio paciente. En la **esclerosis** lateral amiotrófica o ELA, el problema primario es del sistema nervioso central, por degeneración de sus partes. En la múltiple, que es la mía, también puede acabar degenerando, pero por un ataque desde el propio cuerpo. Es como si la policía se volviera corrupta y en lugar de protegernos, se pusiera a golpear una parte de nuestro tejido.

¿La **esclerosis** múltiple es una enfermedad crónica?

Es una enfermedad crónica. Hoy en día no tenemos ninguna manera de curarla, lo que podemos hacer es minimizar, tranquilizar, introducir remisiones y luchar contra los efectos adversos, pero no la podemos eliminar.

¿Es mortal?

No, por sí misma no es mortal, pero fragiliza nuestro cuerpo de modo que puede llevar a la muerte por una neumonía, por una infección... Las perspectivas son muy buenas desde los últimos treinta años, en que hemos pasado prácticamente de no tener tratamiento a disponer de una gran lista, para cambiar si alguno provoca efectos adversos. Cada vez tenemos fármacos más eficaces y potentes, con mejores estrategias para minimizar riesgos. Diagnosticamos la enfermedad más cerca de su principio, y mejoran las expectativas. Me gusta la metáfora de la llama en una enfermedad inflamatoria, y no es lo mismo que dispongas de una manguerita cuando ya se ha quemado una hectárea, o que a la primera chispa puedas soltarle diez toneladas de agua.

¿Ya estamos de acuerdo en que la mente no existe?

La mente existe pero no está en la glándula pineal como dijo Descartes, ni en el diafragma como sostenían los griegos. Es un producto de nuestro cerebro, de las redes neuronales y de toda la actividad que mantenemos mientras estamos vivos.

¿Habla de «producto» porque la mente es algo concreto, tiene una entidad?

Si por la mente me estás hablando de la consciencia, es una creación de nuestras redes neuronales. Ahora bien, en absoluto tiene un lugar concreto, el yo o el alma no están localizados. Los procesos cognitivos funcionan en red. Otra cosa es que en cuestiones tan específicas como mover el dedo meñique de la mano derecha, conozcamos a las neuronas más responsables de enviar la señal. Ahora bien, cuando me planteo hacer el movimiento, surge la red.

¿Y estamos de acuerdo en que el cerebro nunca podrá entender al cerebro?

El cerebro nunca duele. Cuando tienes migraña, te duelen los vasos sanguíneos cerebrales. Nuestro cerebro es el único que puede intentar comprenderse a sí mismo. La consciencia te permite examinar la relación que tienes con el exterior y con el pasado.

¿Qué ha hecho la covid con nuestras neuronas?

La covid ha sido un experimento a escala mundial bastante importante. Puede provocar enfermedades inflamatorias del sistema nervioso central, aunque es infrecuente. Hemos aprendido también sobre el impacto de las vacunas en estas patologías inflamatorias. Existe, pero es mínimo y nunca, nunca hemos de dejar de vacunar en una situación en que ha sido absolutamente necesario. Esto es un hecho inamovible. Nos ha enseñado además que los virus pueden inducir muchas respuestas del sistema nervioso, con el gran debate de la covid de larga duración.

¿Resolver crucigramas sirve para prevenir las enfermedades neurológicas?

Esto es importantísimo. El concepto actual de reserva cerebral es tan sencillo que parece increíble. Las persona con reserva estructural, con la cabeza más grande por decirlo directamente, con un perímetro craneal más alto, tienen menos riesgo de padecer Alzheimer clínico, de sufrir los síntomas cuando lo tienen. Esto no puedo cambiarlo, no puedo venir y agrandarte la cabeza, aunque los jíbaros te la podían reducir. Pero hay otra reserva, la funcional. Las personas con mayor nivel de estudios, con ocupaciones que requieren un esfuerzo intelectual, también gozan de una protección frente a los síntomas. Padecerán la enfermedad, pero el mismo grado no les provocará síntomas frente a otras personas sin estos parámetros. Por tanto, hacer crucigramas, sudokus, leer, todo lo que sea ocio enriquecedor intelectualmente es protector.

Quería plantearle el contraejemplo de sabios como Cioran o Beckett, que perdieron la cabeza.

Las actividades intelectuales no protegen contra la enfermedad, sino contra los síntomas. En otras circunstancias, Cioran y Beckett hubieran desarrollado los síntomas cinco años antes. Por tanto, a los sabios siempre puedes disfrutarlos un rato más que a quienes no lo son.

¿Qué sentido tiene el diagnóstico precoz de una enfermedad incurable?

Si es una enfermedad incurable y en la que tampoco se puede hacer nada para alterar su curso, estoy totalmente de acuerdo en que es una decisión de la persona. Si es una enfermedad incurable con un componente genético y que puede ser transmisible, uno ha de planificar si desea tener descendencia, y aquí también el diagnóstico tiene importancia. Si no es curable pero podemos hacer muchas cosas para aminorar el impacto, el diagnóstico precoz es fundamental. Puedo evitar muchos problemas si empiezo a tratarla a tiempo. Así ocurre en la **esclerosis** múltiple.

