



ICTUS

Un golpe a traición

Llega de repente. Sin avisar. Y noquea a quien lo recibe. El ictus –golpe, en latín– cerebral mata o discapacita a 80.000 españoles al año. Cada vez más, cada vez más jóvenes. Llorenç Martínez, periodista y músico de 32 años, es uno de los supervivientes. Un derrame le dejó sin palabras, sin acordes y con medio cuerpo paralizado. Dos años después, habla, anda, tararea. Pero aún lucha por recuperar el tesoro de su elocuencia y su independencia escondido entre el caos de sus neuronas.

Por **LUZ SÁNCHEZ-MELLADO**

Fotografía de **ARANTXA CEDILLO**

DESDIBUJADO. Llorenç Martínez recuerda con precisión su pasado, pero tiene dificultad para retener datos recientes.



Hostia!”.

La primera palabra completa que Llorenç Martínez Arlandis, periodista y músico de 32 años, logró articular meses después de caer fulminado en el aseo de su casa el día de Reyes de 2008 fue, más que un exabrupto, todo un poema. No decía nada y lo expresaba todo a la vez. El magma que bullía en su cabeza. Su tormenta de emociones al verse en una cama de hospital con el lado derecho paralizado y su acreditada labia reducida a una farfulla de monosílabos inconexos. Maltrecho, pero vivo y lúcido después de estar casi muerto. “¡Hostia!”, dijo de repente, de un tirón. Pero quería decir sorpresa. Rabia. Frustración. Alegría. Miedo. Ganas de vivir.

Acostumbrados a los balbuceos de su primogénito, a los padres de Llorenç aquella blasfemia les sonó a gloria.

–Repítelo: Hos-tia. Hos-tia. H-o-s-t-i-a.

Llorenç lo intentó. Quiso, pero no pudo. No se acordaba. La perla que había brotado de su garganta volvió a escurrirse al rincón zulo de su cerebro donde se esconde el tesoro perdido de su elocuencia. Y él volvió

a emprender la búsqueda con su silabeo habitual: pa-pá; ma-má; y-o. En ella sigue.

Aquel primer vocablo de Llorenç fue lo que los neurólogos llaman un automatismo. Una expresión que sale sola. Maquinalmente. La generación de automatismos la regula un conjunto de neuronas del hemisferio derecho del cerebro. El lado *bueno* de Llorenç. El izquierdo, el que ordena la capacidad del habla y el movimiento de la mitad derecha del cuerpo, fue el que acusó de pleno el mazazo que le dejó noqueado. Es curioso que su primer automatismo fuera ése y no otro de su otrora vasto repertorio de improperios. Una hostia es, según el diccionario, “un golpe, trastazo o bofetada”. Y eso fue, exactamente, lo que le tumbó.

La vida le dio una hostia de las grandes. El aneurisma distal intracraneano –abombamiento localizado en la pared de una vena– que ensanchaba su arteria cerebral media desde que nació estalló de repente. La hemorragia anegó parte del hemisferio izquierdo de su cerebro. Mientras, otras zonas sensibles de su estructura cerebral se quedaron sin el riego de la sangre derra-

mada. Millones de neuronas y miles de millones de conexiones neuronales murieron cada minuto que tardó la ambulancia en trasladarle desde su piso de soltero en Sueca (Valencia) al hospital de La Ribera, en Alcira. Desde entonces, Llorenç lucha por poner algo de orden en el caos, por reorganizar el desbarajuste que ha provocado el *apagón* en su sistema operativo.

MARTÍNEZ TUVO UN ACCIDENTE cerebrovascular. Un ictus, como se llaman desde que la Sociedad Española de Neurología eligiera este término latino en los años noventa, en la línea del más gráfico vocablo inglés *stroke*. Ambos significan, literalmente, golpe. Un puñetazo en la cabeza que llega sin avisar y constituye la primera causa de muerte en las mujeres y la segunda en los varones españoles.

