



# BOLETÍN

## Julio 2023



### En este número

AI-Mind y su equipo

El estudio AI-Mind

Demencia y factores de riesgo

Charlas y eventos de interés

## Querido lector,

le traemos valiosa información sobre el cerebro y las investigaciones relacionadas con el mismo.

El boletín AI-Mind, que se publica cada cuatro meses, cubre una amplia gama de temas. Descubra metodologías innovadoras para el diagnóstico temprano de la demencia, estudios relacionados con la demencia e intervenciones en el estilo de vida que pueden mejorar su bienestar. Al mantenerse informado, obtendrá una comprensión más profunda del progreso de nuestro proyecto y su potencial impacto en la investigación de la demencia.

Nos gustaría expresar nuestro más sincero agradecimiento a todos los participantes en la investigación del estudio AI-Mind. Su compromiso y contribución han sido fundamentales para avanzar en nuestra comprensión sobre cómo funciona el cerebro.

Visite nuestra web



[www.ai-mind.eu](http://www.ai-mind.eu)

Nuestras redes sociales

@AIMind-eu



@The AI-Mind Project



Este proyecto ha recibido financiación del programa de investigación e innovación Horizonte 2020 de la Unión Europea en virtud del acuerdo de subvención n.º 964220. Este documento refleja las opiniones del autor y la Comisión Europea no es responsable del uso que pueda hacerse de la información que contiene.

Layout & newsletter design  
©accelpment Schweiz AG 2023



***“El futuro del tratamiento del Alzheimer pasa por la detección temprana de la enfermedad y, en AI-Mind, avanzamos en esa dirección”. – Dr. Fernando Maestú***



## ¿Qué es AI-Mind?

Más de 50 millones de personas en todo el mundo viven con demencia, y se prevé que esta cifra alcance los 82 millones para 2030. El cerebro que envejece se enfrenta a la vulnerabilidad, lo que plantea desafíos para mantener la independencia en la vida diaria, especialmente para las personas mayores. El deterioro cognitivo leve (DCL), una condición intermedia entre el envejecimiento normal y la demencia, puede progresar a la demencia. Una evaluación e intervención temprana son necesarias.

Bajo la iniciativa AI-Mind, investigadores en neurociencia e informática, junto con centros clínicos, pequeñas y medianas empresas, un organismo de gobierno de datos y una asociación de pacientes, se han unido para abordar este desafío.

AI-Mind, un proyecto de 5 años financiado por la UE lanzado en marzo de 2021, tiene como objetivo proporcionar diagnósticos

mejores y personalizados para futuros pacientes. 15 socios de toda Europa colaboran incansablemente hacia este objetivo común.

Los expertos de AI-Mind están desarrollando herramientas basadas en inteligencia artificial (IA) para ayudar a los médicos a predecir qué personas con deterioro cognitivo leve están en riesgo de desarrollar demencia. El estudio de investigación AI-Mind ayuda a recopilar datos fundamentales para desarrollar estas herramientas.

En la Universidad Complutense de Madrid, nos esforzamos por brindarle una atención y un apoyo excepcionales durante su viaje con nosotros. Nuestro dedicado equipo de investigadores y profesionales de la salud bajo la dirección de Fernando Maestú está trabajando incansablemente para analizar los datos recopilados de sus visitas como parte del estudio.

## ¿En qué consiste el estudio?

El objetivo principal del proyecto es ayudar a desarrollar y validar herramientas basadas en IA para predecir quién es probable que desarrolle demencia. El estudio AI-Mind, lanzado en enero de 2022, es el estudio europeo más grande de este tipo e involucra a 1000 participantes en cuatro países.

Hasta hoy, **786 participantes en total** se han unido a nuestro estudio, de los cuales **177 han sido incluidos por la Universidad Complutense de Madrid.**

Puede seguir nuestros progresos en la página del estudio AI-Mind:

[www.ai-mind.eu/es/estudio\\_espana](http://www.ai-mind.eu/es/estudio_espana)



**1000**  
participantes

Cada participante realiza cuatro visitas durante dos años. Durante este tiempo, cada participante pasa por varias etapas del procedimiento de selección y recopilación de datos.



