



ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΤΥΠΟΥ

Επικοινωνία:

Γραφείο Επικοινωνίας
Τομέας Προώθησης και Προβολής, Πανεπιστήμιο Κύπρου
Τηλ. 22894304
ηλ. διεύθυνση: dionysiou.despo@ucy.ac.cy
ιστοσελίδα: www.pr.ucy.ac.cy

ΠΡΟΣ ΑΜΕΣΗ ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ

Λευκωσία, 17 Σεπτεμβρίου 2014

ΝΕΥΡΟΓΝΩΣΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ Σημαντική συνεισφορά του Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης για την κατανόηση της μνήμης στους Ενήλικες

Σταθερή μείωση της μνήμης των Κυπρίων ενηλίκων για κάθε δεκαετία της ζωής τους, μετά την ηλικία των 30, έδειξαν πρόσφατα αποτελέσματα παγκύπριας έρευνας που διεξάγει το Κέντρο Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης του Πανεπιστημίου Κύπρου σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Κρήτης, διάφορους Δήμους, το Ινστιτούτο Νευρολογίας και Γενετικής και την Αναπτυξιακή Εταιρεία Λευκωσίας, για την κατανόηση της μνήμης στους ενήλικες.

Στόχος της Νευρογνωστικής Μελέτης Ενηλίκων, της πρώτης διαχρονικής παγκύπριας μελέτης, που διεξάγεται στο Πανεπιστήμιο Κύπρου από το 2009, είναι να εξετάσει διάφορες πτυχές της ανθρώπινης σκέψης και δραστηριότητας και τον τρόπο που αναπτύσσονται καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής. Στη Νευρογνωστική Μελέτη Ενηλίκων του Πανεπιστημίου έχουν στρατολογηθεί, μέχρι στιγμής, πάνω από 600 πολίτες από όλες τις μεγάλες πόλεις της Κύπρου. Οι συμμετέχοντες αξιολογούνται με ερωτηματολόγια και νευροψυχολογικά δοκίμια που εξετάζουν κυρίως τις νοητικές λειτουργίες με στόχο την μελέτη δημογραφικών, βιολογικών και ψυχολογικών παραγόντων που επιδρούν στην φυσιολογική και παθολογική γήρανση στους Κύπριους πολίτες.

Η ερευνητική υπεύθυνη του Προγράμματος είναι η Φώφη Κωνσταντινίδου, Καθηγήτρια Ψυχολογίας και Διευθύντρια του Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης. Μέχρι στιγμής η έρευνα έχει λάβει χρηματοδοτήσεις από ανταγωνιστικά προγράμματα του Ιδρύματος Προώθησης Έρευνας και από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Διακρατικής Συνεργασίας. Για τη συγκεκριμένη έρευνα η κ. Κωνσταντινίδου βραβεύτηκε το 2013 με το βραβείο Έμπειρος Ερευνητής του Ιδρύματος Προώθησης Έρευνας. Στη Νευρογνωστική Μελέτη Ενηλίκων του Πανεπιστημίου Κύπρου συμμετέχουν Δήμοι και οργανώσεις από όλη την Κύπρο.

Η αύξηση του προσδόκιμου ζωής είναι σημαντική ένδειξη του βιοτικού επιπέδου μίας χώρας. Στην Κύπρο ο μέσος όρος ζωής είναι ένας από τους υψηλότερους στην Ε.Ε. και

ανέρχεται στα 79 και 82 έτη για τους άντρες και τις γυναίκες αντίστοιχα. Με την αύξηση του προσδόκιμου ζωής παρατηρείται και αύξηση νόσων που συνδέονται με την τρίτη ηλικία. Η παθολογική γήρανση που οδηγεί στην έκπτωση γνωστικών λειτουργιών (όπως μνήμη και γλώσσα) και οδηγούν στην δυσκολία συναισθηματικής και κοινωνικής προσαρμογής είναι μία από τις μεγαλύτερες μάστιγες της σύγχρονης εποχής. Η παθολογική γήρανση μπορεί να προέρχεται από ανατρέψιμους παράγοντες (όπως μεταβολικές και ψυχιατρικές διαταραχές) ή από μη ανατρέψιμους παράγοντες όπως νευροεκφυλιστικές νόσοι που οδηγούν σε άνοια τύπου Alzheimer, Πάρκινσον, Αγγειακή Άνοια κ.α. προκαλώντας σημαντική επιβάρυνση στο σύστημα υγείας της χώρας και ταυτόχρονα σημαντικές κοινωνικοοικονομικές προκλήσεις τόσο στην οικογένεια όσο και στη πολιτεία. Για αυτό το λόγο η Ευρωπαϊκή Ένωση δίνει σημαντική έμφαση στην κατανόηση των παραγόντων που προωθούν την υγιή γήρανση.