Cada ictus es distinto. Los hay hemorrágicos, como el de Llorenç, aunque la mayoría, un 85%, son isquémicos, provocados por un trombo o coágulo que obstruye una vena cerebral. El resultado es el mismo. Una zona mayor o menor del cerebro permanece más



“SÉ DE NÚMEROS PERO NO SALEN. CE-RE-BRO Y LEN-GUA, NO HAY CONEXIÓN. ES CURIÓS, ES RARO DE COLLONS”

PERPLEJO. Tras meses de logopedia, Llorenç ha logrado articular un discurso entrecortado en el que mezcla castellano y valenciano, su lengua materna. Aún no puede tocar el bajo (arriba) con su grupo, Inòpia, aunque la fisioterapia ha mitigado su hemiplejía derecha. Ahora puede andar solo.

o menos tiempo sin riesgo y queda dañada o muerta. Cada año, 130.000 españoles sufren un ictus. Un tercio fallece. Otro tercio queda discapacitado, desde la dependencia total a las secuelas leves. Y otro, afortunado, sale sin más –ni menos– consecuencias que una medicación vitalicia y un cambio drástico de estilo de vida decretado por los médicos bajo la amenaza latente de un nuevo *golpe* fatal.

Hipertensión. Obesidad. Diabetes. Colesterol. Tabaco. Alcohol. Estrés. Drogas. Los factores de riesgo para tener un ictus se acumulan con los años. Sin embargo, la precocidad en los hábitos de riesgo está bajando la media de edad de los afectados. Los neurólogos están alarmados. El 9,3% de los ictus lo sufren *jóvenes* menores de 55 años, según un estudio de la SEN. El caso de Llorenç no es frecuente, pero tampoco una excepción.

“Antes y-o no era ningún santo. M’agrada la nit. Chicas, amics, discutir de po-lí-ti-ca, música. Bebía y fumaba molt. Paquete y medio al día. Vod-ka, cubatas, continuament. Después de a-neu-ris-ma, ya no apetece. He olvidado la sensació. Es curios”.

No es fácil reproducir por escrito el habla

de Llorenç Martínez tras el ictus. Por fuera es un treintañero como tantos. Moderno subtipo *indie*. Nativo digital. Universitario, urbano, hijo mayor de una familia de clase media acomodada. Coqueto. Con sus gafas de pasta, su ropa falsamente casual y su flequillo desfilado pregonando su voluntad de estilo. Por dentro está tocado. Casi dos años de logopedia rehabilitadora le ha costado conseguir este parloteo entrecortado, por momentos telegráfico y siempre plagado de tacos, en una mezcla aleatoria de español y valenciano, su lengua materna.

Del inglés, que dominaba, ni rastro. “Se ha roto el chip”, se justifica. El caso es que se le entiende casi todo, casi todo el tiempo. De vez en cuando se queda sin la palabra que busca o pierde el hilo. Entonces mira con la complicidad de un niño pillado en falta, como diciendo: “¿ves qué raro?”, y se parapeta tras una de sus muletillas verbales: “Bé, no sé, ja veurem”. Tiene otra muleta –de plástico– para caminar. Un paso de gigante después de meses en silla de ruedas y otros tantos tambaleándose sobre un trípode ortopédico. Pero Llorenç no quiere que el >

“ADMITO QUE CAÍ EN DEPRESIÓN. ME PUSE FATAL, CHE, NO PODÍA. LUEGO ARRANQUÉ. AHORA ME LO CURRO A DIARIO”



RETOS. Llorenç se autoimpone desafíos. Quizá demasiado ambiciosos, según Ana Ochando (arriba), una de sus terapeutas. “Ella me ha enseñado a ducharme”, bromea él. “Él me enseña valenciano”, responde ella.

> bastón salga en las fotos. “Puedo solo”, demuestra. Y ese “puedo” se convierte en su mantra durante el día que pasamos con él.

