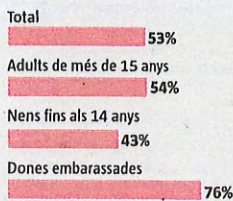


Una tercera part dels casos d'alzheimer es podrien prevenir amb hàbits saludables

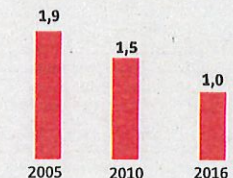
Una activitat intel·lectual estimulants i una bona circulació sanguínia protegeixen el cervell

Persones amb accés al tractament en percentatge. 2016



La mortalitat es redueix

Morts relacionades amb el VIH. En milions



BARCELONA Redacció

Un de cada tres casos de demència es podria prevenir si la salut del cervell es cuidés més bé des d'edats primerenques, segons les conclusions d'un comitè d'experts format per iniciativa de la revista mèdica *The Lancet*.

"Malgrat que la demència es diagnostica a edats avançades, els canvis al cervell se solen començar a desenvolupar molts anys abans; els factors de risc per desenvolupar la malaltia es produeixen al llarg de tota la vida, no només de grans", declara

en un comunicat Gill Livingston, investigadora de l'University College de Londres, que ha coordinat el treball.

L'anomenada Comissió Lancet, que ahir va presentar els seus resultats a la Conferència Internacional de l'Associació d'Alzheimer a Londres, ha calculat que evitar nou factors de risc adoptant hàbits saludables permetria reduir els casos de demència un 35%. Per comparació, si es pogués evitar el principal factor de risc genètic de l'alzheimer (l'al·lel ApoE4), els casos només es reduirien un 7%.

Els hàbits per prevenir l'alzheimer es divideixen en dos grans grups. D'una banda, els que afavoreixen una vida intel·lectual estimulants. La Comissió Lancet calcula que, si tots els adolescents completesin l'educació fins als 15 anys, es previndria un de cada dotze casos de demència al món.

De manera similar, una vida social activa, els treballs de voluntariat i l'hàbit de la lectura també redueixen el risc d'alzheimer. Els experts de la Comissió Lancet destaquen que aquestes activitats no eviten el

deteriorament del cervell característic de l'alzheimer però endarrereixen l'aparició dels símptomes perquè aporten una reserva cognitiva.

El segon grup d'hàbits saludables engloba els que afavoreixen una bona circulació sanguínia al cervell i que coincideixen en gran part amb els que prevenen malalties cardiovasculars. Aquests sí que poden ser capaçs d'evitar el deteriorament del cervell. Inclouen la pràctica d'activitat física, la renúncia del tabaquisme i el control de la tensió arterial.●

de primera línia per als que estan començant el tractament".

La lluita contra la resistència a la teràpia antiretroviral necessita l'esforç de tots els països per prevenir, vigilar i respondre aquest fenomen i per continuar avançant cap a la consecució de l'objectiu de desenvolupament sostenible de posar fi a l'epidèmia de sida per al 2030. El grup directiu sobre resistències del VIH als medicaments de l'OMS ha elaborat un pla d'acció mundial per al quinquenni 2017-2021 -en què ha participat l'investigador Roger Paredes, de l'Institut de Recerca de la Sida IrsiCaixa- que es presentarà diumenge vinent. Aquest pla inclou noves eines per ajudar els països afectats i per millorar la qualitat dels programes, així com pautes per canviar a nous tractaments contra el VIH, com el dolutegravir.

Marijke Wijnroks, directora executiva interina del Fons Mundial, organisme que també ha col·laborat en aquest informe, qualifica de "preocupant" la situació, de manera que demana "enfortiment" als països que activin els indicadors d'alerta primerenca i estenguin les enquestes sobre la resistència als medicaments a més pacients. En la mateixa línia es va manifestar Shannon Hader, directora de la divisió del VIH dels centres per al control i la prevenció de malalties dels Estats Units (CDC), que demana que es vigilin molt més estretament els nens, els adolescents i també les dones embarassades.●

Alimentària va demanar ajuda al Col·legi d'Advocats de Barcelona, que va trobar aquesta via administrativa", explica Voltas.

Segons va explicar Montserrat Ribera, la llei de Salut Pública ja té un article que la capacita per vigilar i sancionar els autors de continguts d'internet que repercutixin negativament en la salut, però es reformarà per especificar l'apologia de l'anorèxia. I també es modificarà el Codi de Consum de Catalunya per sancionar els proveïdors i els allotjadors d'aquests continguts. "Tot i que avancen més ràpid que nosaltres. Ara s'estén aquesta comunicació en grups de WhatsApp", adverteix Voltas.●