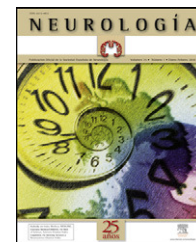




NEUROLOGÍA

www.elsevier.es/neurologia



CRITICA DE LIBROS

Redescubrir el cerebro

Rediscover the brain

Migraña. Una pesadilla cerebral

Arturo Goicoechea Uriarte

Desclée De Brouwer, Bilbao, España; 2009

ISBN: 978-84-330r-r2360-5

MIGRAÑA

UNA PESADILLA CEREBRAL

ARTURO GOICOECHEA



Serendipiti

DESCLÉE DE BROUWER

El hecho de que estés leyendo este comentario establece una alta probabilidad estadística de que seas un neurólogo o neuróloga convencional. Conoces muchas de las docenas de tipos de cefalea de la clasificación internacional, diagnosticas migrañas, explicas a los pacientes que tienen un trastorno genético que les acompañará de por vida, les das consejos para evitar desencadenantes y les prescribes un tratamiento, siguiendo quizá la guía del Grupo de Cefaleas de la SEN (por cierto, tienes además una probabilidad mayor que la media de la población de sufrir jaquecas).

Arturo Goicoechea fue también un neurólogo convencional, aunque probablemente nunca llegó a convencerse de que en la tormentosa vida de un migrañoso el paso por

su consulta fuera más que una anécdota poco relevante. Por supuesto que tendría sus éxitos, también los tienen los homeópatas, los naturistas y hasta los que extirpan la arteria temporal. Pero se decidió a estudiar a fondo la fisiología del dolor y se encontró con la sorpresa: biólogos, químicos, lingüistas, informáticos... llevan años haciendo notables progresos en el estudio del funcionamiento cerebral y de los mecanismos de la génesis del dolor, pero por alguna razón la neurología no ha incorporado ese conocimiento. Los neurólogos parecen haber decidido que la cabeza es un compartimento estanco al que no se aplican los hallazgos sobre la neurofisiología del dolor demostrados en el resto del organismo. Ahora, tras años de estudio de una literatura científica a la que los neurólogos apenas nos acercamos, una elaboración personal de gran originalidad, la puesta a punto metodológica en la consulta diaria y tras algún intento poco valorado de difundir su visión entre colegas, publica un libro dirigido directamente a los pacientes.

El libro se lee con gusto. Escrito en un estilo suelto y casi coloquial, pero sin banalizar los contenidos, se entronca en la mejor tradición de la divulgación científica. Lo puedes leer en un fin de semana lluvioso, aunque yo he preferido saborearlo más despacio. Prácticamente cada capítulo contiene información inesperada que puede rechinar con tus ideas sobre la migraña y que conviene asentar para seguir adelante.

Tú ya tienes claro que la migraña no es una "cefalea vascular", sino de origen cerebral, pero es probable que sigas el modelo habitual de suponer el origen de los episodios en alguna estructura cerebral puntualmente patológica (canales, neurotransmisores) activada por algún "desencadenante" y con un difuso contexto favorecedor "psicológico" que incluye esa vaguedad del estrés. En el libro te vas a encontrar con el cerebro como órgano central, planificador y gestor, que pone en marcha programas seleccionados evolutivamente para resolver situaciones de relevancia biológica. Uno de esos programas, el dolor, está biológicamente diseñado (seleccionado) para la defensa ante el daño tisular necrótico, real o potencial. Pero nuestros sistemas de defensa, inmunitario y nervioso, incluyen un componente de aprendizaje que puede desarrollar errores. Así, el sistema inmunitario puede acabar tratando al polen de gramíneas como si fuera una molécula peligrosa y poner en marcha un programa defensivo que amarga la primavera del sujeto alérgico. Del mismo modo, el elemento aprendido de defensa cerebral puede catalogar como amenaza de necrosis situaciones objetivamente inocuas: menstrua-

ción, falta o exceso de sueño, determinados alimentos, cambios climáticos, estrés... En consecuencia, el cerebro activa su programa defensivo dirigido a obligar al individuo consciente a adoptar una conducta de protección: cese de actividad, aislamiento sensorial, eliminación de hipotéticos tóxicos ingeridos, toma de analgésicos. Por lo tanto, la migraña no es un defecto del sistema, sino la activación equivocada de un programa biológico innato por un error cerebral de valoración. Y esa valoración es un fenómeno aprendido, cultural. Se va forjando por experiencias personales, aprendizaje familiar y social, y es crucial la "información experta": nuestros mensajes de enfermedad genética incurable, cerebro hiperexcitable, necesidad de evitar desencadenantes, alivio por la química.