Estamos en el hospital Aguas Vivas, en Carcaixent (Valencia). Un centro donde un equipo multidisciplinar –neurólogos, neuropsicólogos, logopedas, fisioterapeutas– rehabilita a personas con daño cerebral adquirido. Su objetivo es guiar a los pacientes en el proceso de recuperación de la independencia perdida. Hablamos de hombres y mujeres a los que un golpe de la vida –ictus, pero también tumores o accidentes– ha dejado con distintos grados de discapacidad física, motora, cognitiva, emocional o sensorial. O todas a la vez. Aquí, Llorenç, con su hemiparesia espástica (debilidad motora de brazo y pierna derechos), su afasia transcortical (dificultad de acceso al léxico y la producción del lenguaje), su campimetría (pérdida parcial de visión) y sus déficit cognitivos (problemas de atención, memoria y procesamiento de la información), es un afortunado. Un compañero de 35 años, con un bebé en camino, va a ser *dado de alta* meses después de sufrir un ictus sólo para ingresar en un centro de grandes dependientes en estado vegetativo.

En ese sentido, Llorenç es, para el neuropsicólogo Joan Ferri, director del servicio, “un caramelo”. “Alguien que no ha dejado de avanzar desde que ingresó”. Ferri y Martínez se tratan de colegas por los pasillos. Llevan casi dos años viéndose a diario.

Los padres de Llorenç supieron de la extrema gravedad de su hijo en Urgencias de La Ribera. Los médicos no descartaban lo peor. Dos días después, el neurocirujano José Luis Llácer le abrió el cráneo por detrás de la oreja izquierda, accedió al cerebro, reabsorbió el hematoma de 30x50 milímetros y ocluyó la base del aneurisma. Después vinieron veinte días en coma inducido, otros tantos en la UVI y mes y medio en planta. Llorenç volvía a nacer. Era el mismo y era otro.

Lo cuenta en una nota autobiográfica que ha teclado a dos dedos para la visita. “Comer y dormir y poco más. El cerebro no distinguía nada, como un disco duro que de repente se para”. No hablaba. No andaba. Se enteraba de todo y no se enteraba de nada. Lo suficiente para seguir la campaña en la tele del hospital y empeñarse en ir a votar en

ambulancia en las elecciones de 2008. Pero no tanto para entender los titulares de EL PAÍS o la viñeta de El Roto. “Aún no la cojo”, admite, “es difícil, tía, pero bó, ja veurem”.

El ictus de Llorenç cambió su vida y la de su familia. Su madre, Ángeles, profesora, pidió excedencia para atenderle. Su padre, Llorenç, empresario, removió cielo y tierra para que su primogénito tuviera la mejor rehabilitación. El hospital Aguas Vivas, uno de los más reputados del país, es privado pero acoge gratis a pacientes derivados por la Generalitat Valenciana. Una pega burocrática –al hospital de La Ribera no le corresponde este centro– ha obligado, sin embargo, a los Martínez a pagar de su bolsillo los miles de euros que cuesta al mes la recuperación de Llorenç. Ellos pueden. Otros, no. La falta de recursos y centros públicos para la rehabilitación continuada de los 300.000 españoles que lo sufren es casi total, según la presidenta de la Federación Española de Daño Cerebral, Amalia Diéguez.

EL CASO ES QUE LLORENÇ ESTÁ AQUÍ. Primero pasó seis meses ingresado. Ahora viene de lunes a viernes, de 9 a 12. Lo trae su padre desde su casa de Sueca, donde ha tenido que volver después de haberse independizado. Llorenç padre se ha jubilado para cuidarle. Su esposa y él conocen como nadie los altibajos emocionales de su hijo. Son ellos quienes jalean sus progresos. Y quienes pagan el pato cuando le vence el cansancio y la frustración. “Con mi madre y mi padre me irrito fácilmente, perdón”, ha escrito él en su nota. “Admito que caí en depresión. Me puse fatal, che, no podía. Luego arranqué. Ahora me lo curro a diario”.

Desde que despertó de “las ensoñaciones banales” de la UVI, y después de aquel ¡hostia! automático, Llorenç se ha aplicado a su nuevo *trabajo*, su rehabilitación, con una mezcla de humor, realismo, esperanza y determinación. Aquí es donde Llorenç ha logrado hablar como habla, andar como anda, escribir como escribe, como un pírulo, con la zurda. No perfecta, pero sí funcionalmente. Su logopeda, Lourdes Brines; su neuropsicóloga, Paloma Noguera; sus fisioterapeutas, Juanjo Campos y Raúl López, y su terapeuta ocupacional, Ana Ochando, son algunos de sus nuevos *jefes*.

