
Investigadores de 3 universidades españolas realizan un estudio de impacto internacional sobre demencia y COVID en pacientes de Alzheimer León

- Se reclutaron más de 300 pacientes de la Comunidad, 113 de ellos usuarios del centro de día de Alzheimer León
- El estudio confirma que las terapias cognitivas ralentizan el avance de la enfermedad
- Los resultados de la investigación se publicaron el pasado mes de julio en la revista científica 'Frontiers in Medicine'
- El 21 de septiembre se celebra el Día Mundial del Alzheimer
- Los resultados de esta investigación se presentarán en la ciudad de León el próximo día 19 en una conferencia a las 19 horas en el salón de actos del Ayuntamiento de León
- Alzheimer León ha preparado numerosos actos en sus centros para visibilizar la enfermedad: conferencias, exposiciones, paellada, jornadas de convivencia, cuestaciones, bollo 'preñado' solidario...

17 de Septiembre de 2023.- 113 leoneses que asisten al Centro de Día de Alzheimer León y un objetivo claro: medir cómo el confinamiento COVID impactó en su salud. Los resultados han sido contundentes y confirman que las terapias cognitivas ralentizan el avance de la enfermedad.

Es la principal conclusión del estudio de carácter internacional que han desarrollado desde el año 2020 tres universidades españolas. Para ello, han puesto bajo la lupa la evolución de más de 300 personas diagnosticadas con demencia que acuden a centros de día de distintas asociaciones de familiares de enfermos de Alzheimer de Castilla y León. 113 de ellos, de Alzheimer León.

El estudio se denomina ‘Impacto de la interrupción de intervenciones no farmacológicas en el deterioro cognitivo en pacientes con demencia debido al confinamiento por COVID-19’.

Han dado forma a este estudio profesionales de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de León, que son miembros del Equipo Enfermero de Investigación en Salud (GREIS), y del Instituto de Biomedicina (IBIOMED), también de la ULE. Junto a ellos, profesionales de la Facultad de Medicina de la Universidad de Valladolid, y profesionales de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad del País Vasco.

La calidad del estudio ha propiciado su publicación el pasado julio en ‘Frontiers in Medicine’, revista científica del área de la Medicina especializada en demencia y terapia cognitiva.

*La demencia, de hecho, es la gran protagonista de este estudio. Se trata de un **síndrome clínico** crónico que incluye un grupo de enfermedades degenerativas específicas caracterizadas por un marcado **deterioro** en las funciones cerebrales como la **memoria**, la **capacidad cognitiva** y el **comportamiento**.*

*El tipo más común de demencia es la **enfermedad de Alzheimer**, que representa el 60%-80% de todos los casos. El Instituto Nacional de Estadística de España estima que el número de personas con demencia en España aumentará alrededor de 600.000 para 2030 y a 1 millón para 2050.*

Para evaluar la demencia se realizan pruebas neurológicas y pruebas cognitivas (Mini-Mental State Examination - MMSE).

La pandemia del COVID-19 impactó con especial crudeza en las personas con demencia y sus cuidadores. Sus rutinas se vieron interrumpidas por el cierre durante 3 meses de los centros de día.

Las personas mayores vieron reducidas sus actividades físicas, cognitivas y sociales. De la misma manera, sus cuidadores experimentaron situaciones de sobrecarga, ansiedad, depresión y soledad.

*Con esta investigación, lo que se ha buscado es **evaluar los efectos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental y el deterioro cognitivo de pacientes con demencia, así como investigar el impacto de la interrupción de la estimulación con terapia cognitiva debido a la pandemia.***

*Las terapias cognitivas son **intervenciones no farmacológicas** que se utilizan en los centros para **mejorar la calidad de vida, retrasar el deterioro cognitivo o aliviar el dolor**. El estudio realizado pone en evidencia que tienen un efecto positivo en el usuario y reducen la carga del cuidador. Entre los beneficios, aumentan el estado de ánimo y la satisfacción personal percibida, reducen la ansiedad, previenen o mejoran los síntomas de depresión, mejoran su autoestima e inclusión social, mejoran la capacidad mental y fortalecen la memoria.*

Son actividades variadas tanto de carácter físico como cognitivo: sesiones de actividad física, orientación a la realidad y reminiscencias, repaso de actividades cotidianas, cálculo, literatura, lenguaje, lectura y escritura y ejercitar las funciones ejecutivas (organización, atención, impulsos...), entre otras terapias.

Para realizar este estudio, los pacientes reclutados debieron cumplir varios criterios: tener un diagnóstico de demencia, llevar al menos un año en el centro de día de Alzheimer León y haber recibido terapia de estimulación cognitiva en el centro durante al menos 8 meses. Todos ellos debían haber sido evaluados con pruebas cognitivas antes de la pandemia (enero y febrero de 2020) y volvieron a ser evaluados tras los meses de confinamiento (julio y agosto 2020).

