

**CONTACTO:** Línea de los medios de la Alzheimer's Association, 312.335.4078, [media@alz.org](mailto:media@alz.org)  
Oficina de prensa del AAIC 2023, [aaicmedia@alz.org](mailto:aaicmedia@alz.org)

## DEL CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ALZHEIMER'S ASSOCIATION 2023

### TRABAJAR COMO VOLUNTARIO EN LA TERCERA EDAD PUEDE PROTEGER EL CEREBRO

#### Mensajes clave:

- **El voluntariado en la tercera edad puede proteger el cerebro contra el deterioro cognitivo y la demencia.**
- **Un nuevo estudio sobre adultos mayores descubrió que quienes trabajaban como voluntarios tienen una mejor memoria y función ejecutiva.**

**ÁMSTERDAM, 20 DE JULIO DE 2023** — El voluntariado en la tercera edad se asocia a una mejor función cognitiva (en concreto, mejor función ejecutiva y memoria episódica), según una investigación presentada hoy en el [Congreso Internacional de la Alzheimer's Association](#)® (AAIC®) 2023, en Ámsterdam, Países Bajos, y en línea.

"Los voluntarios son los pilares de todas las comunidades e imprescindibles para el éxito y el impacto de muchas organizaciones, entre ellas la Alzheimer's Association", dijo [Donna McCullough](#), jefa de misión y operaciones de campo de la Alzheimer's Association. "Esperamos que estos nuevos datos animen a personas de todas las edades y procedencias a trabajar en el voluntariado local, no solo para beneficiar a sus comunidades, sino potencialmente a su propia salud cognitiva y del cerebro".

Las actividades de voluntariado, como el apoyo a organizaciones educativas, religiosas, médicas u otras organizaciones benéficas, ofrecen a los adultos mayores un medio para estar más activos físicamente, aumentar la interacción social y proporcionar una estimulación cognitiva que puede proteger el cerebro. Sin embargo, falta información sobre la relación entre el voluntariado y la función cognitiva, especialmente en poblaciones grandes y diversas.

Como se informó por primera vez en el AAIC 2023, Yi Lor, MPH, estudiante de doctorado de epidemiología en la Universidad de California Davis, junto con la investigadora principal de los estudios, Rachel Whitmer, Ph.D., examinaron los hábitos de voluntariado entre una población étnica y racialmente diversa de adultos mayores (n=2476; edad promedio unos 74 años; 48 % negros, 20 % blancos, 17 % asiáticos, 14 % latinos) en los estudios Kaiser Healthy Aging and Diverse Life Experiences Study (KHANDLE) y Study of Healthy Aging in African Americans (STAR). En el grupo combinado, 1,167 (43 %) participantes informaron haber sido voluntarios en el último año.

Los investigadores descubrieron que el voluntariado se asociaba con mejores puntuaciones iniciales en las pruebas de función ejecutiva y memoria episódica verbal en este grupo de estudio tras ajustar por edad, sexo, educación, ingresos, efectos de la práctica y modo de entrevista (teléfono y en persona). El voluntariado también se asoció con una tendencia hacia un menor deterioro cognitivo durante el tiempo de seguimiento de 1.2 años, pero esta asociación no alcanzó significación estadística. Además, los que trabajaron como voluntarios varias veces por semana tenían los niveles más altos de función ejecutiva.

"El voluntariado puede ser importante para mejorar la cognición en la tercera edad y podría servir como una intervención sencilla en todos los adultos mayores para proteger contra el riesgo de enfermedad de

Alzheimer y demencias asociadas", dijo Lor. "Nuestros próximos pasos son examinar si el voluntariado protege contra el deterioro cognitivo, y cómo la salud física y mental puede afectar esta relación".

### **Acercas del Congreso Internacional de la Alzheimer's Association® (AAIC)**

El Congreso Internacional de la Alzheimer's Association (AAIC) es la reunión mundial de investigadores más grande del mundo enfocada en el Alzheimer y otras demencias. Como parte del programa de investigación de la Alzheimer's Association, el AAIC sirve de catalizador para generar nuevos conocimientos sobre la demencia y fomentar una comunidad de investigación vital y de responsabilidad compartida.

Página de inicio del AAIC 2023: [www.alz.org/aaic/](http://www.alz.org/aaic/)

Sala de prensa del AAIC 2023: [www.alz.org/aaic/pressroom.asp](http://www.alz.org/aaic/pressroom.asp)

Hashtag del AAIC 2023: #AAIC23

### **Acercas de la Alzheimer's Association®**

La Alzheimer's Association es una organización de salud internacional integrada por voluntarios dedicada a la atención médica, la investigación y el apoyo de la enfermedad de Alzheimer. Nuestra misión es liderar el camino para ponerle fin a la enfermedad de Alzheimer y a todas las demás demencias, acelerando la investigación global, impulsando la reducción de riesgos y la detección temprana, y optimizando el cuidado y apoyo de calidad. Nuestra visión es un mundo sin Alzheimer y todas las demás demencias®. Visite [alz.org](http://alz.org) o llame al 800.272.3900.

