



JORDI CAMÍ DIRECTOR DE LA FUNDACIÓ PASQUAL MARAGALL

# “Llevar un estilo de vida saludable ayuda a prevenir el Alzheimer”

Mercè Folch

**N**acido en Terrassa en 1952, Jordi Camí es licenciado en Medicina y especializado en Farmacología Clínica. Ha trabajado intensamente en el Institut Municipal d'Investigació Mèdica (IMIM) y en el Parc de Recerca Biomèdica de Barcelona (PRBB), que dirige en la actualidad. Esta pasión que le caracteriza por investigar y mejorar la calidad de vida de las personas le llevó en 2008 a ser también director de la Fundació Pasqual Maragall, en el que hoy en día sigue desarrollando una intensa tarea. Esta organización, dedicada a la lucha contra el Alzheimer, la fundó el presidente de la Generalitat cuando le diagnosticaron esta enfermedad.

**Hace siete años que trabaja en la Fundació Pasqual Maragall. ¿Qué le impulsó a formar parte del proyecto?**

Este es un reto científico de primerísima magnitud, especialmente para los profesionales que nos interesa el mundo de la neurociencia. Hay mucho trabajo por hacer.

**No obstante al principio decía que era un reto muy complicado.**

Es una enfermedad extremadamente compleja. De hecho, pese a los años que lleva estudiándose aún no se conoce bien. Y además ahora hemos entrado en un nuevo paradigma de trabajar antes de que la enfermedad se manifieste.

**¿Qué significa trabajar antes de que la enfermedad se manifieste?**

Por los estudios que hemos realizado parece que la enfermedad empieza unos 20 años antes de manifestarse, cuando comienza a acumularse la proteína amiloide que va produciendo la destrucción neuronal. Una vez se diagnostica esta demencia, pasa más de una década de progresivo deterioramiento del enfermo. Durante este tiempo pierde la memoria, altera su personalidad y desaparece cosas tan básicas como el comer o el vestirse. Es una enfermedad debastadora tanto para el enfermo como para la familia.

**Por tanto la enfermedad se descubre demasiado tarde.**

No es que se descubra tarde. Se trata de una enfermedad que tiene una evolución biológica larga y cuando aparece la fase clínica, la que se percibe, seguramente sí que es demasiado tarde. Ahora mismo, el diagnóstico se produce en la fase final de la enfermedad y ya no hay vuelta atrás.



Jordi Camí dirige actualmente el Parc de Recerca Biomèdica de Barcelona MARTA BALAGUER

**¿Y no se puede detectar ningún síntoma cuando la enfermedad empieza?**

En los años anteriores las personas están perfectamente bien y no manifiestan ningún problema o sintomatología extraña.

**¿Se sabe qué causa el Alzheimer?**

Conocemos una condición necesaria, que es la acumulación de la proteína amiloide. Aunque no sabemos qué es lo que desencadena la enfermedad, pues hay personas que tenían gran acumulación de esta proteína y jamás han manifestado la enfermedad. Aunque todos los que padecen Alzheimer tienen esta degeneración cerebral provocada por la acumulación de la proteína.

**¿Y que instrumentos se pueden utilizar para detectar una enfermedad como ésta, que se aloja en el cerebro?**

Hoy en día se están desarrollando mucho las técnicas no invasivas, especialmente las de la neuroimagen (resonancias o tomografías sobre todo). También existe la posibilidad de hacerlo mediante el análisis del

líquido cefalorraquídeo, aunque este es un procedimiento más doloroso, como una epidural.

**En su conferencia usted afirma que se puede prevenir el Alzheimer. ¿Esto es posible o lo que es posible es retrasar su aparición?**

Es lo mismo. Retardar la aparición de la enfermedad unos cinco años es prevenirla, pues puede ser que el paciente jamás llegue a desarrollar los síntomas clínicos. Los fármacos que se probaron en perso-

nas enfermas y que fracasaron ahora podrían servir para entretener la enfermedad, ralentizar el proceso. Retardando estos cinco años la aparición de los síntomas se podrían reducir los casos a un tercio o quizás a la mitad. Y para poder realizar nuestras investigaciones necesitamos recopilar una gran cantidad de información de gente de todo el mundo, con diferentes casuísticas. Entre ellas se encuentran los voluntarios que forman parte de nuestro proyecto Alfa.

**¿En qué consiste este proyecto?**

El proyecto Alfa (Alzheimer Familias) cuenta con 2.750 voluntarios de Catalunya, de entre 45 y 75 años, la mayoría de los cuales son hijos de personas con Alzheimer. Se les hacen diferentes estudios, como genéticos o de neuroimagen, que sirven tanto para entender la historia natural de la enfermedad como para hacer prevención. Son pruebas que se les irán haciendo a lo largo de su vida y significa una contribución muy importante, especialmente para las generaciones futuras. Y debo decir que ha sido posible gracias a la Fundació “La

## Un recuerdo que perdura

> Jordi Camí es un confeso amante del jazz. De hecho, en varias ocasiones ha afirmado que se trata de una música que le devuelve a sus orígenes. Y es que la música tiene este efecto. De hecho, es uno de los recuerdos que tarda más en desaparecer. “Las partes del cerebro que tienen que ver con disfrutar de la música se estropean mucho más tarde. Por eso la música es un elemento de terapia y de mejora de calidad de vida de la gente con Alzheimer. Hace poco se ha visto que la razón es que son zonas conservadas que dan coherencia a la realidad de los enfermos. Gente muy desconectada por la enfermedad a veces conecta cuando oye música de sus recuerdos propios, porque esas partes de su cerebro están conservadas.

Caixa”, porque pese a ser una Organización Sin Ánimo de lucro no recibimos ayudas públicas y nos financiamos a través de entidades privadas y socios.

**Con todo ¿cree que será posible en un futuro curar el Alzheimer?**

En el concepto de curación aplicado a la gente que entra en la etapa clínica, no somos optimistas a corto plazo. Pero si somos optimistas en conseguir que haya menos casos, que menos gente llegue a manifestar la enfermedad. Entre la comunidad científica hay el convencimiento absoluto de que poca cosa se puede hacer a medio plazo pero hay mucha cosa por hacer en positivo manipulando la enfermedad. Todo con la finalidad de evitar la parte clínica del Alzheimer. A lo mejor, si no acabas manifestando la parte clínica, se puede etiquetar como curación.

**¿Podemos hacer algo en nuestra vida diaria para disminuir el riesgo de padecer la enfermedad?**

Cada vez está más claro que una buena manera de prevenir la aparición de la enfermedad es llevar un estilo de vida saludable; realizar aquellas prácticas que se han demostrado efectivas para disminuir la mortalidad de los pacientes con enfermedades cardiovasculares. Es decir, hacer ejercicio; comer de manera equilibrada; no abusar de sustancias tóxicas; y relacionarse con el entorno.

# E

**LA ENTREVISTA**