Cada ictus es un enigma, dicen los neurólogos. La capacidad de recuperación depende del tamaño y localización de la zona cerebral afectada, del tiempo transcurrido hasta recibir atención, de la edad, de tantas variables como casos. Recientes investigaciones estadounidenses demuestran que el entrenamiento neurológico produce un aumento de materia gris. Parece >

“CREO QUE PRONTO PODRÉ LLEVAR DINERO. RECUERDO LAS PESETAS, PERO EL EURO ME SUENA A CHINO”



ZURDO FORZOSO. Llorenç pasó casi un año sin poder leer ni escribir. Va recuperando habilidades. Ahora lleva un diario como parte de su rehabilitación. Escribe con la zurda. Con la derecha no sostiene el lápiz.

> que el cerebro posee cierta capacidad de *autorrepararse*. Que allí donde un ictus ha atrofiado un área, las regiones adyacentes, bien entrenadas, pueden asumir las funciones perdidas. Ése es el trabajo de Llorenç.

“Cada uno compensa como puede”, explica la neuropsicóloga Noguera. “El cerebro se reorganiza, parte espontáneamente y parte con rehabilitación. Ahí entramos nosotros. Hay que lograr nuevas conexiones. Les damos estrategias, herramientas. Es como guiarles por el buen camino, el más directo y eficiente”. “Esto no se cura”, añade la logopeda Brines, “no es una enfermedad, sino las secuelas de un terremoto. No se trata de enseñarle a leer o hablar, él sabe, sino de que encuentre la forma de ordenar a su cerebro que lea y que hable. Enseñarle a adaptarse, a usar bien lo bueno que le queda”.

La logopeda muestra un vídeo de hace un año. En él, Lourdes le enseña láminas a Llorenç y le pregunta qué ve. Su cara de desconcierto al mirar, por ejemplo, una hamaca es la imagen, a la vez poética y desoladora, del estado en que el ictus dejó su cerebro. “Dor-mir...no. Ca-lor... no. Plat-ja... Oi... No sé”, titubea él. “Ha... Ham...”, le anima ella. “¡Hamaca!”, suelta Llorenç triunfal, como si hubiera encontrado petróleo.

Cada palabra, cada frase, cada paso es un galón que emerge del yacimiento perdido. Curioso insaciable, periodista y músico, comunicador profesional, el léxico de Llorenç era tan basto como vasto. Por eso, en medio de su charla sincopada, te suelta un “ese tí-o es un pusilánime”, o “això no es mi circunscripció” y se queda tan ancho. Con la misma cara de genuino asombro que cuando se le va el santo al cielo. Los números son otra cosa. Si le preguntas su edad, saca el móvil que lleva incrustado en la palma de la zurda, teclea: “32”, y se embala: “República Española”, dice. “1931”, teclea. “Fill de puta Franco”, pronuncia. “1939-1975”, escribe. ¿No sabe verbalizar cifras? No es tan fácil: “Sé números, pero no salen. Ce-re-bro y len-gua, no hay conexión. Es curiós. Es raro de collons”.

Más tarde, Llorenç padre nos lleva a un restaurante y nos deja solos. Al ir a pagar, la cuenta está saldada. Llorenç tiene una explicación adicional a la gentileza de su padre. “No llevo dinero. Recuerdo las pesetas, pero el euro me suena a chi-no”.

El 6 de enero de 2008 fue domingo. La noche había sido larga. Había mucho que celebrar. Por la tarde, la fiesta seguía en casa, más íntima. De repente, Llorenç se encontró mal. Fue al baño. Al ver que tardaba, la amiga que le acompañaba fue tras él y lo vio caído en el suelo. Desmadejado. Inconsciente. KO. Con la vida partida en dos.

