

Guttmann Barcelona, salud cerebral y neurorrehabilitación



Eulàlia Solís
Neuropsicóloga
Institut Guttmann

Mens sana in corpore sano.

De entrada, suena a frase fácil y repetidamente utilizada, pero no por ello menos interesante. Esta frase se atribuye a Décimo Junio Juvenal, un poeta romano del siglo I d. C., y significa: 'cuidar la mente es cuidar el cuerpo y viceversa'.

No existen muchas fisuras en esta afirmación y la ciencia ha podido demostrar la veracidad de este constructo. Incluso todos nosotros lo hemos podido experimentar en pequeñas dosis. Algunos ejemplos: con fiebre, nuestro rendimiento cognitivo baja, o cuando estamos estresados, padecemos dolores estomacales o de cabeza.

El dualismo entre mente y cerebro es una cuestión a debate desde hace siglos. Descartes, en el siglo XVII, ya filosofaba sobre este dilema. Siglos más tarde y con miles de páginas escritas sobre esta cuestión, no parece existir un acuerdo universal acerca de ello. Pero está claro que las barreras entre lo psiquiátrico y lo neurológico, entre lo psi-

cológico y lo físico, lo orgánico y lo funcional, son cada vez más difusas.

¿Qué es entonces la salud cerebral? ¿Qué relación tiene esta con nuestra salud mental? ¿Y con nuestros procesos neuronales? ¿Y con nuestra salud física?

Sin duda, preguntas que generan un debate interesante, una puerta para poder plantear hacia dónde deben ir los futuros manuales diagnósticos y la aplicación de la neurociencia en los tratamientos.

Mientras tanto, la evidencia científica nos indica que la mejor atención pasa por un abordaje multidisciplinario que



“¿Qué es entonces la salud cerebral? ¿Qué relación tiene esta con nuestra salud mental? ¿Y con nuestros procesos neuronales? ¿Y con nuestra salud física?”

incluya profesionales de la psiquiatría, la neurología, la rehabilitación, la psicología y los conocimientos de la neurociencia.

Actualmente, en Guttman Barcelona contamos con un equipo multidisciplinario capaz de poder aunar todos estos conocimientos, lo que supone una gran oportunidad y un estimulante reto

que nos permite ofrecer una atención tanto diagnóstica como terapéutica que vaya encaminada a mejorar la salud cerebral, mental, neurológica, psicológica y por ende física de las personas.

Un cerebro para toda la vida

El sistema nervioso central se origina en los primeros momentos de la gestación y no acaba de formarse y madurar hasta pasada la adolescencia. Durante la vida adulta y con el paso del tiempo, nuestro sistema nervioso se oxidará y envejecerá. Uno de los objetivos de la intervención es poder tener el funcionamiento óptimo en cada



momento vital. El reto es poder dar la mejor atención, especializada e individualizada, tanto a un bebé de ocho meses como a una persona de 86 años.

El maravilloso proceso del neurodesarrollo

Los últimos estudios sitúan alrededor del 15 % la prevalencia de los trastornos del neurodesarrollo en la población infantil. Estos datos parecen incrementarse año tras año, sobre todo en trastornos específicos como el del espectro del autismo. Se constata que, desde el nacimiento, ya pueden observarse las primeras necesidades. Conforman uno de los retos de cualquier sociedad, en los ámbitos social, sanitario y educativo. Por ello, es de vital importancia disponer de equipos especializados, tanto en la detección y el diagnóstico como en la intervención.

Actualmente, en Guttman Barcelona atendemos a población infantil que presenta algún tipo de dificultad en el desarrollo neurológico. Los motivos de consulta son varios: trastorno del espectro del autismo, dificultades de los aprendizajes, desarrollo del lenguaje o déficit de atención. Las familias buscan tanto una respuesta en forma de diagnóstico como herramientas específicas para afrontar los retos diarios.

Por ello, y dirigidos a dar la mejor atención posible, contamos con un equipo de profesionales: neuropsicólogos, psicólogos y logopedas especializados en el diagnóstico neuropsicológico infantil y en los métodos que han mostrado ser más eficaces (Hanan, Teacch, Denver, PECS, etc.).

Anteriormente existía un infradiagnóstico de estas dificultades, y hoy se confirma que estos trastornos del neurodesarrollo persisten en la edad adulta. En la actualidad, muchos adultos reconocen algunos de los síntomas y precisan un proceso de diagnóstico e intervención. En los últimos años,

“En Guttman Barcelona, atendemos a población infantil que presenta algún tipo de dificultad en el desarrollo neurológico. Los motivos de consulta son varios: trastorno del espectro del autismo, dificultades de los aprendizajes, desarrollo del lenguaje o déficit de atención. Las familias buscan tanto una respuesta en forma de diagnóstico como herramientas específicas para afrontar los retos diarios.”

han aumentado las demandas de personas adultas que solicitan un diagnóstico por la presencia de un trastorno por déficit de atención o de un trastorno del espectro del autismo. Aquí cobra especial importancia disponer de profesionales altamente capacitados que puedan realizar un diagnóstico diferencial entre un posible trastorno del desarrollo neurológico o un trastorno del estado de ánimo o de personalidad.

