

Oviedo se suma a la prevención del Alzheimer en la jornada "Cuando te cuidas"

- Más de 170 personas han asistido a la sesión divulgativa organizada por la Fundación Pasqual Maragall sobre cómo controlar los factores de riesgo modificables del Alzheimer, a cargo del Dr. Chema González de Echávarri.
- La Fundación Pasqual Maragall lleva 15 años dedicada a la investigación dirigida a la prevención del Alzheimer, y proporcionando alternativas que mejoren la calidad de vida tanto de los afectados como de sus familias y cuidadores.

Oviedo, 10 de mayo de 2024 – Más de 170 personas han asistido al evento divulgativo de prevención en Alzheimer *‘Cuando te cuidas, el Alzheimer da un paso atrás’* organizado por la Fundación Pasqual Maragall. Esta iniciativa, realizada en el Hotel Reconquista, forma parte de los esfuerzos de concienciación social de la fundación, que también se dedica a apoyar la investigación de la enfermedad y busca sensibilizar al público sobre la relevancia crucial de adoptar hábitos saludables mediante una iniciativa que combina diversión y educación.

El **Dr. Chema González de Echávarri**, neurólogo de la Fundación Pasqual Maragall y responsable de la Unidad de Demencias del Hospital Joan XXIII de Tarragona, explicó en la ponencia que el Alzheimer tiene múltiples causas, algunas inevitables como el envejecimiento, y otras modificables, como el sedentarismo o la hipertensión. Destacó la importancia de abordar estos factores de riesgo para prevenir la enfermedad y ralentizar su progresión.

También enfatizó que la investigación ha revelado que uno de cada tres casos de Alzheimer puede atribuirse a factores modificables relacionados con la salud cardiovascular y el estilo de vida. Destacó que llevar un estilo de vida sedentario o poco saludable aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades, lo que afecta negativamente a la salud cerebral. Subrayó la importancia de adoptar hábitos saludables para proteger tanto el corazón como el cerebro.

Además, el Dr. González de Echávarri ha señalado que *“cada cuatro segundos se diagnostica un nuevo caso de Alzheimer en el mundo. Y más concretamente, 1 de cada 10 personas mayores de más de 65 años padece Alzheimer, y un tercio de las de más de 85”*. Dado que no hay una cura conocida para la enfermedad en este momento, enfocarse en la prevención es esencial para disminuir el riesgo de padecerla y para mitigar su gravedad en caso de que se desarrolle.

El papel crucial de la familia, cuidador principal en la mayoría de los casos

En la charla también se abordó el impacto del Alzheimer en la familia del paciente, quienes generalmente asumen el papel principal de cuidador, brindando atención directa al afectado por la enfermedad. *“A medida que la enfermedad progresa y los síntomas empeoran, la persona afectada depende más del cuidador, una tarea que, en la mayoría de los casos (8 de cada 10), recae en un miembro de la familia.”*, ha comentado el experto.

Así, ha destacado que *“los cuidadores familiares suelen dedicar alrededor de 70 horas semanales al cuidado, en una enfermedad que normalmente persiste entre 7 y 15 años. Estos datos resaltan el impacto significativo que el Alzheimer tiene en la familia y el entorno del paciente”*.

El Dr. González de Echávarri enfatizó la necesidad del autocuidado y la salud tanto física como mental de los cuidadores, no solo para proporcionar una atención adecuada a los pacientes con Alzheimer, sino también para preservar su propio bienestar emocional. La Fundación Pasqual Maragall ofrece el programa en línea **"Aprende a cuidar y a cuidarte"**, que brinda recursos y apoyo emocional a los familiares que cuidan a personas con Alzheimer. Este programa tiene como objetivo facilitar la comprensión y aceptación de la enfermedad, así como la gestión diaria. Más de 1.500 cuidadores han participado en los más de 140 grupos de apoyo desarrollados por la Fundación.

Novedades en la investigación del Alzheimer

Al finalizar el evento, se resaltaron los últimos progresos en el diagnóstico y tratamiento del Alzheimer, poniendo énfasis en un cambio significativo en la forma en que se detecta la enfermedad. El Dr. González de Echávarri mencionó que desde el Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), centro de investigación de la Fundación Pasqual Maragall, se han desarrollado nuevos métodos de detección del Alzheimer, como los biomarcadores en sangre. Estos biomarcadores permiten identificar de manera precisa las etapas iniciales de la enfermedad y determinar qué individuos necesitan pruebas adicionales para confirmar el diagnóstico.

Más información: www.fpmaragall.org

El Alzheimer en cifras

Actualmente se estima que el Alzheimer y las enfermedades neurodegenerativas afectan a 900.000 personas, cifra que se traduce en una de cada diez de más de 65 años y un tercio de las de más de 85. Estas patologías son una de las causas principales de mortalidad, discapacidad y dependencia. Si no se encuentra una cura efectiva y con la esperanza de vida en aumento, en el año 2050 el número de casos podría triplicarse en el mundo, superando el millón y medio de personas sólo en España, un hecho que podría llegar a colapsar los sistemas sanitarios y asistenciales.

Sobre la Fundación Pasqual Maragall

La Fundación Pasqual Maragall es una entidad privada sin ánimo de lucro que nació en abril de 2008, como respuesta al compromiso adquirido por Pasqual Maragall (exalcalde de Barcelona y expresidente de la Generalidad de Cataluña) al anunciar públicamente que se le había diagnosticado Alzheimer. La Fundación está dirigida por Arcadi Navarro y presidida por Cristina Maragall, hija de Pasqual Maragall. Este último ostenta el cargo de presidente de honor.

Más de 200 profesionales trabajan actualmente en la Fundación con una doble misión: promover la investigación para prevenir el Alzheimer, y ofrecer soluciones que mejoren la calidad de vida de las personas afectadas, sus familias, y sus cuidadores. En el ámbito de la investigación científica, la Fundación cuenta con el Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), centro de investigación dedicado a la

prevención de la enfermedad y al estudio de las funciones cognitivas afectadas en el envejecimiento sano y patológico.

Todo esto es posible gracias al apoyo de una quincena de entidades y una base social de más de 75.000 socios, que contribuyen económicamente a la continuidad del proyecto. Su apoyo es imprescindible para seguir trabajando por un futuro sin Alzheimer, puesto que la investigación científica es el único camino para vencer la enfermedad.

Para colaborar con la Fundación Pasqual Maragall: <https://fpmaragall.org/donativos/>

Para más información: <https://fpmaragall.org/>



CONTACTO DE PRENSA:

**Agencia de Comunicación
ATREVIA**

Esther Seró / Cristina Campabadal

esero@atrevia.com / ccampabadal@atrevia.com

667 63 29 09 / 644 241 16

Dto. de Comunicación Fundación Pasqual Maragall

comunicació@fpmaragall.org / 933 26 31 90