A los 30 años, Llorenç Martínez estaba en la cresta de la ola. Aquel era el último día de sus vacaciones en su pueblo. El lunes volvía a Madrid a buscarse definitivamente la vida. Periodista vocacional, ya se había pateado la calle a base de bien en sus cuatro años de reportero en la delegación en Alcira del diario *Levante*. El trabajo, las salidas, los viajes, ensayos y actuaciones como bajista de Inòpia, el grupo de rock que había formado con tres amigos, absorbían sus horas. Valencia se le estaba quedando pequeña.

EN 2006 DIO EL SALTO A MADRID. Cursó el Máster de Periodismo de EL PAÍS. Llorenç era un tipo popular entre sus compañeros. “Un crack, muy bueno, jodidamente brillante”, recuerdan algunos. Fue, de hecho, elegido director de la revista de fin de curso. Sólo una semana antes del *golpe*, había acabado su beca de un año como redactor de información nacional en EL PAÍS. Una sección dura, frenética, llena de veteranos superespecializados, donde hay que ganarse a pulso la confianza de los jefes y una línea publicada es un triunfo. Llorenç publicó lo suyo. Su producción –desde un premonitorio reportaje sobre jóvenes parapléjicos hasta una desternillante contraportada sobre una plaga de topillos– da fe de su versatilidad. Y su cabezonería. “Era buen editor, escribía bien, valía para un roto y un descosido, sabía moverse y defendía sus temas a muerte”, certifica un antiguo jefe. “Un tipo serio, quizá demasiado”, bromea otro: “No hablaba si no era en presencia de su abogado”. El caso es que el becario del flequillo extralargo se ganó el respeto de los *seniors* sin ser la alegría de la huerta. Eso lo dejaba para los colegas.

Sus amigos del máster aún lo están viendo despotricar de política. O de madrugada en el Wurlitzer, o el Nasti, míticos gari-tos de la noche madrileña. Sitios oscuros, rockeros, *canallas*, donde Llorenç se movía como pez en el agua. Siempre con chicas –le gustan con flequillo– alrededor. Con una copa y un cigarro. Empalmando día y noche. Con las llaves del BMW a mano por si se terciaba ir a Sueca a tocar con el grupo: 300 kilómetros en dos horas con los temas de Inòpia –dos discos en el mercado– sonando a todo trapo. Un joven sobradamente preparado comiéndose el mundo crudo. >

“¿VOLVERÉ AL PERIODISMO, CONducIRÉ? A LO MEJOR SÍ. O NO. YO CREO QUE PUEDO. POQUET A POQUET”



VUELTA A CASA. Llorenç vivía solo, pero las secuelas del ictus le han obligado a regresar al domicilio familiar (arriba, con sus padres, Llorenç y Ángeles, y su hermano Rubén). Su padre se ha prejubilado para atenderle.

> –¿Qué ha tomado éste?

Los de la ambulancia no se anduvieron con rodeos al ver a Llorenç inconsciente. Raúl, Pat (de *El Patillas*), cantante de Inòpia y amigo desde el instituto, aún recuerda la insistencia de los sanitarios. “Estaban seguros de que se había drogado”, denuncia.

NO ERA EL CASO, pero no es de extrañar. Llácer, el neurocirujano que operó a Llorenç, constata el goteo de jóvenes con ictus por “crisis hipertensivas por abuso de tóxicos, estrés, noches locas, por forzar la máquina del cuerpo” en el quirófano. No es el único. La Sociedad Española de Neurología dedicó el pasado Día del Ictus a la prevención en jóvenes. Hace quince años, se consideraba una fatalidad mortal o una condena de por vida. Los pacientes eran casi desahuciados. *Survivor* –superviviente– llaman a Amalia Diéguez en los congresos donde va como presidenta de Fedace. Sin embargo, la aparición de una medicación específica –la trombolisis–, que logra *curar* muchos ictus isquémicos; la mejora de los servicios de emergencia, y la creación de unidades de ictus especializadas en algunos hospitales han logrado reducir la mortalidad de este gran desconocido. Sólo un 15% de la población sabe lo que es un ictus, según Jorge Matías-Guiu, coordinador de la Estrategia Nacional del Ictus. Y es vital reconocer sus síntomas.

