EL POU de la gallina
Revista manresana d'informació i opinió

Gent | Bernat de las Heras | Actualitzat el 04/01/2019 a les 12:18

Bernat de las Heras. Des de Mont-real (Quebec)

D'AQUÃ• I D'ALLÃ€.Â Â«M'han donat l'oportunitat de fer un doctorat liderant un projecte sobre l'impacte de la genÃ¨tica en la recuperaciÃ³ postictusÂ».

A la dreta, Bernat de las Heras. El tercer de l'esquerra és el professor Marc Roig, amb la resta de components del Memory Lab de McGill University.

Vint minuts és el que va durar la conversa per Skype amb Marc Roig, un professor de McGill University que, en principi, només m'havia de recomanar universitats per anar estudiar a l'estranger i que al final es va acabar convertint en una proposició per anar al seu laboratori de recerca al Canadà. Encara recordo acabar aquella trucada, respirar a fons i dir-me a mi mateix: «Vale, Bernat, vas a Canadà». Cinc mesos i uns quants entrebancs després d'aquella trucada em trobava sol amb una maleta a l'aeroport de Barcelona amb un vol d'anada a Mont-real, preparat per encarar un dels reptes més importants de la meva vida. Després de vuit hores creuant l'Atlàntic i entrant per la desembocadura del riu Saint Laurent, vaig aterrar finalment a l'illa de Mont-real. Difícilment es pot explicar amb paraules l'emoció del moment, però només per aquell instant totes les dificultats havien valgut la pena. Després de passar divuit anys a Manresa i set a Girona, la pròxima etapa seria Canadà, on passaria els següents dos anys fent un màster a la Universitat de McGill.

Es fàcil enamorar-te del Canadà. Un país de països, on et trobes gent arribada d'arreu del món i on et pots perdre escoltant les fascinants històries sobre els seus orígens i de com han acabat arribant fins aquí. Una de les coses que més m'ha sobtat és que, tot i ser de diferents orígens, hi ha un fort sentiment de pertinença a un país que no només els ha acollit sinó que els ha donat l'oportunitat de ser-ne part i fer-lo créixer. Un país que, tot i ser el segon més gran del món, hi viuen només 35 milions de persones. Un país on tant estàs a -30 graus a l'hivern, com a 30 a l'estiu, on hi ha més esquirols que coloms i on has de pagar el 15% de propina a restaurants i bars si no vols que et facin males cares. El Quebec tampoc no és com la resta d'estats. No només perquè es parla francès, sinó també pel seu estil de vida i cultura, molt mes europeïtzat. I si hagués de definir Montreal en una metàfora, la ciutat seria com el fill entre un francès i un americà.

Però tornant al motiu d'aquesta aventura, després de fer el grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport i estar treballant de preparador físic al Bàsquet Girona, em trobo a la McGill University, una de les més punteres del món en recerca, estudiant un camp que fins fa ben poc desconeixia completament: neurociència. I tenint l'oportunitat de poder estar en un laboratori on s'estudien els efectes de l'exercici físic al cervell i com aquest pot influir en la recuperació de diferents malalties com ictus, Parkinson o Alzheimer, però també en aspectes tan crucials com l'aprenentatge i la memòria. Sabem que l'exercici pot incrementar la plasticitat neuronal del cervell i millorar la nostre capacitat per aprendre. Si us diguessin que sortint a córrer vint minuts després d'estudiar per un examen, tocar la guitarra, o aprendre un nou moviment ja sigui d'un esport o de la vida quotidiana, aprendríeu més ràpid, ho faríeu? L'aventura no s'acaba aquí. Fa tres setmanes m'han donat l'oportunitat de poder continuar els meus estudis fent un doctorat a McGill liderant un projecte sobre l'impacte de la genètica en la recuperació postictus. Per tant, encara em queden quatre anys més d'aventura al país de l'hoquei sobre gel. De vint minuts a quatre anys, de les Escodines al Canadà.

Bernat de las Heras i de Miguel fa recerca a la McGill University de Mont-real (Quebec).