

Prop de 1.500 persones assisteixen a la cinquena edició del cicle de xerrades divulgatives “Recuerda”

- La Dra. Anna Brugulat, neuropsicòloga i investigadora del Barcelonaβeta Brain Research Center ha explicat els últims avanços en la recerca sobre l'impacte de l'Alzheimer en les dones.
- Glòria Mas, neuropsicòloga i gestora de projectes de la Fundació Pasqual Maragall, ha ofert consells per a promoure les capacitats cognitives de les persones amb Alzheimer a casa.
- Aquesta iniciativa de la Fundació Pasqual Maragall reafirma el seu compromís amb la divulgació i sensibilització per a canviar la consideració social de l'Alzheimer.

Barcelona, 22 d'abril de 2024 - La Fundació Pasqual Maragall ha organitzat la **cinquena edició del cicle de trobades en línia “Recuerda”** en els que s'ha aprofundit en la visió científica actual de l'impacte de la malaltia en dones i també en com estimular cognitivament a una persona amb Alzheimer a casa.

En la primera de les xerrades, la **Dra. Anna Brugulat**, neuropsicòloga i investigadora del Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC) ha tractat l'impacte de l'Alzheimer en les dones, ja que actualment per cada home diagnosticat es diagnostiquen dues dones, segons dades de l'americana *Alzheimer's Association*. En aquest sentit, ha destacat que, gràcies a l'avanç científic en la recerca centrada en la salut cerebral de la dona, s'han descobert dades importants, entre elles, que **“les dones tenen més probabilitat de desenvolupar Alzheimer a causa d'una major propensió a acumular la proteïna Tau, associada estretament amb l'aparició de la malaltia, la qual cosa pot accelerar la seva deterioració cognitiva en comparació amb els homes”**.

A més, la **Dra. Brugulat**, ha indicat que **“alguns estudis suggereixen que dones amb dos o més fills podrien tenir un major risc de desenvolupar Alzheimer, a causa dels canvis biològics i als ajustos en l'estil de vida que implica la maternitat. D'altra banda, existeixen estudis que han observat com la menopausa, caracteritzada per una disminució en els nivells d'estrògen, també s'associa amb un augment en el risc de manifestar característiques de la malaltia”** i per ells és crucial aprofundir en l'estudi i la comprensió de la menopausa relacionada amb l'Alzheimer.

L'afectació de l'Alzheimer en dones es pot considerar, a més, com "doblement femenina", ja que **tres de cada quatre persones cuidadores són dones**, segons les dades extretes del programa de

suport i formació per a persones cuidadores duts a terme per la Fundació Pasqual Maragall el 2022. Això es deu al fet que les dones solen assumir el rol de cuidadores de manera no voluntària, la qual cosa pot portar a una càrrega emocional considerable.

Una altra de les consideracions de la sessió ha estat que **les dones tendeixen a ser més actives en la cerca d'activitats que promoguin el seu benestar físic i mental**, com el ball o el ioga, possiblement influenciades per factors socials, culturals i biològics *“el que suggereix un major nivell de consciència sobre la importància de la recerca mèdica i de la cura personal”*, segons la Dra. Brugulat.

Recomanacions per a promoure les capacitats cognitives

En la segona sessió del cicle "Recuerda" s'han aportat consells per a millorar les habilitats cognitives dels qui pateixen Alzheimer. **Glòria Mas**, neuropsicòloga i gestora de projectes de la Fundació Pasqual Maragall, ha indicat que *“per a promoure aquestes capacitats a casa, és essencial basar-les en els gustos de la persona i tractar d'ajustar-les al grau de preservació, sense sobre protegir ni plantejar demandes excessivament difícils”*. Estimular mitjançant la música, la caixa dels records, els jocs de taula o converses personalment rellevants poden contribuir positivament a mantenir-nos més presents i actius. Així mateix, Mas va assegurar que *“trobar activitats amenes i significatives que suposin un repte assolible, és la clau perquè l'estimulació cognitiva sigui reeixida”*.

Per acabar, ha destacat la utilitat del programa de la Fundació "[Aprèn a cuidar i a cuidar-te](#)", que proporciona les eines necessàries per a gestionar el dia a dia com a familiar cuidador d'una persona amb Alzheimer, afavorint el benestar i qualitat de vida d'ambdues.

L'Alzheimer en xifres

Actualment s'estima que l'Alzheimer i les malalties neurodegeneratives afecten 900.000 persones, xifra que es tradueix en una de cada deu de més de 65 anys i un terç de les de més de 85. Aquestes patologies són una de les causes principals de mortalitat, discapacitat i dependència. Si no es troba una cura efectiva i amb l'esperança de vida en augment, l'any 2050 el nombre de casos podria triplicar-se al món, superant el milió i mig de persones només a Espanya, un fet que podria arribar a col·lapsar els sistemes sanitaris i assistencials.

Sobre la Fundació Pasqual Maragall

La Fundació Pasqual Maragall és una entitat privada sense ànim de lucre que va néixer l'abril del 2008, com a resposta al compromís adquirit per Pasqual Maragall (exalcalde de Barcelona i expresident de la Generalitat de Catalunya) en anunciar públicament que se li havia diagnosticat Alzheimer. La Fundació està dirigida per Arcadi Navarro i presidida per Cristina Maragall, filla de Pasqual Maragall. Aquest últim ostenta el càrrec de president d'honor.

Més de 200 professionals treballen actualment a la Fundació amb una doble missió: promoure la recerca per prevenir l'Alzheimer, i oferir solucions que millorin la qualitat de vida de les persones afectades, les seves famílies, i els seus cuidadors. En l'àmbit de la investigació científica, la Fundació compta amb el Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), centre de recerca dedicat a la prevenció de la malaltia i a l'estudi de les funcions cognitives afectades en l'envelliment sa i patològic.

fundació pasqual maragall

Tot això és possible gràcies al suport d'una quinzena d'entitats i una base social de més de 75.000 socis, que contribueixen econòmicament a la continuïtat del projecte. El seu suport és imprescindible per continuar treballant per un futur sense Alzheimer, ja que la investigació científica és l'únic camí per vèncer la malaltia.

Per col·laborar amb la Fundació Pasqual Maragall: <https://fpmaragall.org/ca/donatius/>

Per a més informació: <https://fpmaragall.org/ca/>



CONTACTE DE PREMSA:

Agència de Comunicació

ATREVIEWA

Esther Seró / Cristina Campabadal

esero@atrevia.com / ccampabadal@atrevia.com

667 632 909 / 644 24 11 67

Departament de Comunicació

Fundació Pasqual Maragall

Laura Estol

lestol@fpmaragall.org

93 316 09 90

La Fundació Pasqual Maragall compta amb el suport de:

