

## La Fundació Pasqual Maragall impulsa la prevenció de l'Alzheimer amb un esdeveniment divulgatiu a la Corunya

- Més de 150 persones han assistit a la sessió divulgativa organitzada per la Fundació Pasqual Maragall sobre com prevenir l'Alzheimer a l'Auditori Sede Afundación a La Corunya, a càrrec de la Dra. Nina Gramunt Fombuena
- La Fundació Pasqual Maragall porta 15 anys dedicada a la recerca i prevenció de l'Alzheimer, però també al suport a les famílies afectades i a la conscienciació social sobre la malaltia a tota Espanya

**La Corunya, 14 de juny de 2023** – Més de 150 persones han assistit a l'esdeveniment divulgatiu de prevenció en Alzheimer a través d'hàbits de vida saludables **“Quan et cuides, l'Alzheimer fa un pas enrere”** organitzat per la Fundació Pasqual Maragall. La trobada, celebrada a l'Auditori Sede Afundación a la Corunya, s'emmarca en labor de conscienciació social de l'entitat, aspecte clau en la seva missió juntament amb la seva aportació a la recerca de la malaltia.

La **Dra. Nina Gramunt**, neuropsicòloga experta en formació i divulgació de la Fundació Pasqual Maragall, ha estat l'encarregada de conduir la sessió i ha explicat l'origen de l'Alzheimer: *“només l'1% dels casos és per causes purament genètiques. L'Alzheimer és una malaltia amb un origen multifactorial, compost per factors no modificables, com l'edat o la genètica i factors modificables, com els relacionats amb el control del risc cardiovascular o els relacionats amb l'estil de vida, que contribueixen al seu desenvolupament.”*

Per aquest motiu, la Dra. Gramunt ha posat l'accent en la importància de la prevenció, considerant tres nivells: primària, secundària i terciària. *“De la mateixa forma que existeixen diferents fases de l'Alzheimer atesos els canvis neuropatològics i l'evolució dels símptomes, distingim diferents mesures de prevenció per a cada fase. En aquest sentit, és important esmentar que, en la prevenció primària, aquella que aplica a evitar l'aparició d'alteracions neuropatològiques que puguin derivar en deterioració cognitiva, la via fonamental per a reduir el risc de patir la malaltia és a través del control dels factors de risc cardiovascular i la promoció d'hàbits de vida saludables, com l'exercici físic, una dieta equilibrada, activitat cognitiva i procurar un somni reparador”.*

De la mateixa manera, s'ha detallat la importància de la detecció precoç i de la recerca capdavantera com a elements clau per a la prevenció secundària i terciària en l'evolució de la malaltia. En aquest punt, la Dra. Gramunt ha destacat la feina del Barcelonaβeta Brain Research Center, el centre de recerca de la Fundació Pasqual Maragall, i la seva cohort Alfa, impulsada per la Fundació “la Caixa”, una de les mostres poblacionals més rellevants per a la recerca de l'Alzheimer. *“Gràcies a les més de 2.700 persones cognitivament sanes que formen part d'aquesta cohort longitudinal i se sotmeten voluntàriament a proves exhaustives, podem acostar-nos a entendre l'evolució de la malaltia i identificar els factors de risc que podrien iniciar en el seu desenvolupament”*, ha destacat la **Dra. Gramunt**.

## **El paper de les persones cuidadores**

A la trobada també s'ha tractat el paper de les persones cuidadores per garantir el màxim benestar possible dels qui pateixen la malaltia. En 8 de cada 10 casos, aquest rol sol recaure en la família, que dedica al voltant de 14 hores de mitjana al dia a la cura de la persona amb Alzheimer.

Davant aquesta situació, fomentar l'autocura i la salut física i mental de les persones cuidadores és imprescindible per a procurar una atenció adequada a la persona amb Alzheimer. Per aquest motiu, l'experta ha destacat iniciatives com el programa en línia **"Aprèn a cuidar i a cuidar-te"**, mitjançant el qual la Fundació Pasqual Maragall realitza grups de suport a familiars cuidadors a Galícia, i en tot el país, oferint recursos i eines per a la gestió del dia a dia amb una persona afectada per la malaltia promovent fonamentalment el benestar dels qui cuiden.

### **L'Alzheimer en xifres**

Actualment s'estima que l'Alzheimer i les demències 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 en el 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 a l'abril de 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.

Al voltant de 200 professionals treballen actualment a la Fundació amb una doble missió: promoure la recerca per a 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 recerca 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.

Tot això és possible gràcies al suport d'una quinzena d'entitats i una base social de més de 61.000 socis, que contribueixen econòmicament a la continuïtat del projecte. El seu suport és imprescindible per a continuar treballant per un futur sense Alzheimer, ja que la recerca científica és l'únic camí per a vèncer la malaltia.

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

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



#### **CONTACTE DE PREMSA:**

##### **Agencia de Comunicación**

ATREVIÀ

David Moreno / Esther Seró

[dmoreno@atrevia.com](mailto:dmoreno@atrevia.com) / [esero@atrevia.com](mailto:esero@atrevia.com)

682 68 76 67 / 667 63 29 09

##### **Departament de Comunicació**

Fundació Pasqual Maragall

Mar Escardó

[mescardo@fpmaragall.org](mailto:mescardo@fpmaragall.org)

93 316 09 90

La Fundació Pasqual Maragall compta amb el suport de:



FUNDACIÓN  
RAMÓN ARECES

FUNDACIÓN  
**ACS**



Allianz (AI)

FIATC

**Sabadell**  
Fundació



eurofragance



vopi4