

(fibromialgia y síndrome de fatiga crónica). Son muchos los especialistas que han abordado en estos últimos años la conexión entre ambos órganos.

El cerebro está arriba coronando el organismo, aislado, y para funcionar bien necesita la información que le llega de los oídos, los ojos, pero también del intestino, donde se encuentran contenidas muchas células del sistema inmunitario.

«La digestión es la cuestión»

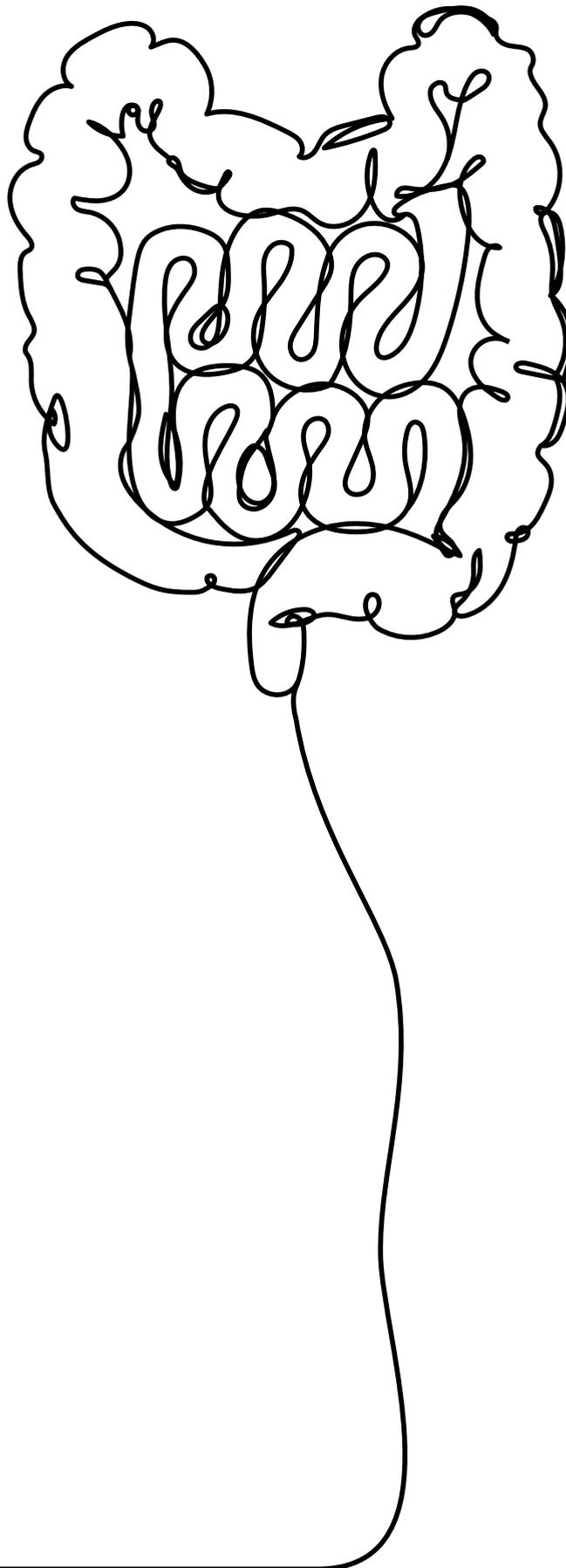
«Cuando enfermamos nos sentimos emocionalmente chafados, o, por ejemplo, cuando tenemos mucha hambre gastamos mal humor», afirma Giulia Enders, doctora en medicina en el Hospital Israelita (Israelitisches Krankenhaus, IK) de Hamburgo en su libro «La digestión es la cuestión». En su obra, que tuvo gran impacto internacional, Enders descubre los secretos del «órgano más infravalorado del cuerpo humano». Esta especialista en Gastroenterología, explica de forma pedagógica cómo el sobrepeso, las depresiones y las alergias están estrechamente relacionadas con la alteración de la flora intestinal. En su otro libro «Pensar con el estómago», Giulia Enders analiza también cómo la relación entre digestión y cerebro afecta a la salud y el estado de ánimo. La experta alude al «cerebro intestinal». Habla de la estrecha comunicación entre cerebro e intestino a través del nervio vago, el más largo de los nervios craneales y que interactúa especialmente con el sistema inmune y el sistema nervioso central y cumple funciones motoras en la laringe, el diafragma, el estómago y el corazón.