Para realizar un buen diagnóstico diferencial, las herramientas diagnósticas como los test neuropsicológicos y psicológicos son indispensables, pero las habilidades clínicas del profesional para interpretar estos resultados, junto con la observación y detección de la sintomatología presente, son imprescindibles.

Cuando el cerebro se daña

Este año la Unidad de Neuropsicología del Institut Guttmann cumple 40 años y su abordaje multidisciplinario en las lesiones cerebrales adquiridas es un referente en el ámbito de la neurorrehabilitación. Es, por tanto,

nuestra esencia de trabajo, como equipo de neuropsicología basado en un sólido marco teórico y un largo bagaje práctico.

El modelo de intervención holístico tiene su origen en el hospital, momento agudo que requiere de unas intervenciones específicas tanto para el paciente como para la familia. En el momento del alta hospitalaria, de la vuelta a casa y de enfrentarse a los retos del día a día, cobran mayor importancia las intervenciones más ecológicas, destinadas a dotar de recursos y estrategias al paciente y a la familia para afrontar las dificultades cognitivas, conductuales y emocionales secundarias al daño cerebral.

Ofrecemos intervenciones individualizadas y con un enfoque ecológico en las que se abordan aspectos como: el funcionamiento ejecutivo de la vida diaria, la mejora en la conciencia de las dificultades presentes, las relaciones interpersonales y la gestión de las emociones. Contamos, además, con tratamientos grupales, como pueden ser el grupo de ayuda mutua y el de habilidades sociales destinado tanto a los pacientes como a sus familias.

morganM
VERSUS

LA MEJOR DE SU CLASE EN
RENDIMIENTO INTERIOR-EXTERIOR

karma
A Better Wheelchair, A Better Fit

El arte de envejecer

El envejecimiento cerebral parece inevitable, al menos en la actualidad. Gracias a la neurociencia y a los últimos estudios, conocemos aquellos estilos de vida que pueden favorecer un envejecimiento más saludable y ralentizar así la presencia de problemas cognitivos.

A pesar de ello, estos cambios en los hábitos de vida no son suficientes para evitar la presencia de enfermedades degenerativas. La prevalencia de las demencias secundarias a procesos neurodegenerativos ha aumentado en los últimos años. La investigación en este ámbito está obteniendo resultados prometedores acerca de los tratamientos para, como mínimo, frenar el avance de la enfermedad de Alzheimer. Ya es una necesidad actual ofrecer tratamiento a personas que sufren esta enfermedad, pero en los próximos años, si estos avances se materializan, cobrarán todavía mayor relevancia aquellas terapias centradas en mejorar la calidad de vida y la funcionalidad cognitiva, conductual y emocional de estas personas.

Ante la demanda de muchos pacientes con deterioro cognitivo, el programa integral de estimulación de la memoria se diseñó específicamente pensando en ofrecer di-

ferentes abordajes terapéuticos. Su objetivo es estimular cognitivamente a través de ejercicios, de la música y/o de la actividad física, para obtener unos resultados beneficiosos que repercutan en una mejora funcional.

El desafío de la salud mental

La OMS estimó que en 2020 la salud mental sería la primera causa de discapacidad, unos 300 millones de personas sufrirían depresión y unos 260 millones padecerían de ansiedad. Esta previsión se vio pulverizada por la aparición de una pandemia mundial que elevaría estas cifras, y aumentaría un 25 % más los trastornos de salud mental durante los años 2020 y 2021.

Tal y como establecen autores como Thompson o Penadés, la mejora de los síntomas cognitivos reporta en una mejora funcional de pacientes diagnosticados con trastornos depresivos, trastorno bipolar o incluso trastornos psicóticos como la esquizofrenia.

