

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,  
INTERIOR Y JUSTICIA

RELACIONES CIUDADANAS E  
INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

**SALUD**

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO  
AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

## CHN, UPNA y Navarrabiomed participan en la creación de una red europea para prevenir la dependencia en la tercera edad y fomentar el envejecimiento activo

*La iniciativa, que se enmarca dentro del proyecto transfronterizo APTITUDE, se dará a conocer a la ciudadanía mañana en una jornada informativa en la Facultad de Ciencias de la Salud de la UPNA*

Lunes, 19 de noviembre de 2018

Profesionales del Complejo Hospitalario de Navarra (CHN), de la Universidad Pública de Navarra (UPNA), y de Navarrabiomed participan en la creación de una red europea para prevenir la dependencia en la tercera edad y fomentar el envejecimiento activo. Se trata del proyecto “Actuar para la prevención transpirenaica de la dependencia en personas mayores” (APTITUDE), una iniciativa europea en la que participan centros hospitalarios y de investigación de Francia, España (Navarra y Cataluña) y Andorra para la puesta en marcha de una red de cooperación en materia de envejecimiento activo. Tal y como se ha dado a conocer hoy en rueda de prensa, la participación navarra se centraliza desde Navarrabiomed – Fundación Miguel Servet, entidad que coordina y gestiona el proyecto.



Representantes del CHN, UPNA y Navarrabiomed, entidades participantes en el proyecto APTITUDE Navarra.

A lo largo de tres años la red transfronteriza actuará en las cuatro áreas geográficas implicadas desarrollando redes locales propias y para ello dispone de 2.000.000 de euros de presupuesto (la mitad de los fondos se destinarán a España y, en concreto, 400.000 euros a Navarra), importe cofinanciado al 65% por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER) a través del Programa Interreg V-A España.

La red pretende mejorar, mediante acciones formativas, de sensibilización e implementación de evidencias científicas, la calidad de vida en la tercera edad fomentando hábitos específicos saludables y optimizando situaciones de pérdida de funcionalidad y autonomía. Así lo han explicado Antonio Merino Díaz de Cerio, director gerente del CHN, y Nicolás Martínez Velilla, jefe del Servicio de Geriátrica, investigador responsable de la Unidad de Geriátrica de Navarrabiomed y responsable del proyecto APTITUDE en Navarra. Tal y como ha dado a conocer Nicolás

Martínez Velilla, “el objetivo principal de la red es prevenir la dependencia en las personas mayores actuando sobre la fragilidad”.

Por su parte, Antonio Merino ha puesto de manifiesto la importancia de participar en este tipo de iniciativas europeas que permiten poner en común protocolos, buenas prácticas y procedimientos en un entorno de cooperación que beneficia a todos los centros implicados y por ende a la sociedad.

### **Actuaciones específicas de APTITUDE Navarra**

Álvaro Casas Herrero, geriatra del CHN y presidente de la Sociedad Española de Medicina Geriátrica y Maite Soria Sarnago, directora de enfermería del CHN han sido los encargados de dar a conocer las acciones previstas durante los próximos meses en nuestra comunidad.

Con el fin de presentar la red a la ciudadanía mañana martes, 20 de noviembre, tendrá lugar una jornada informativa: “Mayores activos y saludables. Claves para desarrollar hábitos saludables en la tercera edad”, salón de actos de la Facultad de Ciencias de la Salud de la (UPNA) entre las 16:00 y las 18:30 horas. La jornada tiene entrada libre hasta completar aforo y además se retransmitirá vía streaming desde el canal de youtube de Navarrabiomed.

Los responsables de la red expondrán hábitos y buenas prácticas que contribuyan a fomentar mayor calidad de vida. Durante el encuentro intervendrá también el Presidente del Club Atlético Osasuna, Luis Sabalza Iriarte, quien ofrecerá la conferencia: "Trabajar más allá de la jubilación" en la que expondrá su experiencia y trayectoria en la directiva del Club.

Asimismo, en los próximos meses se llevarán a cabo tres acciones estratégicas en Navarra. En primer lugar, se creará un registro común transfronterizo con personas a partir de 65 años, que acepten ser informados y/o asociarse al desarrollo de la investigación clínica y gerotecnológica.

En paralelo se organizarán Equipos Móviles de Investigación Clínica y de Innovación (EMRCI) que permitan que profesionales sanitarios de diversas disciplinas trasladen prácticas clínicas y de investigación a núcleos tanto urbanos como rurales, garantizando así una mayor penetración y participación de la población, siendo estos equipos multiprofesionales (médico/a, enfermero/a, fisioterapeuta y terapeuta ocupacional).

Además se desarrollará una base de datos voluntaria de personas mayores frágiles y aquellos que presentan trastornos de memoria, que permitirá la realización de proyectos conjuntos de investigación y en la que colaborarán todos los centros que participan en el estudio.

Por último, los integrantes del proyecto participarán en la validación del nuevo concepto que está desarrollando la Organización Mundial de la Salud (OMS) de “capacidad intrínseca” en el proceso de valoración global de las capacidades en edades avanzadas.

### **Últimos estudios difundidos**

Las acciones del proyecto están alineadas con las conclusiones obtenidas en un estudio publicado recientemente por el equipo en la revista de la Asociación Médica Estadounidense: “Journal of the American Medical Association” (“JAMA Internal Medicine”).

Mikel Izquierdo Redín, Catedrático y Director del Departamento de Ciencias de la Salud de la UPNA e investigador responsable de la Unidad de investigación en Ejercicio físico y fragilidad de Navarrabiomed ha dado a conocer la investigación desarrollada que demuestra que un programa de ejercicio físico individualizado en pacientes ingresados mayores de 75 años revierte el declive funcional asociado a la hospitalización. A lo largo de tres años 370 personas ingresadas en el Servicio de Geriátrica del CHN han formado parte de los ensayos de validación del programa.

Estos hallazgos plantean un nuevo paradigma en las unidades de hospitalización médica en las que se reconozca el estado funcional de la persona como un signo clínico, que puede verse afectado negativamente por la hospitalización tradicional (clásicamente basada en el reposo en cama).

De forma paralela el equipo participa en la actualidad en el proyecto europeo DIABFRAIL LATAM, financiado por la Comisión Europea dentro de las ayudas “Horizonte 2020” y que está centrado en personas mayores frágiles y prefrágiles con diabetes en Latinoamérica. En la actualidad la diabetes afecta al 40% de personas mayores de 65 años.

La iniciativa pretende extender en Colombia, Chile, México, Perú y Argentina un modelo de tratamiento consistente en un programa de ejercicio físico, un programa educacional y nutricional y un ajuste de objetivos de glucemia y tensión arterial adaptados en personas mayores con diabetes muy vulnerables debido a su estado de fragilidad. Se prevé involucrar a más de 1.000 personas mayores frágiles y prefrágiles con Diabetes tipo 2.

### **Más información sobre APTITUDE**

El proyecto APTITUDE, dentro del cual se desarrolla la red APTITUDE Navarra, ha sido cofinanciado al 65% por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER) a través del Programa Interreg V-A España-Francia-Andorra (POCTEFA 2014-2020). El objetivo del POCTEFA es reforzar la integración económica y social de la zona fronteriza España-Francia-Andorra. Su ayuda se concentra en el desarrollo de actividades económicas, sociales y medioambientales transfronterizas a través de estrategias conjuntas a favor del desarrollo territorial sostenible [www.aptitude-net.com](http://www.aptitude-net.com) / [aptitude@navarra.es](mailto:aptitude@navarra.es) .