

Investigación Un nuevo estudio analiza diversos factores y su correlación con la demencia.

Aiola Virella
 Seattle, Washington

Nueva evidencia científica apunta a que los niveles elevados de azúcar en pacientes de diabetes están correlacionados con un mayor riesgo de demencia.

Así lo dio a conocer hace unas semanas la organización AARP como parte del Proyecto de Reducción del Riesgo de Demencia, una colaboración con el Alzheimer's Disease Data Initiative (AD Data Initiative) y el Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) de la Universidad de Washington, que estudia los factores de riesgo para las condiciones que implican demencia. La iniciativa comenzó con el estudio de tres factores de riesgo, que incluyen la diabetes, pero analizará específicamente 12 factores clave de demencia en Estados Unidos. Recientemente, se anunciaron, en Seattle, los primeros resultados sobre el fumar, la contaminación del aire y la diabetes.

Sobre la diabetes, se concluyó que los niveles elevados de glucosa plasmática en ayunas (FPG), un marcador de diabetes, están relacionados con un mayor riesgo de demencia. Específicamente, un aumento de cerca del 25% en el riesgo, incluso en niveles de prediabetes, y un aumento del 50% en el umbral para el diagnóstico de diabetes. A medida que los niveles de glucosa en la sangre aumentan, el riesgo de demencia continúa aumentando.

En Puerto Rico, dos de cada diez adultos padecen de diabetes, condición que se sitúa como la tercera causa de muerte en el archipiélago. Mientras que el alzhéimer es la cuarta causa de muerte entre los puertorriqueños. Se estima que más de 100 mil personas en Puerto Rico padecen de esta condición neurodegenerativa.

Sobre la investigación revelada por AARP, también se discutieron otros dos factores de riesgo. En el caso de los fumadores actuales que consumen cinco cigarrillos por día, estos tienen un riesgo de demencia un 16% mayor que los no fumadores.

Mientras, sobre contaminación del aire se concluyó que la exposición prolongada aumen-



Demencia. Un enfoque de prevención en los factores de riesgo da base a un estudio liderado por la AARP. / GETTY

Vinculada la diabetes como factor de riesgo para demencia

ta significativamente el riesgo de demencia, lo que enfatiza la necesidad de políticas para reducir la contaminación y proteger la salud cerebral.

“Al comprender e influir en los factores de riesgo de demencia, podemos interrumpir la demencia. Podemos utilizar esta información para promover cerebros más sanos y empoderar a las personas para que reduzcan sus propios riesgos, lo que podría retrasar la aparición de la demencia y fomentar un envejecimiento saludable. Esta investigación tiene como objetivo brindarles, a las personas mayores, más tiempo de calidad con sus seres queridos”, dijo Sarah Lock, vicepresidente sénior de políticas de AARP y directora ejecutiva del Consejo Global de Salud Cerebral (GCBH). “A través de este esfuerzo de investigación pionero en su tipo, AARP espera recopilar y compartir información sobre la relación entre los riesgos potenciales y la demencia, y cómo podemos re-

ducir esos riesgos para los estadounidenses mayores”, agregó.

El resto de los factores que se estudiarán son: consumo de alcohol, depresión, diabetes, índice de masa corporal alto, pérdida de audición, hipertensión, bajo nivel educativo, inactividad física, aislamiento social, tabaquismo y lesión cerebral traumática. Precisamente, AARP presentó los primeros hallazgos de su estudio en Seattle, donde al mismo tiempo se celebraba la Conferencia Científica Anual de la Sociedad de Gerontología en América (GSA), evento en el que científicos de diversas universidades presentaron sus estudios sobre distintos aspectos de salud y políticas públicas que inciden en el envejecimiento a través de todo el ciclo de la vida. Por ejemplo, científicos de la Ontario Tech University presentaron cómo están estudiando la correlación entre la hipertensión y el alzhéimer, uno de los factores de riesgo que también está

CIFRA

25%

De riesgo de demencia se relaciona con niveles elevados de glucosa plasmática en ayunas, un marcador de diabetes.

bajo análisis en la iniciativa de AARP.

