

Girona s'implica en la prevenció de l'Alzheimer amb la jornada "Quan et cuides"

- Més de 120 persones han assistit a la sessió divulgativa organitzada per la Fundació Pasqual Maragall sobre la prevenció de la malaltia d'Alzheimer a càrrec de la Dra. Nina Gramunt
- Des de fa 15 anys, la Fundació Pasqual Maragall es dedica a la recerca i prevenció de l'Alzheimer, a més de donar suport a les famílies afectades i conscienciar la societat sobre la malaltia



Girona, 11 de desembre de 2024 – Més de 120 persones han assistit a l'esdeveniment divulgatiu sobre la prevenció de l'Alzheimer titulat "*Quan et cuides, l'Alzheimer fa un pas enrere*", organitzat per la Fundació Pasqual Maragall. La xerrada, celebrada a l'Auditori Josep Irla de Girona, s'emmarca en el compromís de l'entitat amb la conscienciació social i la recerca sobre la malaltia.

La sessió, impartida per la **Dra. Nina Gramunt Fombuena**, neuropsicòloga experta en formació i divulgació de la Fundació Pasqual Maragall, ha abordat els factors de risc modificables associats a l'Alzheimer i ha ofert consells sobre com adoptar hàbits de vida saludables amb l'objectiu de prevenir la malaltia, ja que "*adoptant aquestes pràctiques es podrien evitar el 45% dels casos de demència*", ha assenyalat la **Dra. Gramunt**. A més, s'han compartit els últims avenços en la recerca sobre detecció precoç i tractaments per a la malaltia.

"Els factors de risc relacionats amb la salut del cor també són determinants per al cervell. Cada vegada hi ha més evidència científica que allò que és bo per al cor és bo per al cervell. Els hàbits com l'exercici

físic i una bona alimentació són fonamentals, però també cal tenir en compte altres aspectes com l'activitat cognitiva contínua, la socialització, una bona salut de la son, la correcció de les deficiències auditives, ja que poden causar aïllament, i fins i tot la deficiència visual, que afecta negativament la salut cerebral", ha assenyalat la Dra. Gramunt.

Gràcies a la recerca, avui sabem que 1 de cada 3 casos d'Alzheimer es podrien prevenir amb l'adopció d'hàbits saludables. Els factors de risc modificables associats a l'aparició del deteriorament cognitiu i la demència són la inactivitat física, el consum de tabac, l'alimentació poc saludable, el consum nociu d'alcohol, l'aïllament social i la inactivitat cognitiva. Per això, evitar la seva incidència està a les mans de tots.

Percepció de l'Alzheimer a Catalunya

Al 2023, la Fundació Pasqual Maragall va publicar una nova edició de l'estudi **"Actituds i percepcions de la població espanyola sobre l'Alzheimer"**, que analitza en profunditat com perceben els espanyols la malaltia.

A Catalunya, els resultats de l'estudi van posar de manifest que **el 63% dels enquestats consideren l'Alzheimer com la segona causa de preocupació en salut**, a poca distància del càncer (68%) i per davant de l'ictus (57%) i l'infart (46%). A més, l'enquesta destaca la magnitud de l'impacte que l'Alzheimer té en la societat, **ja que 2 de cada 3 espanyols afirma conèixer algú que té o ha tingut la malaltia.**

La Fundació Pasqual Maragall reafirma el seu compromís amb la recerca i la conscienciació social per a enfrontar aquest desafiament de salut pública, promovent hàbits saludables que contribueixin a reduir la incidència de l'Alzheimer en la població.

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 darrer té 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 famílies i els 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.

Tot això és possible gràcies al suport de quinze 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/donatius/>

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

La Fundació Pasqual Maragall compta amb el suport de:



CONTACTE DE PREMSA:

Agència de Comunicació

ATREVIA

Esther Seró / Cristina Campabadal

fpmaragall@atrevia.com

667 632 909/ 644 24 11 67

Departament de Comunicació

Fundació Pasqual Maragall

Mar Escardó

mescardo@fpmaragall.org

93 316 09 90