

# Fortalecen prevención de Alzheimer

**PROYECTO.** *Intervención en personas con deterioro cognitivo leve.*

**E**n el contexto de la prevención de los distintos tipos de demencia, el grupo de trabajo en enfermedades neurodegenerativas y envejecimiento liderado por la investigadora Ufro, doctora Paulina Sepúlveda, está comenzando un proyecto financiado por Fondecyt, que se centra en personas con deterioro cognitivo leve (DCL), etapa previa a la demencia y que puede ser reversible.

“Vamos a realizar una intervención con ejercicios de fortalecimiento para determinar la relación entre el desarrollo de músculo y la cognición en personas con deterioro cognitivo

leve. Esta investigación podría ser clave para desarrollar estrategias preventivas y mejorar la calidad de vida de las personas en riesgo de padecer demencia”, destacó la investigadora.

Los criterios de inclusión en el proyecto son: ser hombre o mujer mayor de 60 años, residir en Temuco, sentir que se les olvidan las cosas más de lo normal, no hacer ejercicio físico regularmente, no tener alteraciones músculo esqueléticas o problemas de movilidad que impidan realizar entrenamiento de fuerza, tener un IMC entre 18,5 y 30 kg/m<sup>2</sup>. Cabe destacar que el DCL es potencialmente reversible y



PAULINA SEPÚLVEDA, DOCTORA EN CIENCIAS Y FISIOLOGÍA HUMANA Y ACADÉMICA UFRO.

los pacientes no necesariamente desarrollarán demencia. 