Η γήρανση επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες όπως το βιολογικό-γενετικό υπόβαθρο, την φυσική υγεία, τον τρόπο ζωής (διατροφή, φυσική άσκηση), την ενεργή συμμετοχή σε νοητικές δραστηριότητες, τη ψυχική ανθεκτικότητα. Αυτοί οι ατομικοί παράγοντες εκφράζονται διαφορετικά στον πολίτη ανάλογα με το γενικότερο ψυχοκοινωνικό περιβάλλον της κοινότητας και της χώρας στην οποία ζει.

Μία βασική συνεισφορά της έρευνας της ομάδας του Πανεπιστημίου Κύπρου είναι η δημιουργία θεωρητικού μοντέλου που αφορά την ικανότητα του νου να αντισταθεί στην παθολογία που προκαλείται από αλλαγές στη δομή και λειτουργία του εγκεφάλου.

Συγκεκριμένα, αποτελέσματα της μελέτης δείχνουν πως η ηλικία επιδρά αρνητικά σε γνωστικές λειτουργίες όπως η μνήμη και οι εκτελεστικές λειτουργίες λόγω αλλοιώσεων στην εγκεφαλική δομή και λειτουργία. Με την πάροδο του χρόνου, οι επιδόσεις σε γνωστικά έργα που απαιτούν εκτελεστικές λειτουργίες ή δεξιότητες μνήμης παρουσιάζουν πτώση. Μάλιστα, πρόσφατα αποτελέσματα της ομάδας του ΠΚ σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Κρήτης έδειξαν μία σταθερή μείωση της μνήμης για κάθε δεκαετία μετά τα 30 σε ένα μεγάλο δείγμα 800 συμμετεχόντων από Κύπρο και Κρήτη (Constantinidou..... & Simos, 2014).

Το γνωστικό απόθεμα (cognitive reserve) έχει προταθεί ως ένας πιθανός παράγοντας περιορισμού ή επιβράδυνσης της επιβλαβούς επίδρασης της ηλικίας. Το γνωστικό απόθεμα ορίζεται ως η ικανότητα χρήσης εναλλακτικών στρατηγικών για καλύτερη επίδοση σε γνωστικούς ελέγχους (Baldivia, Andrade, & Bueno, 2008). Σε μελέτη που δημοσιεύθηκε στο *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology* (Giogkarakaki, Michaelides, & Constantinidou, 2013) υπολογίστηκε από τα χρόνια εκπαίδευσης, και την αναγνωστική και λεξιλογική ικανότητα όπως μετρήθηκαν μέσα από ψυχομετρικές δοκιμασίες. Σε ένα δείγμα ατόμων 60-92 ετών, τα ευρήματα έδειξαν ότι άτομα μεγαλύτερης ηλικίας είχαν χαμηλότερες επιδόσεις σε μετρήσεις μνήμης (λεκτική, επεισοδιακή μνήμη) και εκτελεστικών λειτουργιών (βλ. Σχήμα 1). Το γνωστικό απόθεμα λειτούργησε ως ρυθμιστής (moderator) των πιο πάνω σχέσεων, δηλαδή σε άτομα με ψηλότερο γνωστικό απόθεμα, η πτώση στις γνωστικές λειτουργίες φάνηκε να είναι μικρότερη πάρα σε άτομα με μικρότερο γνωστικό απόθεμα (βλ. Σχήμα 2).