###

- Yi Lor, MPH, et al. The association of late-life volunteering with cognitive function and cognitive decline in the KHANDLE and STAR cohorts. (Funders: KHANDLE: U.S. National Institute on Aging 5R01AG052132-04; STAR: U.S. National Institute on Aging 7RF1AG050782-02)

\*\*\* AAIC 2023 news releases may contain updated data that does not match what is reported in the following abstracts.

**Proposal ID:** 77992

**Title:** The association of late-life volunteering with cognitive function and cognitive decline in the KHANDLE and STAR cohorts

**Background:** Prior studies have shown that volunteering in late life is associated with better physical health, social activity, and cognition, but the bulk of evidence is limited to non-Latino White or Asian populations. The purpose of this analysis was to determine whether volunteering is associated with differences in domain-specific cognition or cognitive change in a diverse cohort.

**Method:** Kaiser Healthy Aging and Diverse Life Experiences Study (KHANDLE) and Study of Healthy Aging in African Americans (STAR) are harmonized cohort studies of long-term Kaiser Permanente members ages + and 50+ respectively, consisting of 48% Black, 20% White, 17% Asian, and 14% Latinx individuals. Participants self-reported performing volunteer work for the 12 months prior to baseline for religious, educational, health-related, or charity organizations. Executive function (EF) and verbal episodic memory (VEM) were measured across three waves using the Spanish and English Neuropsychological Assessment Scales (SENAS) and scores were z-standardized to the baseline. Linear mixed-models with random intercepts and slopes evaluated the association of volunteering with baseline cognition and cognitive change over 3 visits (mean follow-up=1.2 years) with years since baseline as the timescale and adjusting for baseline age, sex, education, income, practice effects, and interview mode (phone vs in-person).

**Result:** Of the 2476 participants with average baseline age of 73.7 (SD = 8.2) years, 1167 (42.3%) had volunteered in the 12 months prior to baseline (Table 1). Those who volunteered had on average higher baseline EF ( $\beta = 0.184$ ; CI = 0.110, 0.257) and VEM ( $\beta = 0.114$ ; CI = 0.040, 0.189) compared to those who did not report volunteering (Table 2, Model 2). There were no statistically significant associations of volunteering and EF or VEM decline, though the direction of the associations suggested that those who volunteered had slower cognitive decline than those who did not volunteer.

**Conclusion:** In this diverse cohort, volunteering was associated with significantly higher baseline cognition, and suggested to be associated with less cognitive change over an average of 1.2 years, though not statistically significant. With additional follow up, we will examine whether volunteering is protective against cognitive impairment, and how physical and mental health may mediate this relationship.

**Presenting author:**

Yi Lor, MPH [yijlor@ucdavis.edu](mailto:yijlor@ucdavis.edu)  
University of California, Davis, Davis, CA, USA

## Tables and Figures:

### [AAIC2023 Abstract Volunteer and Cognition Table 1 20230127.png \(174.1KB\)](#)

**Table 1:** Baseline characteristics of Kaiser Healthy Aging and Diverse Life Experiences Study (KHANDLE) and Study of Healthy Aging in African Americans (STAR) participants at baseline by volunteering

	Total	No Volunteer	Volunteer
	N (%) or mean (SD)		
<b>Number of participants</b>	2476 (100)	1302 (52.7)	1167 (42.3)
<b>Baseline age</b>	73.7 (8.2)	74.7 (8.5)	72.7 (7.7)
<b>Gender/Sex: Male</b>	904 (37.8)	513 (41.4)	389 (33.9)
<b>Race:</b>			
Asian	415 (16.8)	225 (54.5)	188 (45.5)
Black	1197 (48.4)	603 (50.4)	592 (49.5)
Latinx	355 (14.4)	221 (62.3)	134 (37.8)
White	502 (20.3)	251 (50.1)	250 (49.9)
<b>Education: College graduate</b>	1087 (44.0)	480 (36.9)	606 (51.9)
<b>Income: &gt;=\$55,000</b>	1512 (65.8)	712 (60.0)	798 (71.8)

### [AAIC2023 Abstract Volunteer and Cognition Table 2 20230127.png \(84.2KB\)](#)

**Table 2:** Association ( $\beta$ , 95% CI) of late-life volunteering with cognitive function and cognitive decline estimated from linear mixed-models

	Executive Function		Verbal Episodic Memory	
	Model 1 $\beta$ (95% CI)	Model 2 $\beta$ (95% CI)	Model 1 $\beta$ (95% CI)	Model 2 $\beta$ (95% CI)
<b>Volunteering</b>	0.358 (0.276, 0.439)	0.183 (0.109, 0.258)	0.270 (0.189, 0.351)	0.114 (0.039, 0.189)
<b>Volunteering*Time</b>	0.009 (-0.020, 0.038)	0.005 (-0.024, 0.034)	-0.0005 (-0.060, 0.059)	0.001 (-0.058, 0.061)

Model 1: Unadjusted (except for practice effects)

Model 2: Model 1 + adjusted age, sex, education, income, and interview mode