No todos fulminan al afectado, como a Llorenç. La mayoría avisan mientras ocurren. Y hay que hacerles caso. “La pérdida repentina de fuerza o sensibilidad en un lado del cuerpo o la cara; la pérdida de visión; la dificultad para expresarse; un súbito e intenso dolor de cabeza sin causa aparente, o una sensación de vértigo añadida” son, según Jaime Masjuan, coordinador de Estudios Cerebrovasculares de la SEN, razones para llamar a emergencias. Ya se ha visto la velocidad de destrucción neuronal de un ictus sin tratar. Nunca es pronto para pedir ayuda. “Tiempo es cerebro”, advierten los neurólogos Masjuan y Matías-Guiu.

Llorenç se ha despertado de la siesta. La rehabilitación le deja baldado. Hoy no le toca fisioterapia por la tarde –va tres días por semana–, así que llama a Pat para ir al *sequer*. En explanadas empedradas como ésta ponían a secar los abuelos de los chicos

de Inòpia el arroz que ha dado de comer a sus familias. Hoy es la leonera donde improvisan las *jam-sessions* del grupo. Llorenç coge el bajo. El solfeo se le había “borrado del coco” pero poco a poco el ritmo volvió a su cabeza y hoy escribe algún acorde. Tocar es otro asunto. La mano derecha, floja por la hemiparesia, flota sobre las cuerdas y sólo logra arrancarles un lamento desvaído.

“Me da rabia no tocar. Me frustra, tío”, confiesa a Pat, que le consuela: “Al menos punteas, no te obsesiones, poc a poc”.

Desde el ictus de Llorenç, Pat ha hecho algunas cosas. Montó una asesoría, se casó y ha tenido un hijo. Inòpia sigue en la brecha con un bajista sustituto. Muchos de los colegas de Martínez en el *master*, esos que se quedaron conmocionados al conocer la mala suerte “del mejor de su promoción”, trabajan en medios de comunicación. Los amigos de verdad siguen yendo de Madrid a Sueca sólo para comer con él. Todos se debaten entre la alegría de ver a su amigo vivo, la admiración ante su voluntad y sus progresos, y cierta melancolía al pensar en lo que pudo haber sido y, por ahora, no es.

LA VIDA SIGUE. En Aguas Vivas, Ferri y su equipo comienzan a plantearse qué hacer con Llorenç. Los especialistas estiman que los mayores avances culminan entre el año y medio y los dos años tras el ictus. “Llorenç no ha tocado techo. Sigue avanzando y tiene pinta de mejorar más con rehabilitación continua. Pero también tiene que empezar a vivir”, opina el neuropsicólogo, que ha visto familias “atrapadas en una rehabilitación eterna, con la vida congelada esperando la mejoría”. “Llorenç es joven, fuerte, listo, con un entorno favorable y una familia volcada. Seguro que ajustará sus expectativas a su realidad y le sacará el máximo partido”.

Ha sido un día intenso. Llorenç está cansado. “Es raro estar al otro lado. De reportero a entrevistado”, dice como diciendo: esto es lo que hay. Así vive. Al día. Imponiéndose retos razonables. Controlar el ratón del portátil. La púa del bajo. Escribir más y mejor. Salir con dinero propio a “mirar flequillos”. ¿Trabajar? “Ja veurem. Yo creía que después de ane-u-risma, un año de rehabilitació y a redactar... Mentira cochina. ¿Volveré al periodismo, conduciré. A lo mejor sí. O no. Creo que puedo. Poquet a poquet”. Antes de irnos, nos lleva al bar España, donde hay expuesta una foto de su “iaio” plantando arroz. El abuelo Llorenç murió en 2008 mientras su nieto estaba mudo, inmóvil, perplejo. El final de su nota es para él: “No profesaba el cristianismo. Yo tampoco. Pero estaría orgulloso si yo me pusiera bien. Lo he conseguido, iaio”. ●