



# CUIDAR EL CEREBRO INFANTIL ES PREVENIR



**Amanda Céspedes\***

\* Amanda Céspedes: Médico Neuropsiquiatra Infantil U. De Chile. Postgrado U. Degli Studi de Turín, Italia. Desarrolla y promueve el conocimiento del cerebro infantil aplicado a la educación. Escritora.

# CUIDAR EL CEREBRO INFANTIL ES PREVENIR

Este año 2024, en el 22 de julio, se cumplió una década celebrando cada año el Día Mundial del Cerebro, cuyo objetivo es crear conciencia acerca de la prevención de enfermedades neurológicas. Al haber sido instituido por iniciativa de la Federación Mundial de Neurología WFN, su foco está puesto principalmente en la difusión de las neurociencias, invitando a reflexionar acerca de los cuidados de la salud cerebral y la prevención de las enfermedades neurológicas del adulto; es así como, en años anteriores, el Día Mundial del Cerebro ha estado dedicado al conocimiento y prevención de la esclerosis múltiple, de las diversas formas de discapacidad, del ictus o accidente cerebro vascular y a factores preventivos como una adecuada neuronutrición o el ejercicio físico sistemático. Su foco está puesto en el adulto, con el objetivo de reducir en los años venideros la elevada tasa de más de 3.400 millones de adultos en el mundo aquejados de enfermedades neurológicas tales como parkinson, alzheimer y otros trastornos neurodegenerativos, accidentes vasculares encefálicos, neuropatía diabética, epilepsia, jaquecas, meningitis, etc. y 11,1 millones de muertes por estas causas (datos epidemiológicos OMS 2021).

Sin duda que esta iniciativa, que este 2024 cumple una década, es muy loable pero debería incorporar la gran mirada preventiva: cómo proteger el desarrollo cerebral temprano. Este desarrollo es portentoso: al nacer, el volumen cerebral es de un 25% del volumen del cerebro adulto, alcanzando el 50% a los 24 meses de vida, el 80% a los 3 años y el 90% a los 5 años. Una velocidad que no volverá a repetirse a lo largo del ciclo vital, y que expone al cerebro a daños a menudo irreparables desde el momento mismo de la concepción. Si bien en los últimos 20 años se ha avanzado mucho en conocimiento acerca de los procesos que subyacen a este extraordinario desarrollo y su vulnerabilidad, no se ha avanzado con similar premura en políticas públicas centradas en garantizar un desarrollo cerebral óptimo a cada niño desde el momento mismo de la concepción: políticas públicas centradas en la etapa prenatal y su vulnerabilidad a la acción de neurotoxinas; cuántas enseñanzas nos están legando Tocopilla, Mejillones, Huasco, Coronel y Quintero -Puchuncaví y que no están siendo suficientemente consideradas y abordadas; cuántas mujeres gestantes en zonas rurales de Chile continúan bebiendo alcohol sin que los equipos de salud actúen con energía en informar y proteger a dichas mujeres y a sus hijos por nacer. Todavía nos falta mucho en aspectos como neuronutrición de la mujer gestante, prevención del hipotiroidismo fetal, control de las altas tasas de resistencia a la insulina en mujeres en edad reproductiva, etc. etc. Y faltan políticas públicas enérgicas que protejan a la primera infancia de los irreparables daños del estrés tóxico derivado del maltrato, la negligencia en los primeros cuidados y en la entrega de afecto sensible y respetuoso. La investigación es clara en mostrar que el origen de las patologías psiquiátricas más severas presentes en adultos, como esquizofrenias, trastorno límite de la personalidad y consumo crónico de adictivos está en el impacto temprano del estrés tóxico sobre el cerebro en desarrollo; del mismo modo, el origen de muchas de las llamadas enfermedades crónicas no transmisibles del adulto (diabetes II, hiperlipidemias, obesidad, hipertensión crónica y otras enfermedades cardiovasculares) comienzan en una desregulación endocrina, metabólica y nutricional prenatal, fenómeno conocido desde inicios de la década de los ochenta como Programación Fetal o Hipótesis de Barker.

El cerebro adulto es el segundo tomo de una historia épica escrita en 3 volúmenes: el tercero es el cerebro del senescente y su pleno derecho a la salud integral desde la prevención. Y el primero es el cerebro los primeros 25 años de la vida.

La etapa que se extiende desde el momento de la concepción a los primeros 5 años el momento clave para hacer realidad el sueño de un país con una población integralmente saludable, proactiva y creativa, un sueño que requiere el compromiso de todos y cuyo baluarte es el extraordinario conocimiento aportado por las neurociencias.