¿Cuál es hoy el Santo Grial de la neurología?

Tener fármacos para los procesos de neurodegeneración específica asociados a enfermedades como Alzheimer, Parkinson, **esclerosis** múltiple o ELA. Somos incapaces de detener este proceso. Y tampoco disponemos de medicinas capaces de revertir el mal, hoy son una unmet need, una necesidad no cubierta porque con dificultades estamos en mecanismos de neuroprotección. No podemos frenar el deterioro de la neurona ni recuperarla cuando la hemos perdido. Es mi campo de trabajo.

¿La frontera entre la Neurología y la Psiquiatría es insalvable?

Es como la frontera entre barberos y peluqueros, a veces innecesaria. El órgano central de las enfermedades es el mismo, el cerebro, pero las manifestaciones son diferentes aunque muchas patologías afectan a ambos campos y algunas debutan en su aspecto psiquiátrico aunque son neurológicas.

¿Aquel jugador de baloncesto del San Agustín de Palma se imaginaba este presente?

No se lo imaginaba, cuando fallaba tiros libres como si fuera una escopeta de feria. Y el médico que empezó a trabajar hace casi treinta años tampoco se imaginaba los avances que ha vivido. Hay un antes y un después para las personas afectadas por la **esclerosis** múltiple. Que siga así, y que el tiro entre finalmente.

¿Cuando lee piensa en el proceso neuronal de la lectura?

Intento mantener siempre una visión externa de lo que estoy haciendo, pero cuando como no pienso en el proceso mental de la gustación. Me gusta el espíritu un poco fenomenológico de la experiencia y de la interfaz entre la voluntad y el hecho, pero me despistaría de lo que leo. Con Heidegger, Husserl o Sartre, sí que se te despierta ese «¿qué estoy haciendo ahora mismo?», el dasein.

¿Una sola Inteligencia Artificial podrá suplir a todos los médicos?

Los médicos que utilicen la Inteligencia Artificial suplirán a los que no la utilicen, que cometerán muchos más errores. En la República de Weimar se organizaban manifestaciones porque la gente estaba asustada por las salas de cine. La IA será solo una herramienta, como la fusión nuclear. Siempre se necesitará una persona que valide y una capacidad de anular estas decisiones de la máquina, no puede decidir por sí misma que le pone al enfermo una inyección de lo que sea.

¿Odia a los pacientes que llegan a la consulta con la Wikipedia leída?

No, al revés. Si queremos dar información a las personas y ser transparentes, como es nuestra obligación, necesitamos que estén educadas para entenderlo. Empanada mental, no, la Wikipedia leída, no sé, pero los pacientes han de ser expertos en sus enfermedades desde el momento del diagnóstico. Hemos de educar a las personas en el proceso, y es mejor que lo haga otro paciente externo, peer to peer.

¿El médico concentrado en la investigación puede descuidar al paciente?

No debería suceder, y está demostrado que los hospitales más centrados en la investigación, también tienen mejores resultados en salud. No es una opinión, es ciencia. Cuanto más conoces la enfermedad y la tienes más a mano, mejor atiendes al paciente, una verdad aplicable a médicos y cirujanos sin colocar por encima a los investigadores.

¿Por qué se concentró usted en una sola enfermedad?

Porque actualmente es la mejor manera de profundizar en la terapia, porque quería dedicarme a la investigación y porque el noventa por ciento de servicios de Neurología de hospitales de cierto volumen están divididos por subespecialidades. El neurólogo general es necesario, pero también una figura un poco residual en grandes centros.

¿Qué piensa el ornitólogo aficionado de la coordinación de los pájaros?

La identificación de los pájaros se parece al diagnóstico diferencial de las enfermedades, por qué es este y no otro. Además, tienen un sistema nervioso que en algunos aspectos está por encima del nuestro. Cuando ves que se mueve todo el cuerpo del xoriguer y la cabeza sigue inmóvil, no sé qué vías le dan una opción que entre nosotros solo poseía Michael Jackson.

¿El cuerpo es todo lo que tenemos y siempre acaba traicionándonos?

Traicionando, no, está escrito. Punset decía que «no está demostrado que me tenga que morir», pero todos los seres humanos que han vivido hasta ahora han muerto, incluidos los mallorquines.

¿Siente un escalofrío cuando escucha la palabra Dios ligada al cerebro?

La necesidad de espiritualidad es una parte importante de nuestra respuesta fisiológica, por lo que siento respeto por todas sus manifestaciones. Es como la hambre o el frío, algunos son más frioleros que otros, hay quien se somete a ayunos intermitentes. En lo espiritual, unos leen a Kierkegaard y otros van a misa.