

### **El 40% de los casos de demencia podrían ser prevenidos si se modifican factores de riesgo a través del curso de vida**

#### ***Dementia cases could be prevented in 40 % if risk factors were modified throughout life course***

Señor Editor,

A nivel mundial, el envejecimiento de la población es considerado uno de los mayores desafíos sanitarios y sociales del siglo XXI, y Chile no es la excepción<sup>1,2</sup>; puesto que proyecciones de envejecimiento de la población sitúan al país en el primer lugar del ranking latinoamericano, estimándose que nuestra población octogenaria se cuadruplicará para el 2100, aumentando de 0,5 millones a 2,03 millones<sup>3</sup>. Junto a este incremento en personas mayores, se observará un aumento paralelo en el número de enfermedades crónicas no transmisibles, en especial aquellas que ocurren en un período más tardío del curso de vida, entre ellas las demencias<sup>1,2</sup>.

En la actualidad, más de 50 millones de personas viven con demencia en el mundo, sin embargo, se estima que esta cifra se triplicará alcanzando los 152 millones de personas para el año 2050<sup>1</sup>. Este aumento tendrá un drástico impacto para las personas que la experimentarán, sus familias y el presupuesto sanitario de cada país, ya que el costo actual asociado a demencia es de 1 trillón de dólares a nivel mundial<sup>1</sup>. Si bien hoy en día no disponemos de un tratamiento definitivo para la demencia, la identificación de factores de riesgo modificables asociados a esta enfermedad podrían ofrecer una oportunidad de reducir el incremento en los casos o retardar su aparición, reduciendo así el costo personal, social y económico asociado a esta patología.

El rol que juegan los factores de riesgo modificables en el desarrollo de la demencia fue descrito recientemente en el último reporte de expertos en demencia publicado por la revista Lancet, que agregó tres nuevos

factores de riesgo a los nueve previamente descritos: alcoholismo, contaminación ambiental y traumatismos de cráneo<sup>1</sup>. En el artículo se reportó que cerca del 40% de los casos de demencia a nivel mundial son atribuidos a 12 factores de riesgo modificables, los cuales juegan un rol esencial a través de las distintas etapas del ciclo de vida (Figura 1A y 1B). Entre los factores de riesgo en la etapa temprana del curso de vida (< 45 años) se encuentra la educación, donde bajos niveles de escolaridad podrían aumentar el riesgo de demencia en 60%. Sin embargo, si se logra incrementar los niveles de escolaridad de la población, 7,1% de los casos de demencia podrían ser prevenidos. Otros factores de riesgo para demencia que juegan un rol primordial en la etapa media del ciclo de vida, es decir entre los 45 a 65 años, son la pérdida de capacidad auditiva, traumatismos craneoencefálicos, hipertensión, consumo excesivo de alcohol y obesidad (IMC  $\geq$  30,0 kg/m<sup>2</sup>) (Figura 1A). Si estos cinco factores de riesgo fueran eliminados, el 15% de los casos de demencia se podrían prevenir. En cuanto a la etapa más avanzada del curso de vida (> 65 años), seis factores de riesgo fueron identificados, entre ellos el tabaquismo, depresión, aislamiento social, inactividad física, diabetes y contaminación del aire (contaminación ambiental, exposición al humo del tabaco y de combustión) (Figura 1A y 1B). El 17,6% de los casos de demencia podrían prevenirse, si estos factores de riesgo fueran eliminados.

Si consideramos el escenario nacional, donde la prevalencia de estos factores de riesgo para demencia es alta, y presenta niveles importantes de desigualdad de género, socioeconómicas y lugar de residencia, este reporte orienta en la necesidad de planificar estrategias que permitan reducir la prevalencia y desigualdad de estos factores de riesgo en la población<sup>4</sup>. Resultados de la última Encuesta Nacional de Salud señalan que 86,6% de los chilenos es físicamente inactivo en su tiempo libre, 34,4% presenta obesidad, 33,3% fuma, 15,5% está expuesto al humo de tabaco en el hogar, 11,7% consume niveles de alcohol considerados riesgosos, 27,6% tiene hipertensión, el 12,3% presenta diabetes