

EL LANQUIHUE • CHILE • TABLERA

● CIENCIA

LA PÉRDIDA DE VISIÓN Y EL COLESTEROL ALTO SON FACTORES DE RIESGO PARA LA DEMENCIA

INVESTIGACIÓN. Informe de The Lancet ha identificado un total de 14 factores que aparecen alrededor de los 40 años y se asocian al 40% de los casos.

Efe

La pérdida de visión no tratada en edades avanzadas o tener alto el colesterol son factores de riesgo que se asocian con el desarrollo de demencias y se unen a otra docena de causas ya conocidas, según publica The Lancet.

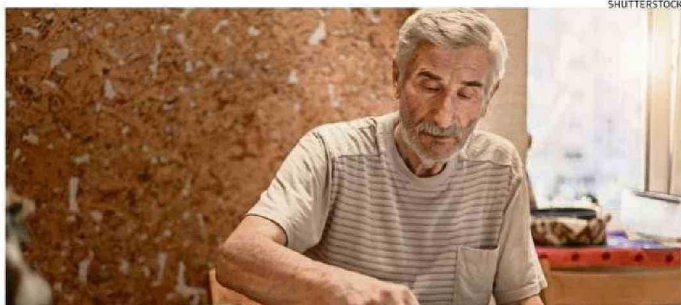
Los dos nuevos factores de riesgo se asocian al 9% de todos los casos de demencia, indica un nuevo estudio de la Comisión 2024 de The Lancet sobre prevención, intervención y atención de la demencia, formada por 27 expertos.

El estudio, un metaanálisis de los últimos datos disponibles, estima que el 7% de los casos son atribuibles a un nivel elevado de colesterol 'malo', LDL, en torno a los 40 años, y el 2% a la pérdida de visión no tratada en edades avanzadas.

La lista de factores de riesgo asociados a desarrollar demencias se compone ahora de 14 causas, que si se abordaran desde la infancia podrían evitar o retrasar casi la mitad de los casos.

Esos factores de riesgo que ya fueron identificados por la Comisión Lancet 2020 son, entre otros, niveles más bajos de educación, discapacidad auditiva, presión arterial alta, tabaquismo, obesidad o depresión.

Completan la lista la inactividad física, diabetes, exceso de alcohol, lesión cerebral traumática, contaminación del aire y aislamiento social. Esos 14 factores están relacionados con el



ENTRE LAS RECOMENDACIONES PARA EVITAR LA DEMENCIA ESTÁ SER COGNITIVAMENTE ACTIVOS.

40% de todos los casos.

El nuevo informe estima que los factores de riesgo asociados con la mayor proporción de personas que desarrollan demencia en la población mundial son la discapacidad auditiva y el colesterol LDL alto (7% cada uno), junto con una menor educación en los primeros años de vida y el aislamiento social en la vejez (5% cada).

La comisión pide a los gobiernos y a las personas que sean ambiciosos a la hora de abordar los riesgos a lo largo de la vida, pues cuanto antes se enfrenten y reduzcan será mejor.

RECOMENDACIONES

Además, apunta 13 recomendaciones y cambios en políticas y estilos de vida para reducir el riesgo de demencia a lo largo de la vida, entre las que cita proporcionar a todos los niños una educación de buena calidad y ser cognitivamente activos en la mediana edad.

Otras recomendaciones son tratar eficazmente la presión, reducir la exposición a la contaminación atmosférica mediante políticas estrictas de aire limpio, disminuir el contenido de azúcar y sal en los alimentos, o usar protección para la cabeza en los deportes de contacto y en bicicleta.

Estas medidas son "especialmente importantes" si se tienen en cuenta los nuevos datos que demuestran que reducir los riesgos de demencia no solo aumenta los años de vida sana, sino que también reduce el tiempo que las personas que desarrollan demencia pasan con mala salud, destaca The Lancet.

