

## Es busquen persones amb problemes de memòria per participar en un assaig clínic de prevenció de la demència

- El projecte **PENSA**, una iniciativa conjunta de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques i del BarcelonaBeta Brain Research Center, centre de recerca de la Fundació Pasqual Maragall, analitzarà si és possible frenar el declivi cognitiu en estadis previs a l'aparició a la demència, combinant un programa d'intervenció en els hàbits de vida i la ingesta d'un preparat basat en un component del te verd
- En l'estudi intervindran **200 participants amb bona salut però que tenen queixes subjectives de memòria**, una fase prèvia al deteriorament cognitiu
- El projecte ha rebut una subvenció d'1 milió de dòlars de la **Alzheimer's Association dels Estats Units**, i s'emmarca dins del projecte mundial de prevenció primària **World Wide FINGERS**

**Barcelona, 11 de desembre de 2019.** – Investigadors de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM), liderats pel Dr. Rafael de la Torre, i del BarcelonaBeta Brain Research Center (BBRC), dirigits pel Dr. José Luis Molinuevo, han iniciat el reclutament de participants per a l'Estudi PENSA (*Prevention of cognitive decline in ApoE4 carriers with Subjective Cognitive Decline after EGCG and a multimodal intervention*). Es tracta d'un assaig clínic de prevenció que seguirà durant un any a 200 persones que presenten **queixes de memòria**, un estadi que pot precedir a la malaltia d'Alzheimer.

L'objectiu de l'estudi és comprovar l'evolució dels participants i l'impacte que en ells té l'aplicació d'un programa d'intervenció multimodal en el hàbits de vida i la ingesta del complement dietètic **epigallocatequina gal·lat (EGCG)**, un compost natural del te verd. En estudis anteriors, aquest component, ha demostrat efectes positius en la funció cognitiva de persones amb síndrome de Down, en combinació amb un protocol d'estimulació cognitiva. Els participants es dividiran en quatre grups. Els participants rebran EGCG o placebo i, a més, dos dels grups rebran unes recomanacions d'estil de vida saludable mentre que els altres dos grups participaran en un programa intensiu de canvis d'estil de vida que inclouen dieta, activitat física, i estimulació cognitiva.

La selecció la farà el BarcelonaBeta Brain Research Center de la Fundació Pasqual Maragall, el Servei de Neurologia de l'Hospital del Mar juntament amb centres d'atenció primària de l'Àrea Integral de Salut (AIS) Barcelona Litoral Mar. Les persones interessades en participar hauran de completar un formulari a través de la pàgina web [www.pensaalzheimer.org](http://www.pensaalzheimer.org), on es farà un primer cribatge dels possibles participants.

Els participants **hauran de tenir entre 60 i 80 anys**, estar en bon estat físic per poder realitzar les proves i **percebre alguns problemes de memòria** que fa un temps no notaven. També és important que visquin preferiblement a Barcelona, ja que hauran d'acudir regularment a les visites presencials programades a l'estudi.



Institut Hospital del Mar  
d'Investigacions Mèdiques

barcelona**beta**  
BRAIN RESEARCH CENTER

*Nota de premsa*

### **Seguiment personalitzat**

Els investigadors faran un seguiment i control personalitzats dels participants. En una primera etapa, realitzaran un monitoratge dels seus hàbits de vida per veure el seu punt de partida. Es controlarà l'activitat física mitjançant una polsera d'activitat i també els seus hàbits dietètics.

**"Llavors, se'ls hi posaran objectius, tant de dieta com d'activitat física i un programa d'estimulació cognitiva"**, explica el Dr. Rafael de la Torre, director del Programa de recerca en Neurociències de l'IMIM.

S'ha dissenyat una aplicació per a telèfons mòbils intel·ligents que permetrà monitoritzar els hàbits de dieta, activitat física, interacció social i estat d'ànim de forma continua durant tota la intervenció. L'aplicació permet fer un seguiment individualitzat del compliment de la intervenció i adapta l'exigència dels reptes plantejats de forma personalitzada alhora que afavoreix i reforça la vinculació dels participants gràcies a l'enviament de missatges al telèfon mòbil. La intervenció inclou l'assistència un cop per setmana al gimnàs, seguiment nutricional, activitats per a potenciar l'estimulació cognitiva i suport psicoeducatiu.

L'objectiu del projecte és comprovar si aquestes intervencions serveixen per millorar la funció cognitiva d'aquestes persones abans de l'aparició dels primers símptomes de la malaltia d'Alzheimer. Com apunta el Dr. De la Torre, **"coneixem els factors de risc i els factors protectors, que són modificables. Per tant, si el programa té efectes sobre les capacitats cognitives dels participants, s'obre la porta a nous estudis per tractar de forma precoç els estadis previs a aquesta malaltia"**.

Per la seva banda, el Dr. José Luis Molinuevo, director científic del Programa de Prevenció de l'Alzheimer del BarcelonaBeta Brain Research Center, destaca que **"els investigadors que ens dediquem a la recerca de la malaltia d'Alzheimer estem apostant pels estudis de prevenció, ja que sabem que un de cada tres casos és atribuïble a factors de risc modificables"**. No obstant, a banda dels beneficis que pot comportar l'assaig sobre les capacitats cognitives dels participants, el Dr. Molinuevo remarca que **"l'estudi PENSA podria contribuir també a millorar la salut general dels participants, ja que les accions personalitzades en relació a la dieta i l'exercici incideixen directament sobre els factors de risc cardiovasculars"**.