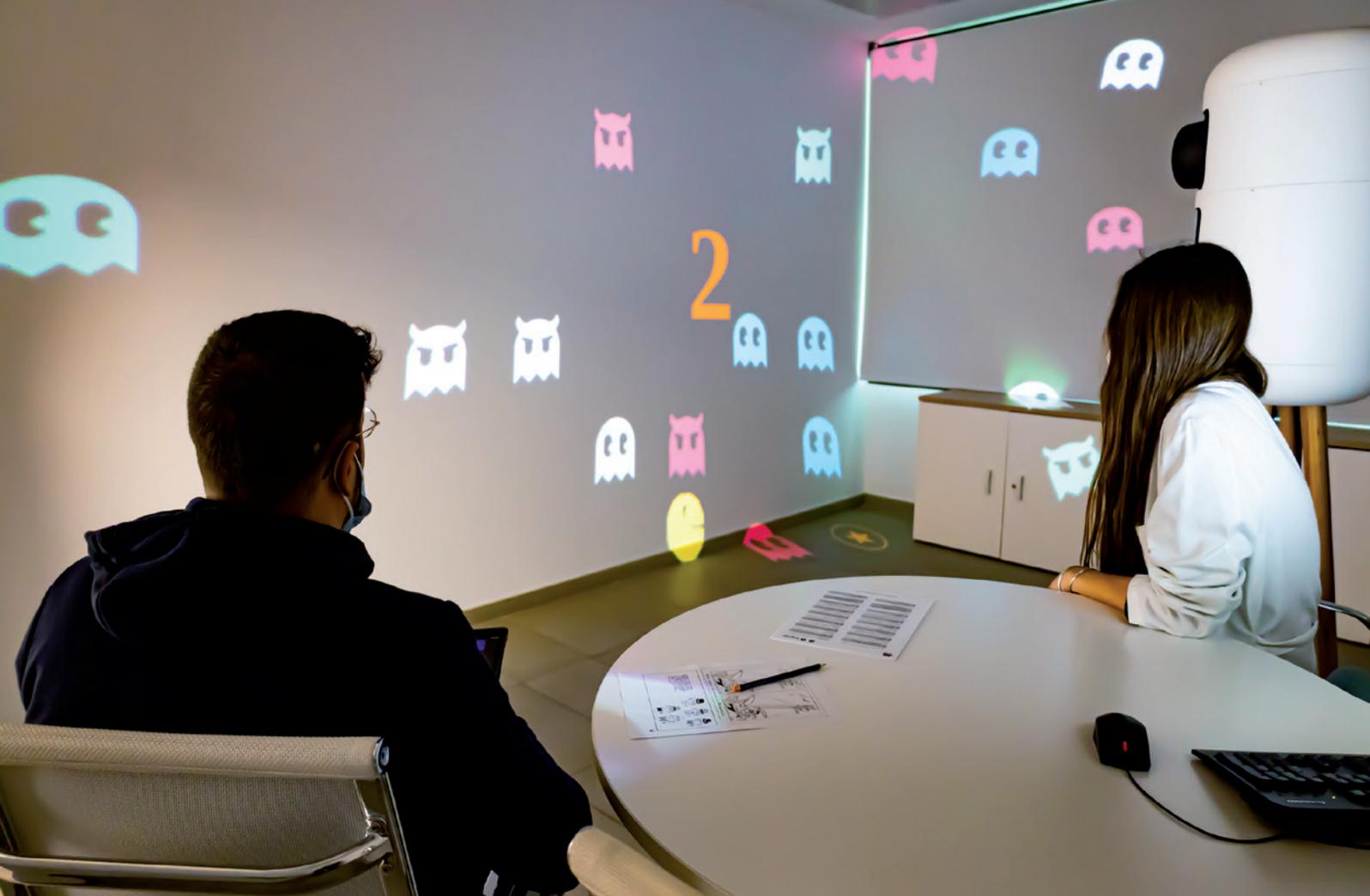
La neuropsicología tiene entonces un papel importante en el ámbito de la salud mental, tanto en su diagnóstico como en su tratamiento.



Les nostres solucions llibertat en moviment

f 📞 🐦 📷 📺 in

Rehatrans ☎ 93 293 41 33 www.rehatrans.cat



“Los beneficios que puede aportar la neuropsicología, la combinación de la estimulación cognitiva, los tratamientos farmacológicos y la psicoterapia son probablemente las vías que hay que explorar para obtener unos buenos resultados terapéuticos con pacientes que padecen problemas de salud mental.”

Los beneficios que puede aportar la combinación de la estimulación cognitiva, los tratamientos farmacológicos y la psicoterapia son probablemente las vías que hay que explorar para obtener unos buenos resultados terapéuticos con pacientes que padecen problemas de salud mental.

Las terapias psicológicas deben ir en consonancia con los cambios sociales. Actualmente, en una sociedad víctima de la falacia de la felicidad y que vive de espaldas al malestar psicológico, es necesario aportar herramientas para afrontar estas exigencias.

Por un lado, dotar de recursos a las personas para aprender a tolerar la frustración y a diferenciar el malestar emocional del trastorno mental, que es intrínseco a la vida humana.

Por otro lado, ofrecer a las personas con problemas de salud psicológica terapias con suficiente evidencia y rigor que estén adaptadas también a las nuevas eras y exigencias de la sociedad.

En los últimos años, dentro de las terapias cognitivo-conductuales han surgido las llamadas terapias de tercera generación, como pueden ser el *mindfulness* o la terapia de aceptación y compromiso.

Ya sea por razones socioeconómicas, por derechos humanos o por salud pública, tenemos ante nosotros el reto, el deber y la obligación de impulsar un cambio: se debe invertir en salud mental y transformarla. Esto significa invertir en las personas. Toda persona tiene derecho a la salud mental y merece la oportunidad de prosperar.