

Alcalá de Henares se suma a la prevención del Alzheimer con más de 100 asistentes a la sesión 'Cuando te cuidas'

- Más de 100 personas han asistido a la sesión divulgativa organizada por la Fundación Pasqual Maragall sobre la prevención de la enfermedad de Alzheimer en la Sala Margarita Xirgu, a cargo de la Dra. Nina Gramunt
- La Fundación Pasqual Maragall lleva 15 años dedicándose a la investigación y prevención del Alzheimer, además de apoyar a las familias afectadas y concienciar a la sociedad sobre la enfermedad en toda España

Alcalá de Henares, 5 de noviembre de 2024 – Más de 100 personas asistieron ayer a la charla divulgativa titulada '**Cuando te cuidas, el Alzheimer da un paso atrás**', organizada por la Fundación Pasqual Maragall en la Sala Margarita Xirgu de Alcalá de Henares. El evento tuvo como objetivo sensibilizar y educar sobre la prevención del Alzheimer a través de hábitos de vida saludables, en línea con el compromiso de la fundación de promover el bienestar y la investigación en torno a esta enfermedad neurodegenerativa.

La conferencia fue conducida por la **Dra. Nina Gramunt**, neuropsicóloga reconocida y experta en formación y divulgación de la Fundación Pasqual Maragall, quien subrayó la importancia de los hábitos saludables en la prevención del Alzheimer. Según datos recientes, se estima que uno de cada tres casos de Alzheimer podría evitarse mediante la adopción de un estilo de vida saludable, incluyendo la práctica regular de ejercicio físico, una dieta equilibrada y el mantenimiento de la actividad cognitiva y social.

El evento se celebró en un contexto en el que el Alzheimer representa la segunda mayor preocupación para los madrileños, después del cáncer. Según el estudio "Actitudes y percepciones de la población española sobre el Alzheimer" publicado por la fundación en 2023, el 67% de los ciudadanos en la Comunidad de Madrid conoce a una persona afectada por esta enfermedad, reflejando su alta incidencia en la región. La Dra. Gramunt destacó que "*la percepción pública del Alzheimer como una de las principales preocupaciones de salud se debe, en gran medida, a su impacto en la calidad de vida tanto de quienes lo padecen como de sus cuidadores*".

"Es necesario que la población entienda el papel de los factores de riesgo modificables, como el sedentarismo y la alimentación, en la prevención del Alzheimer", enfatizó la **Dra. Gramunt**. De acuerdo con el informe, el envejecimiento (56%) y la genética (50%) son

comúnmente identificados como los principales factores de riesgo, aunque solo el 1% de los casos de Alzheimer son hereditarios.

Con iniciativas como esta, la Fundación Pasqual Maragall reafirma su misión de sensibilizar a la sociedad sobre el Alzheimer y la importancia de adoptar estilos de vida que promuevan el envejecimiento saludable, proporcionando herramientas para reducir su impacto en las próximas generaciones.

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:

Departamento de Comunicación

Fundación Pasqual Maragall

Mar Escardó

mescardo@fpmaragall.org

93 316 09 90

Agencia de comunicación

ATREVIÀ

Esther Seró / Cristina Campabadal

esero@atrevia.com / ccampabadal@atrevia.com

667 632 909 / 644 24 11 67