

Prevención del Alzheimer con Entrenamiento Cognitivo

# PACT

## Boletín Informativo



### En este número:

- Actualización del estudio PACT
- La Investigación Importa
- Preguntas comunes
- Foco de atención de los interesados
- Foco para los miembros del personal

### Ubicaciones:



**MCOM-SAGElab@usf.edu**

- Tampa, FL – (813) 974-6694
- St. Pete, FL – (727) 873-4090
- Lakeland, FL – (863) 800-0835
- Sarasota, FL – (941) 500-4447



**PACTUF@php.ufl.edu**

- Gainesville, FL – (352) 294-8314
- Downtown Jacksonville, FL – (904) 244-4695
- Kernan Square Jacksonville, FL – (904) 244-9916



**PACTStudy@duke.edu**

- Durham, NC – (919) 668-3154



- Seneca, SC or Greenville, SC (864) 916-6220

## Actualización del estudio PACT: ¡Estamos muy agradecidos!

A partir de enero de 2025, una increíble cantidad de **7600** participantes se han ofrecido como voluntarios en el Estudio PACT en 10 sitios diferentes: ¡Un logro que vale la pena celebrar! Este hito no hubiera sido posible sin la dedicación del personal de nuestro estudio y el compromiso de nuestros increíbles participantes.

Alcanzar este objetivo a lo largo de casi cuatro años no ha estado exento de desafíos. Juntos, hemos sorteado perturbaciones como la COVID-19 y huracanes de gran magnitud, pero hemos seguido avanzando. Esto es lo que hemos logrado hasta ahora en el estudio PACT:

- Horas colectivas dedicadas al entrenamiento cerebral: **300,000+**
- Número de muestras de sangre recolectadas: **2,000+**
- Número de visitas de 3 años completadas: **1,000+**

Mientras continuamos apoyando a los participantes en el entrenamiento cerebral y les damos la bienvenida nuevamente para la crucial visita de estudio de 3 años, queremos que sepan que están marcando una diferencia real en el avance de la investigación sobre el envejecimiento cognitivo y la prevención de la demencia.

**¡Gracias por ser parte de este viaje!**

# La Investigación Importa

La enfermedad de Alzheimer se describió originalmente hace casi 120 años y no se le dio nombre hasta 1910. En 2024, casi 7 millones de personas en los Estados Unidos fueron diagnosticadas con esta enfermedad. En unas pocas décadas se espera que ese número casi se duplique.

Pero no nos quedamos de brazos cruzados mientras esta enfermedad afecta a nuestros seres queridos y a quienes forman parte de nuestras comunidades. Al contrario, estamos tomando medidas. Desde su descubrimiento, la ciencia ha buscado conocimientos sobre esta enfermedad y las demencias relacionadas y el impacto que tienen en el cerebro. Hoy en día, la investigación continúa y nos permite comprender la enfermedad, identificar factores de riesgo, desarrollar estrategias de prevención, mejorar el diagnóstico y optimizar la atención y el apoyo.

El estudio PACT es un ensayo clínico que contribuye específicamente a la base de conocimientos para el desarrollo de estrategias eficaces de prevención de la demencia. Los participantes de PACT están contribuyendo a importantes avances científicos que tienen el potencial de impactar las vidas de millones de personas. Imagínense cómo las cosas podrían ser diferentes para tantas personas si juntos descubriéramos que el entrenamiento cerebral computarizado previene o incluso retrasa la aparición del Alzheimer o demencias relacionadas. ¡Este trabajo es importante!

Si desea mantenerse al día con la amplitud de las investigaciones sobre la enfermedad de Alzheimer y las demencias relacionadas, consulte este recurso a continuación:

- [La enfermedad de Alzheimer](#)



## Preguntas Comunes

**¿Por qué se decidió por 25 sesiones iniciales de entrenamiento cerebral? ¿Por qué solo completamos 10 sesiones en el primer y segundo año?**

Nuestras investigaciones anteriores han demostrado que completar un mínimo de 10 a 14 horas de capacitación puede generar mejoras que pueden durar muchos años. La investigación también muestra que cada sesión adicional es beneficiosa. Las sesiones de refuerzo en 1 año y nuevamente después de 2 años son útiles para mantener los avances obtenidos con la capacitación computarizada.