El proyecto colaborativo liderado por AARP busca además conectar los hallazgos con los seis pilares de la salud cerebral del programa AARP Staying Sharp. Estos incluyen la participación social, la estimulación cerebral, el manejo del estrés, la realización de ejercicios de rutina, el sueño reparador y la nutrición.

Los hallazgos del estudio, que incluyen datos comparativos por estado, se incorporarán al AD Workbench de

“Podemos utilizar esta información para promover cerebros más sanos y empoderar a las personas para que reduzcan sus propios riesgos, lo que podría retrasar la aparición de la demencia y fomentar un envejecimiento saludable”.

SARAH LOCK

Vicepresidenta sénior de políticas de AARP y directora ejecutiva del Consejo Global de Salud Cerebral (GCBH).

la Iniciativa de Datos sobre la Enfermedad de Alzheimer. Los investigadores de todo el mundo pueden acceder a esta plataforma, que está basada en la nube, para trabajar con datos relacionados a la enfermedad de Alzheimer y la demencia, para su uso en investigación secundaria.

La demencia afecta a más de 55 millones de personas en todo el mundo. La enfermedad impacta profundamente las familias y los cuidadores. De hecho, en la conferencia de prensa de AARP, se presentó el documental corto titulado *Taking Care*, que sigue las vivencias de los cineastas Seth Rogen y Lauren Miller Rogen mientras navegan por las complejidades y el sufrimiento de la enfermedad de Alzheimer avanzada de la madre de Lauren. La fundación Hillary for Charity y la Fundación Bright Focus, por voz de su vicepresidente sénior, Nancy Lynn Keach, anunció que coordinarán en 2025 la difusión del documental a través de distintos estados para crear conciencia sobre la red de apoyo necesaria para los cuidadores y la necesidad de políticas públicas e investigación sobre el alzhéimer.

A pesar de las investigaciones en curso, todavía se desconoce mucho sobre los factores ambientales, de salud, de estilo de vida y otros que pueden influir en el riesgo de demencia. Ante esta realidad, surgió la investigación de AARP.

“El objetivo es mejorar la salud y la equidad en materia de salud mediante la identificación de los riesgos que marcan la diferencia en la demencia. En este momento, el panorama de reducción del riesgo de demencia no es muy claro y, por lo tanto, es difícil tomar medidas específicas”, dijo el doctor Christopher J.L. Murray, director de IHME. “De nuestra investigación anterior, sabemos que la demencia es la tercera causa más importante de muerte para personas de 70 años o más en los Estados

Unidos; tener un panorama claro del riesgo es esencial para tomar medidas”, agregó.

“Este esfuerzo conjunto con IHME y AARP subraya la importancia de la colaboración como piedra angular para comprender mejor la demencia y encontrar nuevos diagnósticos, tratamientos y curas”, dijo Niranjan Bose, director ejecutivo interino de la Iniciativa de Datos sobre la Enfermedad de Alzheimer.

Más estudios

En la conferencia científica de GSA, fue amplia la discusión desde diversidad de acercamientos a las condiciones que conllevan demencia. Como parte del *Journalists in Aging Fellowship Program*, el doctor Peter A. Lichtenberg, profesor de psicología y gerontología y exdirector del Instituto de Gerontología de Wayne State University, presentó sus hallazgos en un estudio que abordó las finanzas de las personas con demencia.

Lichtenberg, quien también ha sido directivo del GSA, planteó que hay banderas de alerta que se pueden levantar a partir del manejo de las finanzas personales de pacientes en etapas tempranas de condiciones que conllevan demencia. Específicamente, apuntó a gastos exorbitantes comparados con lo que era el patrón de gastos de estas personas a lo largo de su vida.

El profesor destacó un caso en el que la hija del sujeto estudiado se dio cuenta de que el padre había caído en un patrón de gastos exorbitantes en tarjetas de crédito. También destacó que las personas que comienzan a tener problemas de memoria, que usualmente son subestimados, son más vulnerables a la explotación financiera.

Artículo escrito con el apoyo de una beca de periodismo de la Sociedad Gerontológica de América, la Red de Periodistas sobre Generaciones y la Fundación John A. Hartford.