Η αναγνώριση των προδιαθετικών παραγόντων για τη νοητική έκπτωση των ηλικιωμένων στην Κύπρο είναι πολύ σημαντική, διότι επιτρέπει τη θέσπιση κυβερνητικών προγραμμάτων πρόληψης της άνοιας, γεγονός που θα ελαττώσει το ποσοστό της αναπηρίας και της

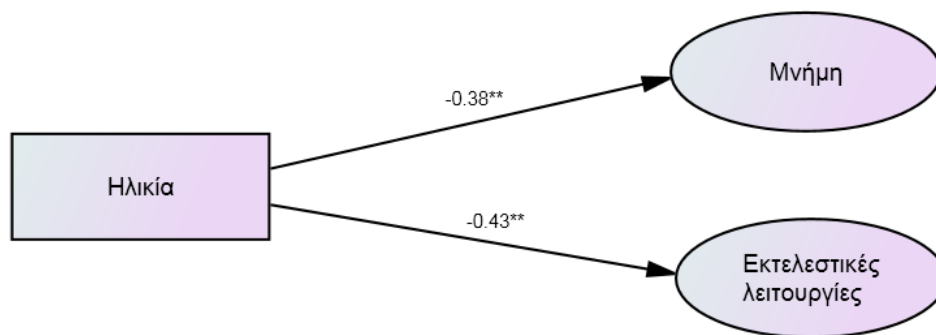
εξάρτησης των ηλικιωμένων, ελαττώνοντας ταυτόχρονα το κοινωνικό, αλλά και το οικονομικό φορτίο της οικογένειας και της πολιτείας. Η μελέτη συμβάλει στη θεμελίωση του οικοδομήματος της πρόληψης νευροεκφυλιστικών νοσημάτων ηλικιωμένων.

Αναφορές:

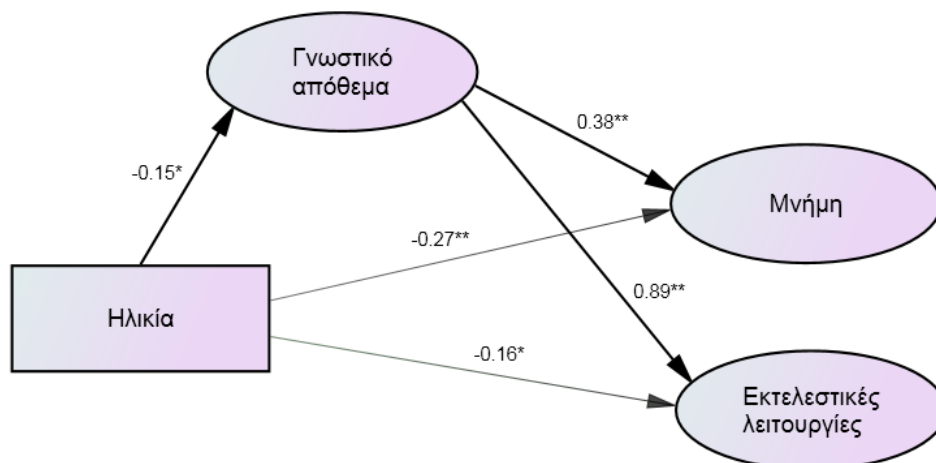
Baldivia, B., Andrade, V. M., & Bueno, O. F. A. (2008). Contribution of education, occupation and cognitively stimulating activities to the formation of cognitive reserve. *Dementia & Neuropsychologia*, 2(3), 173–182.

Constantinidou, F, Zaganas, I., Papastefanakis E, Kasselimis, D., Nidos, A., & Simos, P (2014). Age-related decline in verbal learning is moderated by demographic factors, working memory capacity and presence of Mild Cognitive Impairment. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 20, 1-14.

Giogkaraki, E., Michaelides, M. P., & Constantinidou, F. (2013). The role of cognitive reserve in cognitive aging: Results from the neurocognitive study on aging. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 35(10), 1024-1035.



Σχήμα 1: Επίδραση της ηλικίας σε γνωστικές λειτουργίες



Σχήμα 2: Ο ρυθμιστικός ρόλος του γνωστικού αποθέματος

Σημειώσεις στα Σχήματα: **: $p < 0.001$ και *: $p < 0.01$
Οι σχέσεις αποτυπώνονται με σταθμισμένους συντελεστές παλινδρόμησης.