

## Proyecto “Cuida tu cerebro”. Importancia de la prevención de la salud cerebral dentro de las asociaciones.

Federación de Asociaciones de Familiares de  
enfermos de Alzheimer de Cataluña (FAFAC)

**Dr. Juan L. García Fernández**

# Actualmente

- En España se estima según la sociedad española de neurología (SEN) 800.000 casos diagnostican cada año.
- En Cataluña se estima que aproximadamente 123,000 persona sufren algún tipo de demencia.
- Según estudios recientes predicen un incremento de más del triple de las personas con demencia para el año 2050.

# Infradiagnóstico

- Muchos de los casos de deterioro cognitivo no se diagnostican en momentos iniciales de la enfermedad, por diversos motivos (familia, sistema de salud, etc).
- La sociedad española de neurología (SEN) estima que entre el 30% y el 40% de los casos de Alzheimer estaría sin diagnosticar, unas cifras que llegan al 80% en casos leves.
- Muy importante: **PREVENCIÓN Y DIAGNOSTICO PRECOZ**

# Prevención

- Concepto de SALUD CEREBRAL.
- Igual que se realizan campañas de sensibilización y prevención de problemas cardiacos, etc.

¿Porque no se hace con la salud cerebral?.

# Intervención temprana

- La importancia de un diagnóstico temprano.
- Un tratamiento precoz permitiría estabilizar al paciente en fases leves y retrasar unos años, dando una mayor calidad de vida.
  - Abordaje farmacológico
  - Inicio de tratamientos no farmacológicos
    - Para empezar a trabajar las funciones cognitivas.
  - Soporte familiar desde las fases tempranas.

# Proyecto “Cuida tu cerebro”

- Surge como iniciativa desde FAFAC como respuesta a :
  - Demandas del entorno
  - Limitación de los recursos sanitarios actuales
  - Infra diagnósticos y diagnósticos tardíos que acuden a las AFAs.
- Desde las asociaciones se han realizando valoraciones Neuropsicológicas de cribaje
  - pero de manera independiente y puntual.
- Inicio de un programa de investigación sobre la salud cerebral y el entorno de Cataluña.
- Accesibilidad a las pruebas de cribaje NPS.

Realización desde Septiembre de 2018 hasta Junio de 2019.

# Localidades de realización del estudio y Asociaciones

- Barcelona- AFAB
- Gava-FAGA
- Manresa-AFABBS
- Mataró-AFAM
- Reus-AFAReus
- Sant Cugat –AFAVO
- Terras del Ebre-AFATE

# Objetivo

- Detección de posibles casos susceptibles de un deterioro cognitivo.
- Detección de posibles casos de alteración emocional que afecte al rendimiento cognitivo.
- Promoción de la importancia de la prevención de la salud cerebral y de la estimulación cognitiva y hábitos de vida saludables.
- Conocimiento del entorno social de las asociaciones.
- Promoción de la utilidad social de las asociaciones.



# Estudio

- Programa Cuida tu cerebro, consta de:
  - Cuestionario del estudio consta de:
    - motivaciones realización del estudio
    - situación familiar con deterioro cognitivo y a cargo.
  - Bateria de pruebas neuropsicológicas
    - MiniMental y MEC; MIS, TMT-A y B; Fluencia categorial y fonética. (referencias)
  - Escala de Hamilton de Ansiedad y Depresión de Beck (referencias)
  - Cuestionario cuidador principal (en los casos de persona dependiente a cargo).
- Administrado en las AFAs y en su entorno.

# Participantes

- Resultados demográficos
  - N=139
  - Edad: Media: 69,46 (De: 10,43).
  - Rango de edad de 47 a 96 años.
  - Principalmente estudios primarios.
  - Lengua materna castellano
  - Dominancia manual derecha.
  - 77,69% Mujeres.
  - Principal motivo participación en el estudio era el “control de su salud cerebral” (79,13%);
    - Tengo problemas de memoria(56,83%);
    - Quiero saber si tengo Alzheimer (56,11%);
    - Tengo despistes (53,23%).

# Resultados

- De las personas con algún familiar con EA o enfermedad neurodegenerativa: **47,54%** son CUIDADORES PRINCIPALES
- **85% CUIDADORAS (mujeres).**
- La persona diagnosticada MUJER (58,33%)
- 31,37% ha recibido ayuda psicológica.
- Sólo el 50% recibido ayudas por parte de un familiar o asistencial.
- 50% persona diagnosticada había acudido a algún grupo de estimulación.
- **El 54,65% ha acudido a buscar ayuda a una asociación.**

# Motivación realización estudio

- El **50,35%** No tiene familiar con EA o enfermedad neurodegenerativa
  - **Tienen o han tenido Familiar**
    - 85% realizan el estudio por Control Salud Cerebral
    - 56,71% Quieren saber si tiene EA
    - **64,17% Tiene despistes**
    - **59,70% Tiene problemas de memoria**
    - **37,31% Tiene problemas para encontrar las palabras**
    - 11,94% se desorienta
    - **23,88% Pérdida de interés**
    - 7,46% tiene problemas para comprender
    - **5,97 % dificultades a la hora de comportarme**
  - **No tienen Familiar**
    - 75,71% realizan el estudio por Control Salud Cerebral
    - **57,14% Quieren saber si tiene EA**
    - 52,85% Tiene despistes
    - 55,71% Tiene problemas de memoria
    - 32,85% Tiene problemas para encontrar las palabras
    - 8,57% se desorienta
    - 18,57% Pérdida de interés
    - 5,71% tiene problemas para comprender
    - 1,42% dificultades al ahora de comportarme.

