



## Congreso Nacional de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

IV Congreso Ibérico de Medicina Interna

II Congreso de la Sociedad de Medicina Interna de la Región de Murcia

19-21 de Noviembre de 2014



En el marco del Congreso Nacional de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) que se celebra en Murcia del 19 al 21 de noviembre

### Diagnosticar la enfermedad de Alzheimer cinco años antes de los síntomas reduciría a la mitad el número de pacientes en 50 años

- Los hábitos saludables, tanto físicos como psicológicos, son esenciales para prevenir el Alzheimer. Ejercitar la mente y tener una actitud que evite la depresión actúan como factores protectores ante la enfermedad
- El objetivo principal en la investigación actual es conseguir un diagnóstico precoz, en la fase llamada de deterioro cognitivo leve, y realizar un seguimiento a los pacientes para saber los que son más proclives a desarrollar la enfermedad
- En la Comunidad de Murcia, lugar donde se celebra el congreso, cuenta con dos unidades de Demencias, además de un banco de cerebros para donaciones, tanto de personas sanas como enfermas, clave en el diagnóstico y la investigación de enfermedades neurodegenerativas

**Murcia, 20 de noviembre de 2014.** Los datos y la experiencia científica demuestran que los hábitos saludables, tanto a nivel físico como psicológico, y la prevención del riesgo vascular son muy importantes para prevenir la enfermedad de Alzheimer. El Congreso Nacional de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI), que se celebra del 19 al 21 de noviembre en Murcia, aborda entre otros muchos temas las líneas de investigación actuales en torno a esta enfermedad y su diagnóstico.

Actualmente, el objetivo principal de los médicos e investigadores en torno al Alzheimer se centra en la detección de la enfermedad en etapas precoces. *“De hecho, un diagnóstico identificado cinco años antes de que aparezcan los primeros síntomas reduciría a la mitad el número de pacientes en 50 años. Por ello, las líneas de investigación se dirigen, en concreto, a identificar la fase conocida como deterioro cognitivo leve (DCL), que está considerada como el límite entre el envejecimiento normal y la demencia. Así, las personas con DCL suelen tener problemas de memoria, pero sin que les afecte de forma excesiva en su vida cotidiana”*, señala la **Dra. Carmen Antúnez Almagro**, neuróloga y Directora de la Unidad de Demencias del Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca de Murcia y participante en el Congreso.

*“Pero – según añade esta experta- uno de los principales problemas a los que nos enfrentamos los facultativos es discernir entre los síntomas de envejecimiento normal de los síntomas iniciales de demencia, que suelen aparecer a partir de los 65 años de edad”*.

Por ello, la investigación actual centra sus fuerzas en mejorar el diagnóstico y las fases previas. De hecho, existen una serie de sustancias, presentes en el cerebro (en el líquido cefalorraquídeo), en las primeras etapas que dan pistas muy eficaces cuando hay pocos síntomas. *“Estos compuestos, junto a una correcta evaluación clínica y a una exploración psicométrica de las áreas cerebrales*



## Congreso Nacional de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

IV Congreso Ibérico de Medicina Interna

II Congreso de la Sociedad de Medicina Interna de la Región de Murcia

19-21 de Noviembre de 2014



*afectadas, son muy útiles para ayudarnos a realizar el análisis”, comenta la doctora. Así, actualmente es frecuente que el diagnóstico del Alzheimer se realice en la fase prodrómica, ya que se dispone de biomarcadores y resonancias magnéticas para saber en qué situación se encuentra el cerebro del paciente.*

Sin duda, en la actualidad se ha avanzado en el diagnóstico gracias a un mayor conocimiento de la enfermedad. *“La progresiva formación tanto de profesionales como de pacientes y familiares facilita mucho la prevención, gracias a lo cual se están realizando avances poco a poco, pero de gran importancia”,* explica la doctora Antúnez. Muestra de ello es que en Murcia, lugar donde se celebra el Congreso Nacional de la SEMI, existen dos unidades destacadas para prevenir e investigar esta enfermedad. Una de ellas se encuentra en Cartagena y la otra es centro de referencia regional en el Hospital de Arrixaca. También cuenta con un Banco de Cerebros para donaciones, tanto de personas sanas como enfermas, clave en el diagnóstico y la investigación de enfermedades neurodegenerativas.

La prevalencia de Deterioro Cognitivo Leve (número de personas afectadas mayores de 65 años por cada 100.000 habitantes) en la Comunidad de Murcia es del 8,7% y la de enfermedad de Alzheimer de 5,5%.

Por otro lado, también se está investigando el llamado “Medical Food”, sustancias que aportadas a la dieta pueden ayudar a ralentizar el paso de las fases de DCL al Alzheimer.

### **La importancia de la prevención y el tratamiento**

La actitud y las actividades del día a día son muy importantes para prevenir o, al menos, proteger ante el riesgo de esta enfermedad. En este sentido, resulta clave vigilar posibles alteraciones vasculares secundarias a hipertensión, diabetes, colesterol, obesidad o tabaco, que aumentan el riesgo de padecerla de forma considerable. *“Ejercitar la mente realizando pasatiempos o incluso aprendiendo un idioma nuevo son algunas de las actividades que aumentan la reserva cognitiva, lo cual actúa como protección ante el Alzheimer”,* apunta esta experta.

Por su parte, el ejercicio físico moderado también resulta importante para evitar esta dolencia. *“Andar una hora al día puede resultar muy efectivo”,* aconseja la doctora. Además, una actitud optimista y que evite la depresión también puede ser muy efectiva para sortear esta enfermedad. *“En muchos casos, el deterioro cognitivo leve puede comenzar asociado a síntomas depresivos o a otras alteraciones de conducta”,* explica.

Además, una vez que la enfermedad se diagnostica, existen recursos farmacológicos para tratarla, como los inhibidores de la acetilcolinesterasa y la memantina, y un fármaco para bloquear los receptores NMDA. *“Estos recursos, junto con la prevención, son las armas de las que disponemos actualmente para prevenir y tratar esta enfermedad”,* concluye la doctora Antúnez.