

Verónica Zabala

# El envejecimiento se lee en los genes

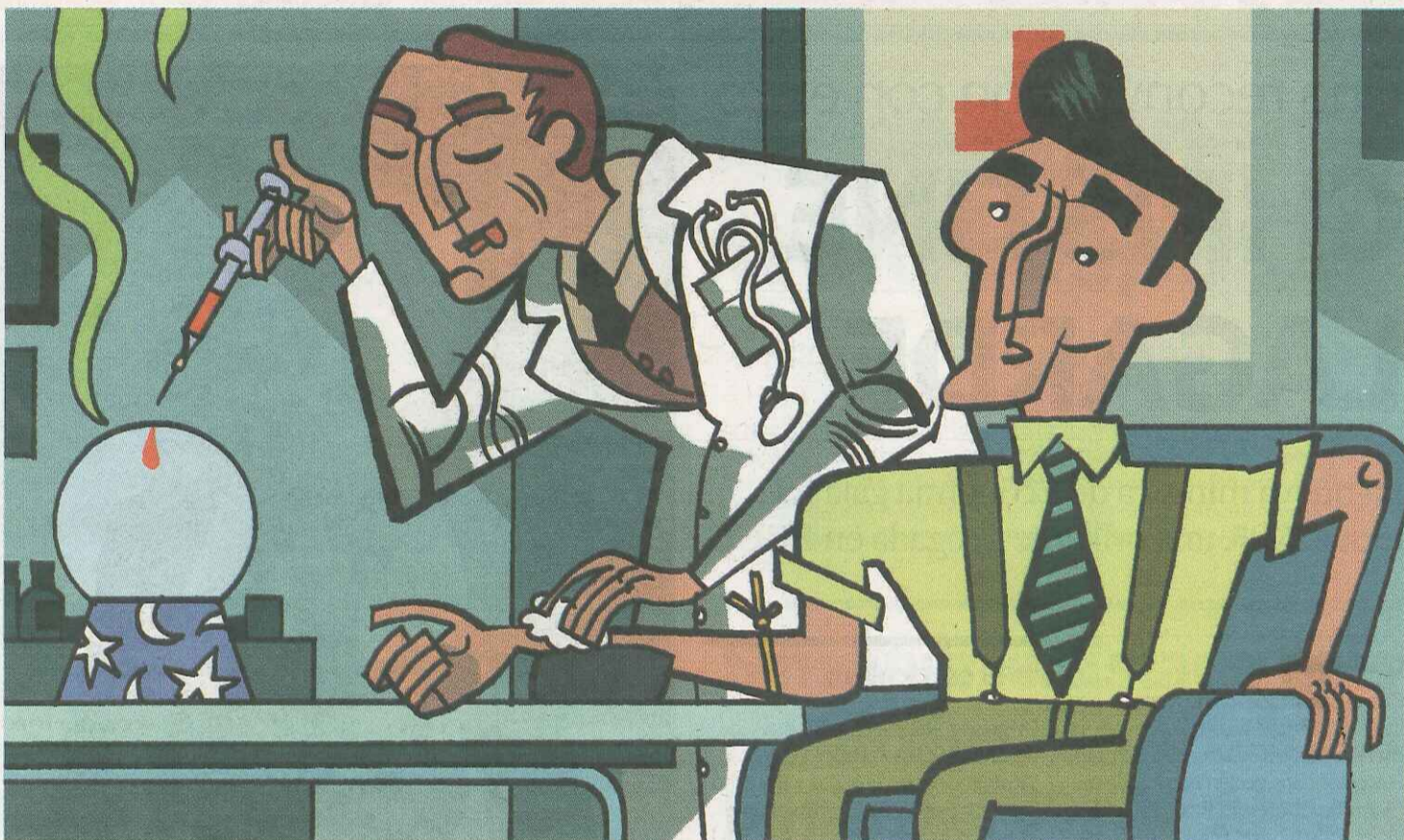
La Clínica Planas trae un novedoso sistema 'antiaging' de detección de alteraciones genéticas

El libro *Antiaging. Vive más años sintiéndote más joven*, de los doctores Julián Bayón y Manuel Sánchez, recoge un estudio que dice que en el año 2025 habrá dos personas con más de 60 años por cada adolescente. En 2050, si este proceso no se detiene, el número de ciudadanos de 65 años o más pasará a ser casi uno de cada tres. Pero la clave no está sólo en vivir más, sino en hacerlo en las mejores condiciones de salud física y mental. Habrá pocos jóvenes que nos saquen a pasear.

En estas predicciones se basan los famosos tratamientos *antiaging*. La Clínica Planas de Barcelona, para la que trabajan ambos doctores, ha sido uno de los centros pioneros en este método. También es el primer centro en incorporar el uso de un biochip para detectar hasta 70 alteraciones genéticas, con el fin de diagnosticar el riesgo de padecer enfermedades relacionadas con el envejecimiento y marcar las pautas para prevenirlas.