Los capítulos del libro desgranar el diálogo en la consulta con una migrañosa inteligente. Una forma didáctica, casi socrática, de ir exponiendo el esquema conceptual y las dificultades para transmitirlo a los pacientes. Sucesivamente van apareciendo conceptos básicos de fisiología cerebral que tan poco familiares nos resultan a muchos neurólogos: copia eferente, neuronas espejo, memoria de futuro, sistema castigo-recompensa... En algún capítulo el neurólogo se queda solo con la residente, lo que permite desarrollar algunos aspectos más profesionales. Como método didáctico utiliza un concepto dualista, filosóficamente discutible pero pedagógicamente útil, en el que el cerebro, velando por lo que considera los intereses de integridad del organismo, activa programas dirigidos al yo consciente para conseguir de éste una conducta determinada al precio de frustrar sus proyectos personales. De una manera lineal entreverada de bucles de recuerdo, los capítulos van construyendo un desarrollo coherente y sólidamente fundado en la fisiología cerebral. No se ahorran críticas a muchas ideas propagadas por la "neurología oficial". Se entiende al final en qué sentido se ha asistido no a una consulta del neurólogo con su paciente, sino a una "clase" del "neuronólogo" con su "alumna". No se puede hablar con el sistema inmunitario, pero sí con el cerebro. Se trata de, a través del conocimiento transmitido por el lenguaje, desmontar las falsas ideas adquiridas y capacitar al individuo para defender su proyecto personal y enfrentarse dialécticamente a las pretensiones de su cerebro equivocado. No se pretende una terapia, una receta, sino una información que permita al alumno comprender los términos reales del problema con la esperanza pero sin la promesa de que ello desarme el error cerebral.

¿Qué te puede pasar si lees el libro? Ante todo, que no lo tolere. No es fácil aceptar una corrección radical de la forma como se entiende la migraña, descubrir el propio desconocimiento de conceptos básicos de fisiología cerebral e intuir que uno forma parte más del problema que de la solución. También puede suceder que no lo entiendas y concluyas que es uno más de esos libros de autoayuda: si al final no tienes claro que no se ha hablado de psicología

sino de fisiología, no habrás entendido el libro. Una forma de incomprensión, de la que me ha llegado referencia, es la frase "estoy de acuerdo con el planteamiento pero no con la solución", expresión que encierra una contradicción lógica que podrás dilucidar leyendo el libro. Otra posibilidad es que se despierte tu interés por profundizar en los conceptos desarrollados en el texto. Al ser un libro dirigido a pacientes, no incluye citas bibliográficas. Se trata de una bibliografía a menudo compleja y en revistas de alto impacto que no suele aparecer en nuestros artículos de revisión y que a muchos neurólogos nos resulta llamativamente ajena. Claro que también el libro podría dejarte en tierra de nadie: tras "ver la luz" puede resultarte incongruente seguir con el abordaje habitual de la migraña, pero adoptar la nueva metodología requiere, además de la asimilación de nuevos conceptos, una práctica para la que no estamos entrenados, una forma de terapia cognitiva.

O quizá decidas prepararte y entrar en ese nuevo territorio. Este libro podría incluso hacerte sentir la obligación profesional de hacerlo. No es necesariamente un camino de rosas. Se expone que hasta una tercera parte de los pacientes no vuelven tras la primera consulta e incluso algunos van al servicio de atención al paciente solicitando ser enviados a un "neurólogo de verdad". Me consta que hay un volante de médico de familia que especifica "evitar Dr. Goicoechea": resulta menos aceptable hablar del cerebro que de canales y neurotransmisores. Pero la breve referencia a los resultados no parece desdeñable en un campo a menudo tan ingrato. Y cuando uno conoce a una "ex", ex alumna del Dr. Goicoechea y ex migrañosa, intuye que tiene que haber satisfacciones no sólo intelectuales. Todos atendemos cada vez a más pacientes con sufrimiento físico sin daño orgánico a los que la medicina ofrece apenas solución y los neurólogos, a los que se nos supone especial cualificación en el órgano gestor del problema, no deberíamos inhibirnos.

Como mínimo, tras leer el libro te costará más asistir a las reuniones con expertos en cefalea organizadas por el último triptán: te sentirás como si en un curso de búsqueda bibliográfica te hablaran de los circuitos del ordenador y no del programa. Los descubrimientos sobre programación cerebral continúan a ritmo imparable y están influyendo en otras ciencias: no puede ser la neurología la que se quede al margen.

Sí, creo que disfrutarías leyendo este libro y dándote la bienvenida al cerebro.

A. Digón*

Unidad de Neurología, Hospital Santiago Apóstol, Vitoria, Álava, España

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico:

antonio.digonarizmendi@osakidetza.net

Accesible en línea el 11 Junio 2010