



21059 - EFECTO DE UNA INTERVENCIÓN MULTIDOMINIO CON EJERCICIO FÍSICO VIVIFRAIL SOBRE LA FUNCIÓN FÍSICA DE ADULTOS MAYORES CON RIESGO AUMENTADO DE DEMENCIA: ANÁLISIS PRELIMINAR DEL ESTUDIO CITA GO-ON

Reparaz Escudero, I.¹; Ecay Torres, M.²; Altuna Azkargorta, M.²; López Sáez de Asteasu, M.¹; Izquierdo Redín, M.¹; Ros, N.³; Etxeberria, U.⁴; Tainta Cuevza, M.²; Martínez-Lage, P.²

¹Navarrabiomed. Instituto de Investigación Sanitaria de Navarra (IdisNA). Hospital Universitario de Navarra. Universidad Pública de Navarra; ²Fundación CITA-alzhéimer Fundazioa; ³Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco UPV/EHU; ⁴Basque Culinary Centre.

Resumen

Objetivos: Evaluar la efectividad del primer año de un programa de ejercicio físico en contexto de una intervención multidominio no-farmacológica sobre la función física y factores de riesgo cardiovascular (FRCV) de adultos mayores con alto riesgo de demencia.

Material y métodos: Estudio CITA GO-ON (NCT04840030), ensayo no-farmacológico de intervención multimodal FINGER-*like* (control de FRCV, entrenamiento cognitivo, promoción de la salud socioemocional, optimización dietaria y ejercicio físico basado en el programa ViviFrail) para la prevención del declinar cognitivo. Participantes de 60-85 años con fragilidad cognitiva y riesgo elevado de demencia (CAIDE ≥ 6), cognitivamente sanos o con deterioro cognitivo leve, fueron aleatorizados 1:1 a grupo control (recomendaciones de salud) e intervención. Las variables recogidas incluyeron: FRCV, velocidad de la marcha, fuerza de prensión manual, fuerza máxima (1RM) y potencia muscular (transductor lineal) del tren inferior. Se calculó el cambio intragrupo como la resta entre valores anual y basal, y se aplicaron pruebas Welch para la comparación entre grupos. $p < 0,05$ fue considerado significativo (Bonferroni).

Resultados: Reclutamiento de 355 adultos de 69,3 ($\pm 5,5$) años, 50% mujeres, con seguimiento a 12 meses (abril 2024). No se observó diferencia entre grupos al año en el cambio en los FRCV, la fuerza de prensión manual y la velocidad de la marcha ($p > 0,05$). En cambio, se hallaron diferencias entre grupos en la fuerza máxima (13 kg, $p < 0,0001$) y potencia muscular (21 w, $p < 0,0001$), favoreciendo al grupo intervención.

Conclusión: Los resultados preliminares de la intervención multimodal con Vivifrail mostraron mejorar la función de empuje del tren inferior en personas con riesgo aumentado de demencia.