
Nota de prensa

¿Qué efectos tiene el confinamiento en la salud mental y cerebral?

- El centro de investigación de la Fundación Pasqual Maragall, el Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), con el impulso de la Fundación "la Caixa" inicia un estudio para evaluar los efectos del confinamiento durante la pandemia del COVID-19 en la salud mental y cerebral.
- La investigación está dirigida a las más de 2.500 personas cognitivamente sanas que participan en los proyectos de investigación de prevención de la enfermedad de Alzheimer del BBRC, como el Estudio Alfa.
- Los participantes deberán responder a distintos cuestionarios online en dos períodos diferentes: durante el confinamiento, y 18-24 meses después.
- El estudio analizará el impacto del aislamiento social en cuatro grandes ámbitos: la salud mental, el estilo y la calidad de vida, la salud cerebral, y el impacto sobre las mujeres, especialmente las cuidadoras.

Barcelona, 12 de mayo de 2020.- El Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), el centro de investigación de la Fundación Pasqual Maragall, acaba de poner en marcha un nuevo estudio, gracias al impulso de la Fundación "la Caixa", que analizará los efectos del confinamiento en la salud mental y cerebral, así como otros factores que mitigan o agravan su impacto.

El estudio contará con la participación de más de 2.500 personas cognitivamente sanas, de entre 45 y 75 años y descendientes, en la mayoría de los casos, de personas con Alzheimer. Todas ellas forman o han formado parte de otros proyectos del BBRC, especialmente del Estudio Alfa. La investigación prestará especial atención a los cambios cerebrales relacionados con la enfermedad de Alzheimer, y al impacto del confinamiento en los participantes que están cuidando de una persona con dependencia o necesidades especiales, incluyendo los que tienen demencia.

Según la **Dra. Eider Arenaza-Urquijo**, investigadora principal del nuevo estudio del BBRC, *"hay precedentes de este tipo de medidas de aislamiento social que demuestran que la cuarentena y el confinamiento pueden crear efectos perjudiciales para la salud mental. Analizar el impacto de este tipo de medidas, así como otros factores que puedan mitigar o exacerbar su impacto en la salud mental, son fundamentales para impulsar medidas de salud pública"*.

Las personas participantes deberán responder una serie de cuestionarios online en dos periodos diferentes: durante el confinamiento, y unos 18-24 meses después, para que los investigadores

puedan evaluar los resultados relacionados con la ansiedad, la depresión y un posible estrés postraumático.

Todas estas preguntas giraran alrededor de factores como el espacio de confinamiento y cohabitación: su estado de salud; las estrategias de búsqueda de información; la preocupación por sus finanzas y por el acceso a los productos de primera necesidad; y las interacciones sociales y el estilo de vida (calidad del sueño, ejercicio y actividad cognitiva).

Cuatro grandes hipótesis

El estudio está diseñado para evaluar cuatro grandes hipótesis sobre los efectos del confinamiento durante la pandemia de la COVID-19:

1.- Salud mental. El confinamiento tendrá un impacto psicológico, incluyendo el aumento de sentimientos de ansiedad y depresión, y se asociará con irritabilidad, frustración y preocupaciones.

2.- Estilo y calidad de vida. El confinamiento se asociará con cambios en los patrones de estilo de vida (el sueño, el ejercicio) y la calidad de vida, así como con los cambios en el consumo o uso de drogas psicotrópicas (café, alcohol, nicotina).

3.- Salud cerebral. Las variables relacionadas con el confinamiento, como podría ser el estrés crónico que se ha relacionado con un mayor riesgo de padecer Alzheimer, se asociarán con la estructura y función del cerebro. También con los biomarcadores de la enfermedad de Alzheimer y la aceleración de los efectos relacionados con la edad.

4.- Impacto en las mujeres y las cuidadoras. El confinamiento en casa tendrá unas repercusiones más nocivas en la salud mental y cerebral de las mujeres y, en particular, de las cuidadoras.

Con todo, la **Dra. Eider Arenaza-Urquijo** apunta que *“para maximizar el impacto científico del estudio, combinaremos los datos de los participantes obtenidos de otros estudios del BBRC. De esta manera tendremos información retrospectiva sobre variables de salud mental y estilo de vida, e información disponible sobre mediciones cerebrales y biomarcadores relacionados con la patología de la enfermedad de Alzheimer”*.

Sobre la enfermedad de Alzheimer y las demencias

Actualmente, la demencia también se considera una pandemia. Cada 3 segundos se diagnostica un nuevo caso en el mundo, y se calcula que más de 50 millones de personas la padecen, en la mayoría de los casos a causa del Alzheimer. Esta cifra se traduce en más de 800.000 personas afectadas en todo el estado. Con la esperanza de vida en aumento, si no se encuentra un tratamiento para prevenir o frenar el curso de la enfermedad, la cifra de casos podría triplicarse en el año 2050.

Sobre la Fundación Pasqual Maragall

La Fundación Pasqual Maragall es una entidad privada sin ánimo de lucro que nació en abril de 2008, como respuesta al compromiso adquirido por Pasqual Maragall (exalcalde de Barcelona y expresidente de la Generalitat de Catalunya) al anunciar públicamente que le habían diagnosticado Alzheimer. La Fundación está dirigida por Arcadi Navarro y presidida por Cristina Maragall, hija de Pasqual Maragall. Este último ostenta el cargo de presidente de honor. La misión de la Fundación es promover la investigación para prevenir el Alzheimer y también ofrecer soluciones para mejorar la calidad de vida de las personas afectadas y de sus cuidadores. Para hacer posible estos estudios, la Fundación cuenta con la ayuda de quince entidades y una base social de más de 35.000 socios, que contribuyen económicamente a la continuidad del proyecto.

Para más información: www.fpmaragall.org

Sobre Barcelonaβeta Brain Research Center

El Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC) es el centro de investigación de la Fundación Pasqual Maragall, impulsado por la Fundación "la Caixa" y la Universidad Pompeu Fabra de Barcelona. Su actividad científica está centrada en la prevención de la enfermedad de Alzheimer y en el estudio de las funciones cognitivas afectadas en el envejecimiento sano y patológico.

Para más información: www.barcelonabeta.org

Departamento de Comunicación de la Fundación Pasqual Maragall:

Gabinete de Prensa

ATREVIA

Albert Rimbau / Laura Puig

arimbau@atrevia.com / lpuig@atrevia.com

683 16 20 28 / 619 64 93 62

Área de Comunicación

Barcelonaβeta Brain Research Center

Ana Belén Callado

acallado@barcelonabeta.org

93 316 09 90

Departamento de comunicación de "la Caixa"

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