El Dr. Molinuevo va presentar aquest estudi al juliol a Chicago, als Estats Units, en un simposi de la iniciativa mundial World Wide FINGERS, dedicada a impulsar projectes de prevenció primària del deteriorament cognitiu i la demència. PENSA forma part d'aquest consorci internacional i està finançat amb 1 milió de dòlars per l'Alzheimer's Association dels Estats Units.

En el disseny de la proposta d'activitats per a les diferents intervencions que s'han preparat per a millorar els hàbits de vida dels participants s'ha comptat, per primera vegada, amb un grup focal de 9 persones, tres de les quals procedents del Fòrum de Pacients de l'Hospital del Mar. Incorporar l'opinió i fomentar la participació de pacients en la primera fase del projecte, és una iniciativa innovadora que permet adequar millor les diferents activitats que s'han programat per aconseguir l'objectiu desitjat.

Aquest projecte compta amb el suport de Caprabo, de la Fundació Esportiva Claror, dels Laboratoris Grand Fontaine, de les empreses tecnològiques Fitbit i Medtep, del Casal Municipal de la Gent Gran Mediterrània, del Centre Cívic de la Barceloneta i de l'Escola de Noves Tecnologies Interactives (ENTI) adscrita a la Universitat de Barcelona.



Institut Hospital del Mar  
d'Investigacions Mèdiques

**barcelona**βeta  
BRAIN RESEARCH CENTER

*Nota de premsa*

## **L'Alzheimer**

Cada 4 segons es diagnostica un nou cas d'Alzheimer al món, i es calcula que actualment 50 milions de persones pateixen demència, en la major part dels casos causada per l'Alzheimer. Aquesta xifra es tradueix a Espanya en 800.000 persones afectades. Amb l'esperança de vida en augment, si no es troba un tractament per prevenir o aturar el curs de la malaltia, la xifra de casos es podria multiplicar per tres el 2050, i arribar a dimensions d'epidèmia.

Les demències tenen un cost diari a Espanya de 60 milions d'euros. El cost estimat anual per persona és de 27.000 euros, el 87 % del qual va a càrrec dels familiars de la persona afectada. La família, a més, també és la que s'ha d'ocupar de la cura del malalt en el 80 % dels casos.

## **Enllaços d'interès**

- Vídeo projecte PENSA en català: <https://youtu.be/oM7M6doRODQ>
- Vídeo projecte PENSA en castellà: [https://youtu.be/V1EmCQE8d\\_c](https://youtu.be/V1EmCQE8d_c)
- Díptic projecte PENSA: <https://bit.ly/38mHLgA>
- Pòster projecte PENSA: <https://bit.ly/2YAEvtA>

## **Sobre l'Institut Hospital del Mar de Investigacions Mèdiques (IMIM)**

L'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM) de Barcelona és un centre d'investigació científica en el camp de la biomedicina i les ciències de la salut, ubicat a l'edifici del Parc de Recerca Biomèdica de Barcelona i organitzat en cinc grans programes de recerca: Càncer, Epidemiologia i Salut Pública, Informàtica Biomèdica, Neurociències i Processos Inflamatoris i Cardiovasculars. Format per uns 700 professionals, està entre les deu institucions espanyoles amb més impacte científic en l'àrea de salut.

L'IMIM té una àmplia experiència en el camp de la recerca en Neurociències. L'any 2015 va liderar amb el Centre de Regulació Genòmica (CRG) el primer estudi que va donar evidència dels beneficis de l'ús de l'epigallocatequina gal·lat -el mateix compost que es provarà ara en demència- conjuntament amb entrenament cognitiu per a millorar el rendiment intel·lectual de persones amb Síndrome de Down.

És un centre CERCA de la Generalitat de Catalunya i està acreditat com a Institut d'Investigació Sanitària per l'Instituto de Salud Carlos III.

Per a més informació: <https://www.imim.es>

## **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) a l'anunciar públicament que se li havia diagnosticat Alzheimer. La Fundació està dirigida pel Dr. Jordi Camí i presidida per Diana Garrigosa, esposa de Pasqual Maragall. Aquest últim ostenta el càrrec de president d'honor. La missió de la Fundació és promoure la investigació per prevenir l'Alzheimer, i també oferir solucions per millorar la qualitat de vida de les persones afectades i dels seus cuidadors. Per fer possible aquests estudis, la Fundació compta amb el suport d'una quinzena d'entitats i una base social de més de 30.000 socis, que contribueixen econòmicament a la continuïtat del projecte.



Institut Hospital del Mar  
d'Investigacions Mèdiques

**barcelona**βeta  
BRAIN RESEARCH CENTER

*Nota de premsa*

L'activitat científica de la Fundació es desenvolupa al Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), que es dedica a la prevenció de la malaltia d'Alzheimer i a l'estudi de les funcions cognitives afectades en l'envelliment sa i patològic.

Per a més informació: [www.fpmaragall.org/ca/](http://www.fpmaragall.org/ca/); [www.barcelonabeta.org/ca](http://www.barcelonabeta.org/ca)

### **Més informació**

Servei de Comunicació IMIM/Hospital del Mar: Marta Calsina 93 3160680 [mcalsina@imim.es](mailto:mcalsina@imim.es), Rosa Manaut, 618509885 [rmanaut@imim.es](mailto:rmanaut@imim.es), David Collantes 600402785 [dcollantes@hospitaldelmar.cat](mailto:dcollantes@hospitaldelmar.cat)

Departament de Comunicació Fundació Pasqual Maragall/Barcelonaβeta Brain Research Center:  
Beatriz Blasco 933160990 [bblasco@barcelonabeta.org](mailto:bblasco@barcelonabeta.org). Atrevia: Laura Puig 934190630  
[lpuig@atrevia.com](mailto:lpuig@atrevia.com)