

Quins efectes té el confinament en la salut mental i cerebral?

- El centre de recerca de la Fundació Pasqual Maragall, el Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), amb l'impuls de la Fundació "la Caixa", inicia un estudi per avaluar els efectes del confinament durant la pandèmia de la COVID-19 en la salut mental i cerebral.
- La investigació està dirigida a les més de 2.500 persones cognitivament sanes que participen als projectes de recerca de prevenció de la malaltia d'Alzheimer del BBRC, com l'Estudi Alfa.
- Els participants hauran de respondre diferents qüestionaris online en dos períodes diferents: durant el confinament, i 18-24 mesos després.
- L'estudi analitzarà l'impacte de l'aïllament social en quatre grans àmbits: la salut mental, l'estil i la qualitat de vida, la salut cerebral, i l'impacte sobre les dones, especialment les cuidadores.

Barcelona, 12 de maig del 2020.- El Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), centre de recerca de la Fundació Pasqual Maragall, acaba de posar en marxa un nou estudi, gràcies a l'impuls de la Fundació "la Caixa", que analitzarà els efectes del confinament en la salut mental i cerebral, així com altres factors que mitiguen o agreugen el seu impacte

L'estudi comptarà amb la participació de més de 2.500 persones cognitivament sanes, d'entre 45 i 75 anys, i descendents, en la majoria de casos, de persones amb Alzheimer. Totes elles formen o han format part d'altres projectes del BBRC, especialment de l'Estudi Alfa. La recerca parà especial atenció als canvis cerebrals relacionats amb la malaltia d'Alzheimer, i a l'impacte del confinament en els participants que estan cuidant d'una persona amb dependència o necessitats especials, incloent les que tenen demència.

Segons la **Dra. Eider Arenaza-Urquijo**, investigadora principal del nou estudi del BBRC, *"hi ha precedents d'aquest tipus de mesures d'aïllament social que demostren que la quarantena i el confinament poden crear efectes perjudicials per a la salut mental. Analitzar l'impacte d'aquest tipus de mesures, així com altres factors que poden mitigar o exacerbar el seu impacte en la salut mental, són fonamentals per impulsar mesures de salut pública"*.

Les persones participants hauran de respondre una sèrie de qüestionaris online en dos períodes diferents: durant el confinament, i uns 18-24 mesos després, per tal que els investigadors puguin avaluar els resultats relacionats amb l'ansietat, la depressió i un possible estrès post-traumàtic.

Totes aquestes preguntes giraran al voltant de factors com l'espai de confinament i cohabitació; el seu estat de salut; les estratègies de cerca d'informació; la preocupació per les seves finances i per l'accés als productes de primera necessitat; i les interaccions socials i l'estil de vida (qualitat del son, exercici i activitat cognitiva).

Quatre grans hipòtesis

L'estudi està dissenyat per avaluar quatre grans hipòtesis sobre els efectes del confinament durant la pandèmia de la COVID-19:

1.- Salut mental. El confinament tindrà un impacte psicològic, incloent l'augment de sentiments d'ansietat i depressió, i s'associarà amb irritabilitat, frustració i preocupacions.

2.- Estil i qualitat de vida. El confinament s'associarà amb canvis en els patrons d'estil de vida (el son, l'exercici) i la qualitat de vida, així com amb els canvis en el consum o ús de drogues psicotròpiques (cafè, alcohol, nicotina).

3.- Salut cerebral. Les variables relacionades amb el confinament, com podria ser l'estrès crònic que s'ha relacionat amb un major risc de patir Alzheimer, s'associaran amb l'estructura i funció del cervell. També amb els biomarcadors de la malaltia d'Alzheimer i l'acceleració dels efectes relacionats amb l'edat.

4.- Impacte en les dones i les cuidadores. El confinament a casa tindrà unes repercussions més nocives en la salut mental i cerebral de les dones i, en particular, de les cuidadores.

Amb tot, la **Dra. Eider Arenaza-Urquijo** apunta que *"per maximitzar l'impacte científic de l'estudi, combinarem les dades dels participants obtingudes d'altres estudis del BBRC. D'aquesta manera tindrem informació retrospectiva sobre variables de salut mental i estil de vida, i informació disponible sobre mesuraments cerebrals i biomarcadors relacionats amb la patologia de la malaltia d'Alzheimer"*.

Sobre la malaltia d'Alzheimer i les demències

Actualment, la demència també es considera una pandèmia. Cada 3 segons es diagnostica un nou cas al món, i es calcula que més de 50 milions de persones la pateixen, en la majoria de casos a causa de l'Alzheimer. Aquesta xifra es tradueix en més de 800.000 persones afectades arreu de l'estat. Amb l'esperança de vida en augment, si no es troba un tractament per prevenir o frenar el curs de la malaltia, la xifra de casos podria triplicar-se l'any 2050.

Sobre la Fundació Pasqual Maragall

La Fundació Pasqual Maragall és una entitat privada sense ànim de lucre que va néixer l'abril del 2008, com a resposta al compromís adquirit per Pasqual Maragall (exalcalde de Barcelona i expresident de la Generalitat de Catalunya) a l'anunciar públicament que li havien diagnosticat Alzheimer. La Fundació està dirigida per Arcadi Navarro i presidida per Cristina Maragall, filla de

Pasqual Maragall. Aquest últim ostenta el càrrec de president d'honor. La missió de la Fundació és promoure la recerca per prevenir l'Alzheimer, i també oferir solucions per millorar la qualitat de vida de les persones afectades i dels seus cuidadors. Per fer possible aquests estudis, la Fundació compta amb el suport d'una quinzena d'entitats i una base social de més de 35.000 socis, que contribueixen econòmicament a la continuïtat del projecte.

Per a més informació: www.fpmaragall.org

Sobre el Barcelonaβeta Brain Research Center

El Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC) és el centre de recerca de la Fundació Pasqual Maragall, impulsat per la Fundació "la Caixa" i la Universitat Pompeu Fabra de Barcelona. La seva activitat científica està centrada en la prevenció de la malaltia d'Alzheimer i en l'estudi de les funcions cognitives afectades en l'envelliment sa i patològic. Per a més informació: www.barcelonabeta.org

Departament de Comunicació de la Fundació Pasqual Maragall:

Gabinet de Premsa

ATREVIA

Albert Rimbau / Laura Puig

arimbau@atrevia.com / lpuig@atrevia.com

683 16 20 28 / 619 64 93 62

Àrea de Comunicació

Barcelonaβeta Brain Research Center

Ana Belén Callado

acallado@barcelonabeta.org

93 316 09 90

Departament de comunicació de "la Caixa"

Irene Roch: 934 046 027 / 669 457 094 / iroch@fundaciolacaixa.org