**¿Podrías decirme si mi puntuación este año fue la misma o cómo cambió? ¿Lo estoy haciendo mejor que el año pasado?**

Pregúntele a su entrenador cómo revisar su progreso en BrainHQ y estará encantado de mostrárselo. Planeamos evaluarlo nuevamente en la visita de 3 años para determinar cómo ha progresado durante el estudio. Esta visita se llevará a cabo tres años después de su visita 1. Hasta entonces, le pedimos que complete 25 sesiones de capacitación inicial, 10 sesiones en el año 1 y 10 sesiones después del año 2. Sabemos que la vida no siempre va según el plan y que el entrenamiento de su cerebro puede verse interrumpido. Independientemente del número de sesiones de entrenamiento que complete durante el estudio, necesitamos que los participantes se comprometan a permanecer en el estudio y completar la visita de 3 años. Esto es vital para el éxito del estudio PACT. Eres irremplazable.

¿Hay algún contenido que le gustaría que se incluyera en nuestro próximo boletín? Envíelos a [MCOM-SAGEmarketing@usf.edu](mailto:MCOM-SAGEmarketing@usf.edu) con el asunto **“Ideas para Boletine Informativos”**

# Foco de atención de los interesados

## La esperanza surge eternamente.

Hace diecinueve años, la vida de Janet cambió para siempre cuando le diagnosticaron Alzheimer a su madre. A medida que la salud de su madre se deterioraba, era necesario un cambio. Las llamadas telefónicas semanales y las visitas anuales ya no eran suficientes. El tiempo era inseguro y la madre de Janet necesitaba más atención, más tiempo y menos distancia.



Janet trasladó a su madre a Massachusetts y se convirtió en cuidadora. Mientras la enfermedad avanzaba, la trasladó a un centro cercano y pudieron pasar tiempo juntas varios días a la semana. Fue una batalla de doce años contra el Alzheimer y, hace siete años, Janet tuvo el desgarrador honor de acompañar a su madre en su último aliento. Janet encontró consuelo en este momento crucial al presenciar el último aliento de su madre, tal como su madre había celebrado el primero al nacer.

Cuando la madre de Janet recibió el diagnóstico, no existían antecedentes familiares ni referencias personales. Un mundo completamente nuevo se reveló para ella y su familia. Aprendió rápidamente que el Alzheimer es mucho más que olvidar algunas cosas. Janet rápidamente dio prioridad a la participación en la comunidad de cuidadores, defensores e investigadores comprometidos con la atención y la investigación del Alzheimer. Asistió a grupos de apoyo para cuidadores, charlas sobre lo último en investigación y recaudó dinero para la Asociación de Alzheimer como parte de su caminata durante los últimos quince años.

Aun cuando se mudó a Carolina del Norte hace tres años, su compromiso con la causa no flaqueó. Con su deseo de hacer cualquier cosa para ayudar a tratar, curar o prevenir el Alzheimer, inmediatamente sintió curiosidad cuando vio un folleto sobre el estudio PACT en su biblioteca local.

Janet lleva dos años y medio en el estudio PACT, y su visita de los tres años está programada para agosto de 2025. Era nueva en los juegos de computadora y esperaba con ilusión cada sesión como una oportunidad para ejercitar su mente. Le ha encantado el apoyo del personal del estudio en Duke, ya que la han hecho sentir importante para el éxito del estudio. Desde la perspectiva de Janet, el simple hecho de participar en el estudio, sabiendo que el objetivo es reducir el riesgo de deterioro cognitivo y demencia como el Alzheimer, le parece un esfuerzo que vale la pena. Eso le da esperanza.

Cuando llega la primavera y los narcisos florecen, Janet ve el símbolo de la esperanza en esos pétalos amarillos. Siente la misma esperanza al ver el lazo morado alrededor de la "T" del logotipo del estudio PACT. Tiene esperanza en los descubrimientos científicos y en que el futuro de tantas personas y familias sea mejor.

***Gracias por su contribución y compromiso en la lucha contra las demencias, como la enfermedad de Alzheimer.***

Para obtener actualizaciones sobre el estudio PACT, visite [www.PACTstudy.org](http://www.PACTstudy.org) o síguenos en Facebook.

# Foco para los miembros del personal



***¡Estamos agradecidos por este increíble equipo de investigadores!  
Su talento, dedicación y trabajo apoyan a los participantes del estudio PACT cada día. ¡La ciencia es mejor gracias a su pasión por la investigación que impulsa la innovación y el descubrimiento!***