

Um em três casos de Alzheimer pode ser evitado, diz estudo



Um em três casos de *Alzheimer* do mundo todo pode ser evitado segundo um novo estudo da Universidade de Cambridge, na Grã-Bretanha.

Em um artigo publicado na revista especializada *The Lancet Neurology*, a equipe de cientistas britânicos relatou que analisou dados baseados em levantamentos de população para descobrir os **sete principais fatores de risco** para desenvolver a doença.

E estes fatores são: diabetes, hipertensão na meia-idade, obesidade na meia-idade, sedentarismo, depressão, fumo e baixo nível de instrução.

Segundo os cientistas, um terço dos casos de *Alzheimer* podem estar conectados a fatores ligados ao estilo de vida dos pacientes, que podem ser modificados, como a falta de exercício e o tabagismo.

Os pesquisadores então analisaram como a redução destes fatores poderia afetar o número dos casos da doença no futuro.

Com esta análise eles descobriram que, ao reduzir cada fator de risco em 10%, quase nove milhões de casos da doença poderiam ser evitados até 2050.

As atuais estimativas sugerem que mais de 106 milhões de pessoas no mundo todo viverão com *Alzheimer* em 2050, mais de três vezes o número de pessoas afetadas em 2010.

IDOSOS MAIS SAUDÁVEIS

Uma pesquisa anterior, de 2011, colocou a estimativa de **prevenção** em um a cada dois casos da doença que poderiam ser evitados, mas o novo estudo britânico levou em conta a justaposição de fatores de risco.

"Apesar de não haver uma única forma de tratar a demência, nós poderemos tomar medidas para reduzir o risco de desenvolvermos demência durante a velhice", disse a professora Carol Brayne, do Instituto de Saúde Pública da Universidade de Cambridge.

"Sabemos o que muitos destes fatores são e frequentemente eles estão ligados. Simplesmente enfrentar a inatividade física, por exemplo, vai reduzir os níveis de obesidade, hipertensão e diabetes e evitar que algumas pessoas desenvolvam demência", acrescentou.

Simon Ridley, chefe de pesquisas na organização de caridade britânica voltada para a pesquisa do *Alzheimer*, a Alzheimer Research UK, afirmou que ainda é preciso descobrir muito sobre a doença.

PESQUISA

Postado em 15/07/2014

"Enquanto que a idade é o maior fator de risco para a maioria dos casos de Alzheimer, há vários fatores de estilo de vida e saúde em geral que podem aumentar ou diminuir as chances de uma pessoa desenvolver a doença", disse.

"No entanto, nós ainda não entendemos completamente os mecanismos que relacionam estes fatores com o início do *Alzheimer*", acrescentou.

"E, como ainda não há uma maneira de evitar o *Alzheimer*, a pesquisa precisa continuar para conseguir as provas mais decisivas sobre os fatores de saúde e ambientais e ajudar as pessoas a reduzirem o risco."

Entre os sete fatores de risco, a maior proporção de casos de *Alzheimer* nos Estados Unidos, na Grã-Bretanha e no resto da Europa pode ser atribuída à inatividade física.

Segundo o estudo, um terço da população adulta destes países não pratica atividades físicas.

Fonte: BBC