

## España se suma a la primera iniciativa global para la prevención del Alzheimer y la demencia

- El proyecto **World-Wide FINGERS (WW-FINGERS)** es la primera red mundial de ensayos clínicos para reducir el riesgo y prevenir el Alzheimer y la demencia mediante múltiples intervenciones basadas en los hábitos de vida.
- En la iniciativa participan investigadores de Barcelona y Guipúzcoa con dos proyectos en marcha: los estudios **PENSA** y **GOIZ-ZAINDU**.

**Barcelona, 27 de julio de 2020.** Coincidiendo con el inicio del congreso mundial más destacado de la enfermedad de Alzheimer, la *Alzheimer's Association International Conference*, que arranca hoy de forma virtual, este mes de julio se han publicado los objetivos, estrategia científica y actividades del consorcio **WW-FINGERS** en la revista [Alzheimer's & Dementia](#). En la iniciativa participan científicos de más de 30 países, de entre los que figuran investigadores del [Barcelonaβeta Brain Research Center](#) (BBRC- centro de investigación de la Fundación Pasqual Maragall), el [Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas](#) (IMIM) y la [Fundación CITA-Alzheimer](#).

WW-FINGERS es la **primera red interdisciplinaria mundial** de ensayos clínicos con intervenciones basadas en hábitos de vida **para reducir el riesgo de desarrollar deterioro cognitivo o demencia**. La iniciativa está dirigida por la Dra. Miia Kivipelto, investigadora del Instituto Karolinska de Suecia, y parte del éxito del ensayo clínico [FINGER](#), realizado en Finlandia en más de 2.600 participantes. Este ensayo demostró que intervenir durante dos años sobre factores de hábitos de vida saludable, como la dieta, el ejercicio, la actividad social y cognitiva, y el control de los factores de riesgo vasculares, tiene beneficios en la cognición de las personas mayores que presentan más riesgo de desarrollar demencia.

La iniciativa WW-FINGERS propone compartir experiencias, homogeneizar procedimientos de recogida y análisis de datos, y planificar estudios conjuntos internacionales para reducir el riesgo o retrasar el inicio de los síntomas del Alzheimer y la demencia. Tal y como afirma la **Dra. Kivipelto, "para identificar estrategias preventivas eficaces y sostenibles a nivel mundial, es crucial que coordinemos y harmonicemos esfuerzos"**.

El proyecto cuenta con el apoyo de la Organización Mundial de la Salud, la Asociación Americana del Alzheimer, el FINGERS Brain Health Institute, y la financiación del Alzheimer's Disease Data Enablement Fund, formado por una coalición de filántropos que incluye Gates Ventures y la Alzheimer's Association.

## Estudio PENSA en Barcelona

El estudio PENSA se puso en marcha en diciembre del 2019 en el BBRC y el IMIM, en Barcelona. Se trata de un ensayo clínico que estudiará si es posible frenar el deterioro cognitivo en estadios previos a la aparición de la demencia a través de la promoción de hábitos de vida saludable y de la ingesta de un preparado basado en un componente del té verde (la epigallocatequina galato, EGCG). En el ensayo participarán 200 personas de entre 60 y 80 años que están experimentando un declive de la memoria u otras capacidades cognitivas.

Las visitas ya se han iniciado, y **el reclutamiento sigue abierto hasta finales del 2020** en la web [pensaalzheimer.org](http://pensaalzheimer.org).

El **Dr. Rafael de la Torre**, director del Programa de investigación en Neurociencias del IMIM e investigador principal del estudio, explica que **“el proyecto ha iniciado ya su andadura que es muy compleja debido a la personalización de las intervenciones en los estilos de vida y el uso intensivo de nuevas tecnologías para realizar el seguimiento de los participantes. Se ha diseñado una aplicación que permite monitorizar los hábitos de dieta, actividad física, interacción social y estado de ánimo de forma continua durante toda la intervención”**.

Según el **Dr. José Luis Molinuevo**, colíder del proyecto y director del Programa de Prevención del Alzheimer del BBRC, **“el ensayo clínico de PENSA está alineado con los fundamentos principales del estudio FINGER. Estamos convencidos de que nuestro proyecto aportará un nuevo conocimiento que permitirá el desarrollo de intervenciones multimodales eficaces para prevenir o retrasar la progresión del deterioro cognitivo, el Alzheimer y la demencia”**.