# #EVOLUCION

## Motivación realización estudio por nivel de estudios.

	<b>PRIMARIOS</b>	<b>SECUNDARIOS</b>	<b>SUPERIORES</b>
Control Salud Cerebral	70,96%	<b>90,67%</b>	78,78%
Saber si tengo EA	<b>66,12%</b>	55,81%	39,39%
Tiene despistes	59,67%	53,48%	<b>60,60%</b>
Problemas de Memoria	<b>67,74%</b>	44,18%	54,54%
Problemas para encontrar palabras	<b>40,32%</b>	30,23%	30,30%
Me desoriento	9,67%	<b>11,62%</b>	9,09%
Pérdida de interés	24,19%	23,25%	<b>12,12%</b>
Problemas para comprender	8,06%	0%	<b>12,12%</b>

# Percepción Asociación

- De los cuidadores actuales:
  - 68,15% Socios actuales asociación enfermos.
  - 95,45% Importancia ser Socio.
  - 100% Cree que ser socio de una asociación comporta beneficios:
    - 95,45% Ayuda Psicológica
    - 81,81 % Acceso Recursos para el enfermo
    - 72,27% Beneficio Legal
    - 54,54% Apoyo institucional
    - 50% Acceso a material Técnico
    - 27,27% Beneficios fiscales
    - 27% Cuota reducida para acceso a servicios.
- 63,64% de los cuidadores creen que no se conoce el trabajo de las asociaciones.

# Percepción Asociación (II)

- De los cuidadores actuales:
  - Beneficio de estar en una asociación:  
ALTA (Media: 8,21; De: 1,73)
  - Uso de los servicios de la asociación:  
Media-Alta (Media: 6,59; De: 3,23)
  - ***Calidad de vida***: Normal-alta (Media: 6,17;  
De: 1,94)

## Resultados III

- Atendiendo a las pruebas clásicas de evaluación neuropsicológica:
  - Según la prueba clásica MMSE (Folstein et al. 1975):
    - 25,75% casos de sospecha.
    - 14,70% casos de Posible Deterioro Cognitivo.
    - 59,55% casos sin alteración
  - Según el MEC (Lobo et al. 1979)
    - 8,63% casos de sospecha
    - 11,51% casos de posible Deterioro Cognitivo.
    - 79,85% casos sin alteración.
- Si uso una herramienta única los resultados son dispares.



## Resultados IV

- Si nos fijamos ahora en el rendimiento general a nivel cognitivo en base a toda la exploración:
  - 15,10% casos de disminución cognitiva muy leve (GDS-2)
  - 10,07% casos de Deterioro cognitivo Leve (GDS-3)
  - 6,47% casos de un Deterioro cognitivo Moderado (GDS-4).
  - 68,34% casos sin alteración cognitiva.

# Resultados V

- Si observamos ahora las puntuaciones en las pruebas de ansiedad y depresión:
  - 46 casos de puntuación indicativa de alteración por depresión.
    - 21 Depresión leve
    - 16 Depresión moderada
    - 8 Depresión grave
  - 86 casos de puntuaciones indicativa de ansiedad.
    - 50 Ansiedad leve
    - 34 Ansiedad grave

## Casos susceptibles de recomendación seguimiento valoración médica

- 27,33% recomendaciones por alteración cognitiva.
- 64,02% recomendación por alteración emocional.
- De estos: 17,26% casos presentaban alteración cognitiva y emocional.

# Resultados VI

- Si observamos las puntuaciones de los que indican alteración a nivel cognitivo y a nivel emocional, podemos determinar de manera clara que:
  - 10 Casos serían susceptibles de presentar un deterioro cognitivo leve (GDS-3)
  - 9 Casos serían susceptibles de presentar un Deterioro cognitivo moderado (GDS-4).

El 13,6% de los casos evaluados serían susceptibles de presentar un deterioro cognitivo.

Ambos grupos en base al GDS plantean una similar Media de edad y desviación típica.

# Conclusiones iniciales

- Existe una preocupación por conocer la salud cerebral, comprobar su estado y descartar posibles dificultades cognitivas.
  - Mayor porcentaje población estudios medios.
- Sigue siendo un motivo importante a participar en estos estudios conocer si hay patología neurodegenerativa o no.
- Ayuda del estudio a conocer el estado de un familiar (viniendo dos como acompañantes)
- Alta situación de ansiedad/depresión que se pueden confundir con E. Neurodegenerativa.
  - Algunos casos sobreconciencia/preocupación excesiva por la enfermedad (altos niveles de ansiedad/depresión).

## Conclusiones iniciales II

- Número elevado de participantes *sin alteración*.
- Número relevante de casos con dificultades cognitivas susceptibles de presentar un deterioro cognitivo.
- Algunos casos con dificultades cognitivas se ha podido hacer recomendaciones sobre la importancia de la estimulación cognitiva y el control de las posibles dificultades.
- Importancia de las AFAs no sólo en el acompañamiento y ayuda a las familias, sino también en la identificación de posibles casos.
- Papel relevante en al diagnóstico precoz.

## Conclusión final

- Mostrando este estudio la importancia de la detección precoz y de la necesidad de favorecer la prevención de la salud cerebral desde las asociaciones, así como el soporte que desde ellas se puede realizar a sus familiares y a las personas tras un diagnóstico.

# Estudio Cuida tu cerebro Fase II

- Tras el éxito del primer estudio, se ha comenzado la segunda fase.
  - Énfasis en población con edad inferior a 65 años.
  - Importancia de conocer mejor la percepción de las AFAs.



#EVOLUCI**ÓN**

Gracias por su atención