«Le cuenta todo sobre nosotros»

«Le cuenta al cerebro todas las cosas que el intestino sabe de nosotros: las moléculas de nuestra última comida, las hormonas que circulan por nuestra sangre e incluso el estado de nuestras células inmunitarias», sostiene en sus libros la especialista.

A su juicio, este canal de comunicación permanente hace que nuestro «Yo» esté formado por la cabeza y el estómago. Por ese motivo, por ejemplo, usamos expresiones como «algo nos produce un nudo en el estómago», aludiendo a una situación de tensión emocional o «se nos amarga el día» tras un disgusto. Aunque el cerebro original y el cerebro intestinal sean diferentes órganos presentan los mismos receptores nerviosos, lo que hace que los antidepresivos «traten también automáticamente a ambos».

Las afirmaciones de Enders refuerzan la



hipótesis que secunda el estudio Discoverie, enmarcado en el programa de investigación europeo Horizonte 2020 y financiado con seis millones de euros. El proyecto va más allá de las aportaciones científicas publicadas hasta ahora y, a través del análisis de la muestra de pacientes seleccionados, pretende sentar las bases para tratamientos personalizados. «Prendemos determinar los mecanismos subyacentes de las funciones del sistema intestinal y del sistema nervioso central y su interacción con el eje periférico microbiota-intestino-cerebro», señala Santos. Recuerda, a modo de ejemplo, que «hay estudios anteriores que demuestran que trasplantando heces de una persona con depresión a un ratón sin microbiota intestinal, el animal acaba desarrollando depresión», apunta el especialista de la Unidad de Gastroenterología del Hospital Vall d'Hebron.

Entonces, ¿por qué es pionero el proyecto Discoverie? Santos cita tres razones: el gran número de participantes -la muestra más importante estudiada hasta ahora-, el seguimiento longitudinal que se realiza a parte de esta muestra y, según subraya, que, «por primera vez, un estudio servirá para identificar biomarcadores específicos en el intestino para incidir en la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de estos pacientes». Para alcanzar dichas metas, antes deberán analizarse y compararse los datos obtenidos de los participantes a lo largo de los cinco años de duración del estudio (2020-2024)».

Desarrollar guías clínicas

«Lo que pretende la investigación es determinar cuál es el origen común de estas enfermedades y generar guías clínicas para optimizar el tratamiento a estos pacientes», aclara el experto. Santos, investigador principal del grupo de Fisiología y Fisiopatología Digestiva del Vall d'Hebron, y Ramos-Quiroga subrayan también que es «el primer gran proyecto de ámbito europeo sobre el colon irritable», una patología con gran prevalencia e impacto socioeconómico. «Hay muchas investigaciones de ámbito internacional sobre enfermedades oncológicas, pero éste es el primer estudio multicéntrico europeo sobre colon irritable, trastorno gastrointestinal crónico que se caracteriza por dolor abdominal recurrente, diarrea o estreñimiento, exceso de gases e intolerancias alimentarias que afecta a 85 millones de personas en Europa, lo que supone un 10 por ciento de la población adulta», apunta.



EN CONTINUA COMUNICACIÓN El sistema digestivo no está subordinado al cerebro. «Son dos sistemas nerviosos que están en continua comunicación. De alguna manera siempre lo hemos intuido, las mariposas en el estómago con el enamoramiento y ahora tenemos una constancia de ello», dice en declaraciones a Efe el sociólogo especializado en nutrición, Miguel Ángel Almodóvar.

INTESTINO-TRASTORNOS MENTALES

El síndrome de colon irritable es una enfermedad que afecta a 85 millones de personas en Europa, un 10 por ciento de la población adulta» Entre el 25 por ciento y el 44 por ciento de estos afectados padecen trastornos mentales, y entre el 14 por ciento y el 32 por ciento patologías somáticas como la fibromialgia y el síndrome de fatiga crónica.

IMPACTO SOCIOECONÓMICO Hay estudios que demuestran que la pérdida de jornadas laborales en personas con colon irritable es dos veces superior a la del resto de la población. Cuando van al trabajo, además, su productividad se ve reducida en un 50 por ciento. Se calcula que el impacto socioeconómico de la enfermedad en Europa es de unos 43 millones de euros.