



El Ayuntamiento de Beasain junto con CITA-alzhéimer promueven un envejecimiento activo y saludable, mediante el cuidado de hábitos de vida y el control de factores de riesgo, para prevenir el deterioro cognitivo

*El Ayuntamiento de Beasain y los neurólogos de CITA-alzhéimer impartirán dos charlas informativas el día **28 de junio, una a las 11:00h y otra a las 18:30h en Usurbe antzokia de Beasain** donde se explicará en detalle el proyecto*

Dentro de los objetivos estratégicos del gobierno municipal se encuentra la consecución del bienestar de las personas y de la población en general. En este caso concreto y a la hora de prevenir la incidencia de una enfermedad como el Alzheimer, se pretende incidir en dos ejes de actuación: el científico asistencial y de atención social. Para ello resulta necesaria promover la participación ciudadana entre distintos agentes e instituciones para construir un futuro mejor ya que “un problema de todos y todas requiere una respuesta de todos y todas”.

El Ayuntamiento de Beasain y CITA-alzhéimer llevan varios años colaborando de manera conjunta, primero con el proyecto Goiz Alzheimer en el año 2017 y después con Goiz Zaindu en el 2018. Ambos

relacionados con la detección precoz y la prevención de la enfermedad de Alzheimer y el deterioro cognitivo.

Tras el éxito y el apoyo de la ciudadanía de Beasain en anteriores proyectos, esta vez se ha ampliado la magnitud del proyecto y se han unido a este proyecto entidades de reconocimiento nacional e internacional. Por tanto, se anima a participar a las y los beasaindarras en el nuevo estudio de investigación que se ha puesto en marcha, llamado **CITA GO-ON**.

La eficacia de los hábitos saludables

El actual proyecto está orientado a personas entre 60 y 85 años de edad y trata de estudiar la eficacia de fomentar la estimulación cognitiva, el control de los factores de riesgo cardiovascular, mejorar los hábitos nutricionales, promover la actividad física, y mejorar la inteligencia emocional y salud psicosocial. El estudio pretende prevenir el deterioro cognitivo a través del cuidado de los hábitos y estilos de vida y de la salud cardiovascular.

De manera aleatoria, la mitad de los participantes formarán parte de una intervención estructurada de 2 años de duración y la otra mitad de los participantes recibirán recomendaciones de salud establecidas por la OMS (Organización Mundial de la Salud)

Las personas que sean seleccionadas, durante estos dos años llevarán a cabo un programa de salud y bienestar donde se trabajarán distintos aspectos de nuestro día a día. También, se realizarán unas pruebas médicas de manera periódica, para que, una vez que finalice el estudio, ver la evolución de cada participante.

Charla informativa

El Ayuntamiento de Beasain y los neurólogos de CITA-Alzhéimer impartirán dos charlas informativas el día 28 de junio, una a las a las 11:00h y otra a las 18:30h en Usurbe Antzokia de Beasain donde se explicará en detalle el proyecto.

Todas aquellas personas de más de 60 años de edad que quieran prevenir el deterioro cognitivo y llevar a cabo un envejecimiento activo y saludable, podrán apuntarse a CITA GO-ON a través de este [enlace](#). Desde el consistorio se ha remitido una carta de invitación a las y los beasaindarras entre 60 y 85 años para que acudan a las charlas y participen en el proyecto. A las personas inscritas se les citará en el espacio situado como en el anterior proyecto en el edificio Urbietta de Gipuzkoa plaza. Allí pasarán una primera entrevista y cuestionario.

El grupo de estudio CITA GO-ON está constituido por: CITA-alzhéimer, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPH/EHU), Basque Culinary Center, Biodonostia, Achucarro Basque Center for Neuroscience, Universidad Pública de Navarra (UPNA), Camp Tecnológico.

Para cualquier duda o más información en el correo Esta dirección de correo electrónico está siendo protegida contra los robots de spam. Necesita tener JavaScript habilitado para poder verlo. o en el teléfono 943 021 792.