*Los resultados han sido reveladores. Durante el **confinamiento**, la **puntuación de la prueba cognitiva (MMSE) disminuyó** en promedio 0.4 puntos al mes, en comparación con 0.1 puntos al mes antes del confinamiento.*

*Se registraron casos donde la pandemia hizo especial mella. De hecho, **más del 10% de los participantes experimentaron una disminución de más de 10 puntos en la puntuación de la prueba cognitiva (MMSE) durante el año de confinamiento**, en comparación con solo el 5.5% antes de este período. Los investigadores detectaron, por tanto, una **aceleración del deterioro cognitivo**.*

*El estudio pone el foco en la importancia de la estimulación con terapias cognitivas y refiere que son “esenciales para estimular a las personas con demencia, retrasar el avance de la enfermedad y mejorar sus habilidades”. Asimismo, hacen referencia al “**impacto negativo**” en su calidad de vida, estado de ánimo, cognición y autoestima”.*



La falta de actividad física también es uno de los aspectos en que los expertos hacen especial hincapié. Advierten que también se relaciona con un mayor deterioro cognitivo, destacando la importancia de la actividad física en la salud mental y cognitiva de las personas mayores.

Los resultados de esta investigación se presentarán en la ciudad de León el próximo martes 19 de septiembre a las 19 horas en el salón de actos del Ayuntamiento de León.

21 de Septiembre, Día Mundial del Alzheimer. CALENDARIO DE ACTOS

El próximo 21 de septiembre se conmemora el Día Mundial de la enfermedad, una cita que desde Alzheimer León queremos aprovechar para recordar la necesidad de invertir en investigación y ayudas a la dependencia. Son la llave del futuro y sin ellas no hay avance ni calidad de vida para una sociedad cada vez más envejecida.

En la ciudad de León, más de 3.300 personas de 40 años en adelante sufren algún tipo de demencia. Son los diagnosticados, pero muchos más ya tienen síntomas y no los identifican como tal.

En Alzheimer León se ha diseñado una amplia programación de actividades durante estos días para hacer visible la enfermedad y quienes la sufren, tanto enfermos como cuidadores.



En León

LUNES 18 de SEPTIEMBRE

16:15 h **CONFERENCIA** Modalidad Presencial en Sala de Usos Múltiples de Alzheimer León y Online

"CUIDADOS INFORMALES A PERSONAS MAYORES: CONSECUENCIAS PARA LA SALUD E INTERVENCIONES DE APOYO".

PONENTE: Amaia Calderón Larrañaga. Profesora Asociada en el Centro de Investigación del Envejecimiento (ARC) del Instituto Karolinska.

MARTES 19 de SEPTIEMBRE

APOYO A LA INVESTIGACIÓN DESDE ALZHEIMER LEÓN

Presentación de estudios:

ESTUDIO Demencia en tiempos COVID: su impacto en el deterioro cognitivo.

Presentación a cargo de Leticia Sánchez Valdeón, Profesora e Investigadora de la Universidad de León.

ESTUDIO Prevención sobre las caídas.

Presentación a cargo de Paloma Gómez, Terapeuta ocupacional de Alzheimer León, y Jesús Martínez, Educador físico deportivo del Alz Deporte.

19:00 h SALÓN DE ACTOS DEL AYUNTAMIENTO DE LEÓN C/ ALFONSO V, nº 3.



MIÉRCOLES 20 de SEPTIEMBRE

11:30h a 12:45h **JORNADA DE CONVIVENCIA EN EL CENTRO CHF.**

Os animamos a visitar el Centro CHF tras la reforma y actualización de sus instalaciones. Situado en el Edificio CHF en calle Paseo del Parque.

JUEVES 21 de SEPTIEMBRE

JORNADA ANUAL DE SENSIBILIZACIÓN E INFORMACIÓN SOBRE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER. Con mesas informativas por las calles de la ciudad de León. Los Centros permanecerán abiertos y operativos. La Unidad de Memoria cierra.

DEL 21 DE SEPTIEMBRE AL 21 DE OCTUBRE

EXPOSICIÓN DEL ILUSTRADOR E HISTORIETISTA PACO ROCA “Memoria vs Olvido”.

Lugar: Biblioteca pública de León. C/ Santa Nonia, 5.



VIERNES 22 de SEPTIEMBRE

GRAN PAELLA ALZHEIMER LEÓN

En el PARQUE DE LOS REYES DE LEÓN. ABIERTO AL PÚBLICO. COMPRA DE TICKET: 7€ en el Centro Alzheimer León

11:30h - Eucaristía

12:30h a 14:00h - Vermut, música y ambiente de fiesta. Grupo La Peña

14:30h - GRAN PAELLA

16:00h - Música y BINGO

15:00h a 17:00h - Hinchables para niños

En SANTA MARÍA DEL PÁRAMO

VIERNES 22 de SEPTIEMBRE

12:00h a 13:30h - Jornada de puertas abiertas. Lugar: Centro de Día Santa María.

17:30h a 18:30h - Color entre generaciones. Actividad de pintura para todos los públicos. En la Plaza Mayor de Santa María.

19:00h - Jotas: Grupo de coros y danzas Virgen de la Guía, de Santa María del Páramo.

20:00 Bollo 'preñado' solidario y sorteo de jamón. COMPRA TICKET: 2€ en el Centro de Día Santa María.