Este estudio indica que debido al rápido envejecimiento de la población, se espera que el número de personas que vivan con demencia casi se triplique en 2050, pasando de 57 millones en 2019 a 153 millones.

Sin embargo, en algunos países de ingresos altos, como

EE.UU. y el Reino Unido, la proporción de personas mayores con demencia ha disminuido, sobre todo entre las que viven en zonas favorecidas.

Los autores afirman que este descenso se debe probablemente, en parte, al aumento de la resistencia cognitiva y física a lo largo de la vida y a un menor daño vascular gracias a las mejoras en la asistencia sanitaria y los cambios en el estilo de vida.

Ahora hay pruebas "más sólidas" de que una exposición más prolongada al riesgo tiene un efecto mayor y de que los riesgos actúan con más fuerza en las personas que son vulnerables. Por eso, los investigadores consideran "vital" redoblar esfuerzos preventivos hacia quienes más los necesitan.

"Los gobiernos deben reducir las desigualdades de riesgo haciendo que los estilos de vida saludables sean lo más asequibles posible para todos".



SE PODRÁN VER GALAXIAS QUE ESTÁN HASTA A 10 MILLONES DE AÑOS LUZ.

BUSCAN VOLUNTARIOS EN TODO EL MUNDO PARA IDENTIFICAR Y CLASIFICAR GALAXIAS

Un nuevo proyecto de ciencia ciudadana lanzado por la Agencia Espacial Europea (ESA) y el Consorcio Euclid, permitirá que voluntarios de todo el mundo puedan identificar las formas de millones de galaxias en imágenes tomadas por el telescopio espacial Euclid de la ESA.

El objetivo de la iniciativa es entrenar redes neuronales profundas de inteligencia artificial que permitan confeccionar el catálogo de morfología galáctica más grande hasta la fecha, según informó el Instituto Astrofísico de Canarias (IAC).

"En noviembre de 2023 y mayo de 2024, el mundo pudo comprobar la calidad de la misión Euclid de la ESA al hacerse públicas sus primeras imágenes, mostrando una gran variedad de fuentes, desde nebulosas cercanas a cúmulos de galaxias distantes. Y esto es solo el principio, ya que Euclid, en su misión de cartografiar el universo, continuará tomando imágenes de cientos de miles de galaxias lejanas", detalla el IAC.

Durante los próximos seis años se espera que la misión envíe unos 100 GB de datos diarios a la Tierra y Euclid publicará sus primeros catálogos de datos para la comunidad científica a partir de 2025, si bien mientras tanto cualquier voluntario del proyecto Galaxy Zoo puede echar un vistazo a imágenes inéditas del telescopio.

El primer conjunto de da-

tos, que contiene decenas de miles de galaxias seleccionadas entre más de 800.000 imágenes, ya está disponible en la plataforma Zooniverse a la espera de ser clasificado.

"Si participas en el proyecto, podrás ser el primero en ver las últimas imágenes de Euclid. Y no solo eso, también podrías ser el primer ser humano en ver la galaxia de la imagen", señala Marc Huertas-Company, responsable en Euclid de la explotación científica del satélite para la caracterización de la estructura de galaxias.

La imagen muestra 1.000 galaxias pertenecientes al cúmulo de Perseo y más de 100.000 galaxias más alejadas en el fondo, cada una de ellas con cientos de miles de millones de estrellas.

ENTRENAR A LAS IA

Muchas de estas débiles galaxias no se habían visto antes y algunas están tan lejos que su luz ha tardado 10.000 millones de años en llegar hasta La Tierra.

El IAC expresa que estas clasificaciones serán además útiles como conjunto de entrenamiento para algoritmos de inteligencia artificial (IA). "Si los humanos no enseñan a la IA lo que debe buscar, los algoritmos tienen dificultades para clasificar las galaxias. Pero juntos, los humanos y la IA pueden identificar con precisión un número ilimitado de galaxias", advierte Huertas-Company.