

JAVIER TIRAPU ■ Premio Nacional de Neurociencia

“Mucho Google supone menos memoria”

“Estamos perdiendo parte del cerebro social” ► Cita nuevos síndromes: la vibración fantasma del móvil, el insomnio por la *tablet* o el aumento del tamaño del pulgar e índice en la mente

ELENA OCAMPO ■ Vigo

Vigo acoge el Encuentro Luso-Galaico sobre “Adicciones en el siglo XXI”, que atrae la mirada —y la asistencia— de decenas de expertos de ambos lados de la frontera. Entre ellos, el neuropsicólogo navarro Javier Tirapu Ustároz, distinguido con el premio de neurociencia clínica del Consorcio Nacional de Neuropsicología, que intervino ayer en un taller con Adolfo Piñón, de CEDRO. Tirapu tiene los ojos entre gris y azul casi transparente, como sus palabras.

—¿Por qué nos enganchamos?

—Hoy en día sabemos que todo es genético. Para ser adicto debes tener genes que te predispongan y luego tener una experiencia para activarlos. Pero si no tienes genes para la adicción, aunque pruebes drogas, no te vas a enganchar.

—Al ritmo que va la Medicina Genómica, pronto podría saberse.

—No podemos pensar que haya un solo gen para la adicción, o para la esquizofrenia o el alzhéimer. Son poligenéticos; hay muchos genes actuando sincronizadamente. No es fácil detectarlo.

—Por tanto, ¿hay personas más predisuestas a engancharse a la heroína, o a la marihuana?

—Sí. Hay gente más predisuesta a drogas depresoras del sistema nervioso porque buscan una sensación ‘de paz interior’ o de ‘estar en su mundo’. Antonio Vega era un atormentado y su droga preferida era la heroína porque decía que le hacía olvidar los problemas. Lo refleja en la canción “Se dejaba llevar por tí”,

poco obvia, pero dedicada a la heroína. Sin embargo, hay personas que necesitan estímulos, una atención vivaz, ser activos y con inteligencia rápida. Van a tomar estimulantes dopaminérgicos: la cocaína, el speed o las anfetaminas. Y el cannabis genera un efecto de placer pero es la droga que, proporcionalmente, mejor propaganda tiene para los riesgos que acarrea. Lo digo porque tiene un perfil alucinógeno, psicodélico, aunque bajo. Y si tienes genes para la psicosis o la esquizofrenia, el cannabis los abre a toda velocidad. Pero aún no sabemos quién tiene esos

genes...

—¿Y algún síntoma de tenerlos?

—Sabemos que hay una afectación previa que expone al consumo: la impulsividad y la toma de decisiones. Los sujetos que toman decisiones basándose en los premios a corto plazo, son más vulnerables.

—El 10% de universitarios del Reino Unido consumen ‘smart drugs’ (drogas inteligentes) para mejorar su rendimiento académico.

—Parece que está aumentando el consumo de drogas para mejorar la eficacia y el rendimiento. Creo que hemos hecho algo mal: crear seres egocéntricos, a los que hemos enseñado que el fin justifica los medios y que la palabra más importante es la autoestima. Reivindico una sociedad en la que no te tienes que que-



Javier Tirapu, en Vigo. // A. Irago

Hay un paradigma americano: a los seis años les pones un pastelito a varios niños advirtiéndoles de que si al volver está intacto, les darás

“Para prevenir el alzhéimer primero camina e interactúa con otras mentes, luego haz sudokus”

rer tú, si no eres capaz de querer a los demás. Reivindico: fuera egocentrismo y viva el sociocentrismo; un ser que mira a la cara y se emociona. La base de lo que nos hace humanos son las emociones, no la razón. Y estamos perdiendo gran parte del cerebro, que es el cerebro social. Como decía Balzac: “la soledad es maravillosa si tienes alguien a tu lado que te lo recuerde”.

—¿La soledad es uno de los males de la sociedad actual?

FICHA PERSONAL

■ Neuropsicólogo clínico de Navarra con experiencia en pacientes con daño cerebral. Con más de 150 publicaciones y seis libros, es profesor en más de 12 universidades de España e Iberoamérica.

otro. Lo que vemos es que los niños que se comen el pastel tienen más tendencia a la adicción y fracaso escolar. Los que no se lo comen tienen una mejor adaptación social, más éxito y no son consumidores de drogas. A los 6 años ya podemos predecir el comportamiento de alguien.

—Su taller se basó en cómo evaluar y rehabilitar las funciones afectadas por el consumo de drogas.

—Podemos “mapear” el cerebro y saber qué partes se activan en diferentes pruebas y ver cuáles están afectadas. La zona más vulnerable a cualquier tipo de daño son los lóbulos frontales (justo detrás de la frente) que acaban su maduración

a los 23 años y donde se ubica, básicamente, lo que nos hace humanos. Ahí está lo que se ha denominado inteligencia; la conciencia de lo que somos, la capacidad de empatía y el cerebro social. Es lo que más se afecta cuando hay un trastorno mental o una enfermedad como la adicción.

—¿Whasttapis? y adicciones a la tecnología, ¿son realidad o invento?

—Empieza a haber trabajos. Los sujetos que utilizan mucho Google empiezan a tener menos memoria. ¿Para qué memorizar una información que siempre está accesible? Sabemos que las relaciones sociales están resultando muy afectadas y que la gente adopta personalidades virtuales. De 2008 a 2013 se han disparado los trastornos de ansiedad, de socialización en adolescentes, sin una explicación. Yo creo que tiene que ver con las relaciones virtuales: cerebros que ya no interactúan con otros. El teléfono móvil o la *tablet* están fatal en la habitación, porque la frecuencia de luz engaña al cerebro y le hace creer que es de día. Ya hay niños con problemas de insomnio. Y hemos llegado al síndrome de la vibración fantasma: cómo el cerebro hace una previsión de que el móvil va a vibrar. Y vibra, pero solo en el cerebro. Tú lo coges y no hay nada. Parece que las nuevas tecnologías nos están haciendo más torpes, porque dejamos todo en sus manos: desde la traducción, a ver paisajes. El ser humano tiene una imagen del cuerpo en el cerebro y ya se está viendo que quienes chatean mucho, tienen una imagen de los dedos índice y pulgar que está empezando a ocupar más espacio en el cerebro. La representación de los dedos están expandiéndose a otras zonas. Las manos ya eran grandes en esa autoimagen cerebral, porque antaño manipulábamos muchos utensilios.

—Un paciente llegan a su consulta tras haber consultado al “doctor Google”. ¿Qué le dice?

—Los pacientes ya vienen prácticamente autodiagnosticados de internet. El 80% de los datos que manejan no son creíbles, ni válidos científicamente.