## Prevenir enfermedades

"El gen en sí no lo podemos modificar, porque es imposible, pero sí podemos cambiar sus consecuencias", explica el doctor Bayón. Este diagnóstico biotecnológico permite prevenir enfermedades como la osteoporosis, los trastornos cardiovasculares o el cáncer de próstata (lo que no quiere decir que lo vayan a desarrollar). La ventaja principal del biochip de ADN radica en poder obtener información de muchos genes a la vez con un único experimento basado en un análisis de sangre. Si hasta ahora los médicos habían tenido capacidad para analizar 6 genes, este sistema le permite conocer



JAVIER OLIVARES

70 y, de aquí a final de año, se espera llegar a los 200.

Un chip de ADN consta de una lámina delgada sobre la que se hacen orificios diminutos que se rellenan con fragmentos de ADN, cuya secuencia se conoce de antemano; el material genético se marca con reactivos fluorescentes; y la reacción de la molécula control con cada uno de los oligonucleótidos hace factible apreciar, gracias a la fluorescencia emitida, si alguna secuencia responde a una anomalía. El equipo médico procurará modificar los parámetros alterados durante el primer año, para más tarde volver hacer una batería de pruebas y pasar al siguiente paso: mejorar esos valores. "La gente que viene a nosotros quiere estar estupendamente", declara el doctor Bayón.

El biochip se suma al sistema habitual *antiaging*, que se basa en someter al paciente a un exhaustivo reconocimiento médico, físico y mental para recetarle un tratamiento que constará de una dieta equilibrada, a la que habrá que añadir suplementos naturales; ejercicios físicos (mínimo tres veces por semana) y mentales; y un control riguroso del estrés, que es uno de los factores más negativos para el envejecimiento dado su poder oxidante.

## Empezar a los 30

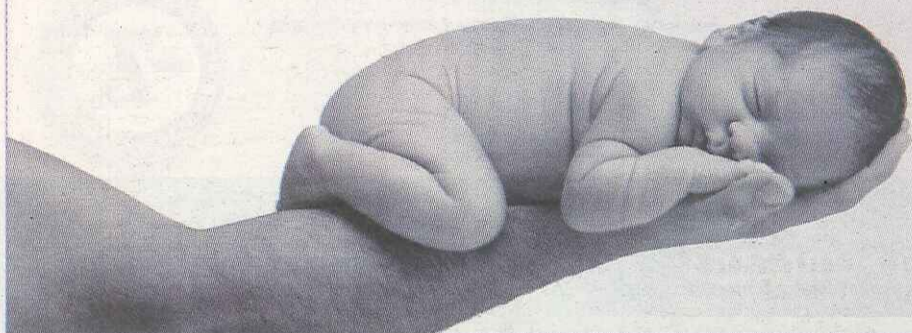
Desde el año 2001, la Clínica Planas ha tratado con este sistema a 320 pacientes, con una media de edad de 50 años. Y, aunque Bayón recomienda empezar a cuidarse a los 30, "que es la edad en la que empezamos a envejecer", no

## El sistema de la Clínica Planas diagnostica el riesgo de padecer enfermedades con la vejez

pone límites, porque nunca es tarde para empezar a cuidarse. Uno de sus pacientes tiene actualmente 88 años, comenzó a tratarse con 83 y juega al tenis. Para seguir sus pasos se debe desembolsar 6.000 euros, que incluyen las pruebas y el seguimiento posterior.

Según el doctor Jorge Planas, director médico de la clínica, "en el futuro, la medicina *antiaging* pasará de ser una medicina preventiva a una predictiva, que nos permita pronosticar y por tanto evitar muchos procesos degenerativos ligados al envejecimiento. Y lo que es más importante, será una medicina regenerativa que, con la utilización de células madre y la ingeniería de tejidos, entre otros recursos, permitirá restaurar aquellos tejidos deteriorados como consecuencia del paso del tiempo".

Con Mutua Madrileña y Aresa  
nace un nuevo concepto  
de seguro de salud.



## Aresa

Asegurar tu coche. Hacer crecer tus inversiones. Garantizar tu jubilación. Desde hace 75 años te hemos ofrecido los mejores seguros para cuidar de todo lo que te rodea. Hoy damos un paso más, hoy queremos cuidar de ti y de tu familia.

Por eso, Mutua Madrileña a través de Aresa, su compañía de asistencia sanitaria, crea un nuevo concepto de seguro de salud. Más avanzado, adaptado a tus necesidades, pensado para ti.

MUTUAMADRILEÑA

902 130 555 www.grupomutua.es

CANTABRIA  
2007  
LA BUENA TIERRA DE JÓRULO