## ¿Qué es la demencia?

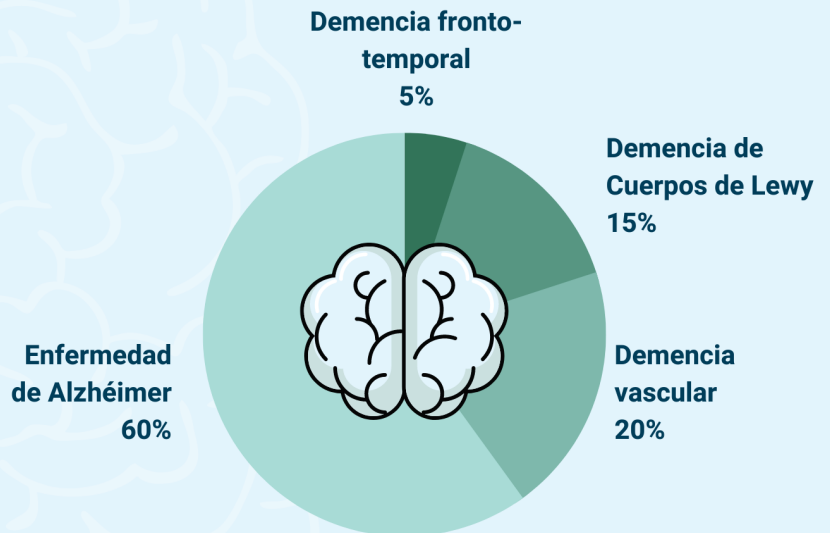
La **demencia es** un término general que engloba a las enfermedades que afectan a diferentes habilidades cognitivas y el comportamiento. La demencia tiene diferentes formas y afecta a las personas de diferentes maneras. Una de las formas de demencia diagnosticadas con mayor frecuencia es la enfermedad de Alzheimer, que representa el 60% de todos los casos.

La demencia no es una parte natural del envejecimiento. Ocurre cuando el cerebro se ve afectado por una enfermedad. También es una condición progresiva. Esto significa que sus síntomas empeoran con el tiempo y acortará la vida de una person.

Los **factores de riesgo** son condiciones que pueden aumentar las posibilidades de que una persona desarrolle demencia. Hay diferentes tipos de factores de riesgo para la demencia y es posible evitar algunos.

También se ha observado que los cambios cognitivos durante el envejecimiento varían entre las personas. **¿Por qué?** Una explicación es la reserva cognitiva, es decir, algunas personas tienen una mayor resiliencia a los efectos del envejecimiento porque han desarrollado una „reserva“ más fuerte para hacer frente a los cambios. Piense en la reserva cognitiva como la capacidad del cerebro para adaptarse. Cuanta más reserva cognitiva tiene una persona, más tiempo tardan las enfermedades cerebrales en afectar la vida cotidiana.

### 4 tipos de demencia más comunes

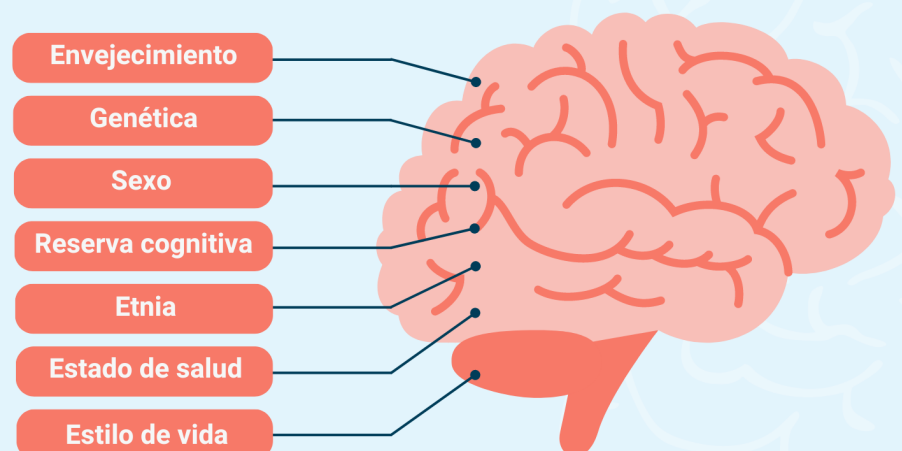


#### 1 de cada 10 personas

con demencia son diagnosticadas con más de un tipo de demencia. Esto se llama **"demencia mixta"** y es más frecuente en personas mayores de 75 años.

Source: Alzheimer Europe

### Factores de riesgo para la demencia



Source: Alzheimer's Society, 202



## ¿Cuáles son los factores del estilo de vida?

Algunos factores de riesgo de desarrollar demencia no pueden evitarse, por ejemplo, el envejecimiento y los genes, pero otros pueden evitarse o reducirse, por ejemplo, el tabaquismo. Los factores relacionados con el estilo de vida son los que pueden abordarse.

Mantener una dieta sana, beber menos alcohol, no fumar y hacer ejercicio regularmente tanto en el cuerpo como en el cerebro puede reducir el riesgo de desarrollar demencia.

**4 de cada 10 casos de demencia** pueden prevenirse evitando algunos de los factores de riesgo del estilo de vida.

### Maneras de reducir los factores de riesgo asociados al estilo de vida



Mantener una dieta saludable



No fumar



Reducir el consumo de alcohol



Cuidar el corazón y la circulación



Entrenamiento físico y mental de manera regular

### Más información

Puede encontrar más información sobre la demencia, los factores de riesgo y los retos en las siguientes fuentes:

- **OMS. Demencia (2021)**

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/dementia>

- **Asociación de Alzheimer**

<https://www.alz.org/alzheimer-demencia>