El Dr. Molinuevo participará en la reunión del consorcio WW-FINGERS que se celebra esta semana en el marco de la *Alzheimer's Association International Conference*. En el congreso también se presentarán datos sobre el reclutamiento y la inclusión de participantes en el estudio PENSA, así como el uso de una plataforma digital de salud en el proyecto.

## Iniciativa GOIZ-ZAINDU – Basque FINGER en Gipuzkoa

**GOIZ ZAINDU** es un estudio piloto que ha sido coordinado desde el Centro de Investigación y Terapias Avanzadas de la Fundación CITA-Alzheimer Fundazioa. Se ha desarrollado entre los años 2018 y 2020 en el municipio de Beasain gracias a la implicación del Ayuntamiento local, Osakidetza (OSI Goierri-Alto Urola) y el departamento de Salud del Gobierno Vasco. Han participado más de 200 personas con un riesgo elevado de deterioro cognitivo. Se ha cumplido el objetivo de adaptar la ‘metodología FINGER’ al contexto sociocultural del País Vasco y de forma preliminar, los datos analizados sugieren un efecto beneficioso de la intervención. Ejemplo de este esfuerzo es el desarrollo de los materiales de entrenamiento cognitivo EXERCITA en castellano y euskera.

Según **Mikel Tainta**, neurólogo e investigador principal del estudio GOIZ ZAINDU, **“identificar a las personas con un riesgo elevado de desarrollar deterioro cognitivo nos abre una ventana de oportunidad para diseñar estrategias de prevención de la demencia”**.

La Fundación CITA-Alzheimer pondrá en marcha el estudio GOIZ ZAINDU-**Basque FINGER** en 2021 con más de 1.200 participantes. El objetivo es corroborar la eficacia de una intervención multicomponente de entrenamiento cognitivo, control de factores de riesgo cardiovascular, dieta Mediterránea, ejercicio físico, y cuidado socioemocional, y actualizar los resultados del estudio finlandés con datos de biomarcadores y neuroimagen. Basque FINGER contará además con investigadores del Instituto Biodonostia, el Basque Culinary Center, la Universidad del País Vasco, la Universidad Pública de Navarra y la Fundación de Neurociencias Achucarro.

Según el **Dr. Pablo Martínez-Lage**, director científico de la Fundación CITA-Alzheimer Fundazioa, **“la investigación realizada hasta la fecha nos enseña que cuidar el estilo de vida puede suponer una reducción significativa del riesgo de demencia; por tanto, es una obligación para los investigadores en demencia demostrarlo con un estudio a gran escala para su futura aplicación e incorporación a las estrategias de Salud Pública”**.

### Referencia bibliográfica

Kivipelto M, Mangialasche F, Snyder HM, **de la Torre R, Martínez-Lage P, Tainta M, Molinuevo JL**, Carrillo M, et al. World-Wide FINGERS Network: A global approach to risk reduction and prevention of dementia. *Alzheimers Dement.* 2020;16(7):1078-1094. doi:10.1002/alz.12123

---

### CONTACTO

**Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC) / Fundación Pasqual Maragall**  
Ana Belén Callado  
[acallado@barcelonabeta.org](mailto:acallado@barcelonabeta.org)  
93 316 09 90

**Centro de Investigación y Terapias Avanzadas/Fundación CITA-Alzheimer**  
Mikel Tainta  
[mtainta@cita-alzheimer.org](mailto:mtainta@cita-alzheimer.org)  
+34943021792

**Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM)**  
Marta Calsina  
[mcalsina@imim.es](mailto:mcalsina@imim.es)  
93 316 06 80/ 667545929  
David Collantes  
[dcollantes@parcdesalutmar.cat](mailto:dcollantes@parcdesalutmar.cat)  
600402785

**WW-FINGERS**  
Miia Kivipelto  
Karolinska Institutet  
[miia.kivipelto@ki.se](mailto:miia.kivipelto@ki.se)  
+46 (0)73 99 409 22