

CONTACTOS: Alzheimer's Association: +1 312.335.4078, media@alz.org

Oficina de prensa del AAIC 2026, aaicmedia@alz.org

PCI PR: +1 630.344.2009, aaic2026@pci-pr.com

DEL CONGRESO INTERNACIONAL DE LA ALZHEIMER'S ASSOCIATION 2026

UN PROGRAMA DE ESTILO DE VIDA MEJORA LA SALUD CEREBRAL EN ADULTOS MAYORES CON RIESGO DE DEMENCIA EN LATINOAMÉRICA

- Los hallazgos del estudio LatAm-FINGERS confirman y amplían los resultados del ensayo U.S.

POINTER -

- Demuestran que las estrategias estructuradas para la reducción del riesgo de demencia son adaptables a distintas culturas -

Puntos clave

- **El estudio LatAm-FINGERS demuestra que las intervenciones enfocadas en cambios de estilo de vida, adaptadas a las culturas, sistemas de salud y comunidades de Latinoamérica pueden mejorar la memoria, el pensamiento y la función cognitiva en adultos mayores a riesgo de deterioro cognitivo y demencia.**
- **Los resultados refuerzan los hallazgos del ensayo U.S. POINTER al demostrar que una intervención enfocada en múltiples componentes de estilo de vida, con orientación estructurada, asesoramiento y apoyo de pares, mejora la función cognitiva más que un enfoque autoguiado en adultos mayores en riesgo.**

LONDRES, 13 de julio de 2026 — La Iniciativa Latinoamericana para la Intervención en el Estilo de Vida para Prevenir el Deterioro Cognitivo (LatAm-FINGERS), financiada por la Alzheimer's Association, descubrió que dos intervenciones de estilo de vida adaptadas culturalmente mejoraron la memoria, el pensamiento y la función cognitiva general en adultos mayores con riesgo de demencia en 11 países de Latinoamérica, observándose los mayores beneficios en los participantes que recibieron apoyo estructurado y asesoramiento.

Los hallazgos de este estudio de dos años de duración, presentados hoy en el [Congreso Internacional de la Alzheimer's Association® \(AAIC®\) 2026](#) en Londres y en línea, amplían y refuerzan los resultados del Estudio de EE. UU. para Proteger la Salud Cerebral mediante la Intervención en el Estilo de Vida para Reducir el Riesgo ([U.S. POINTER](#)), demostrando que las intervenciones en el estilo de vida de dominios múltiples —que incluyen actividad física, alimentación saludable, entrenamiento cognitivo y participación social— pueden adaptarse con éxito a diversas culturas, sistemas de salud y comunidades. El estudio se [publica de manera simultánea en The Lancet](#).

"Los resultados demuestran por primera vez en Latinoamérica que las intervenciones enfocadas en el estilo de vida y adaptadas culturalmente pueden implementarse con éxito en diversos países y comunidades, y ofrecer beneficios cognitivos para poblaciones que a menudo están subrepresentadas en la investigación clínica", afirmó Lucía Crivelli, Ph.D., autora principal del estudio e investigadora principal en Fleni, un instituto neurológico en Buenos Aires, Argentina.

"No nos limitamos a traducir el modelo de U.S. POINTER al español y al portugués. Lo adaptamos a las culturas y hábitos locales preservando sus elementos centrales, lo que hace que el programa sea práctico, asequible y viable como una estrategia de salud pública", añadió Crivelli.

Grupos de trabajo multinacionales con representantes de cada país participante identificaron qué componentes debían permanecer estandarizados y cuáles podían adaptarse localmente en función de la cultura, el clima, la disponibilidad de alimentos, el acceso a la tecnología y las preferencias de los participantes.

Los programas de actividad física incorporaron actividades culturalmente familiares como la salsa y el tango, así como ejercicios grupales al aire libre en parques públicos. El asesoramiento nutricional adaptó la dieta MIND a las tradiciones alimentarias regionales al recurrir más a alimentos como el aguacate, la quinoa, el açaí, el aguaymanto, la chía y las semillas de calabaza como alternativas accesibles en la localidad. Los materiales del estudio fueron traducidos y adaptados culturalmente, con apoyo adicional para los participantes con experiencia digital limitada.

"LatAm-FINGERS incluyó una diversidad racial y étnica significativa, así como una amplia gama de niveles educativos y estatus socioeconómico (ESE). Los resultados demuestran que la salud cerebral se puede mejorar en comunidades diversas que representan diferentes culturas y con un acceso variable a los recursos", señaló Laura D. Baker, Ph.D., profesora de gerontología y geriatría, medicina interna, en la Facultad de Medicina de la Universidad Wake Forest y Advocate Health, e investigadora principal de U.S. POINTER. "Ahora tenemos un segundo hallazgo sólido en una parte del mundo completamente diferente, lo que sugiere que la fórmula de U.S. POINTER se puede adaptar a cualquier persona".

"Confío en que podemos utilizar con éxito la intervención estructurada de U.S. POINTER para ampliar nuestras herramientas y recursos a fin de involucrar aún más a las comunidades latinas e hispanas en los EE. UU., e incluso a otras comunidades, y el programa será igualmente eficaz", afirmó Baker.

Debido a que la enfermedad de Alzheimer y otras demencias se ven influidas por múltiples factores de la salud y del estilo de vida, los investigadores consideran que abordar varios factores de riesgo de forma conjunta puede ofrecer el mayor beneficio para la salud cerebral. A medida que las tasas de demencia aumentan en todo el mundo, los hallazgos destacan el potencial de las estrategias prácticas de reducción de riesgos con programas accesibles y adaptables basados en el estilo de vida, en particular en áreas que incluyen países de ingresos bajos y medios.

"Los resultados de LatAm-FINGERS se suman a los hallazgos de U.S. POINTER al extender la evidencia a Latinoamérica y fortalecer el argumento de que estas intervenciones conductuales y de estilo de vida pueden adaptarse para diversas poblaciones y comunidades en todo el mundo", declaró [Heather M. Snyder, Ph.D.](#), vicepresidenta senior de relaciones médicas y científicas de la Alzheimer's Association.

"Un mensaje clave de este estudio es que la estructura y el apoyo social importan", continuó Snyder. "Abordar múltiples factores del estilo de vida puede tener un impacto positivo en la salud cerebral y,

eventualmente, esto podría combinarse con las terapias farmacológicas emergentes para reducir el deterioro cognitivo y el riesgo de demencia".

El análisis del estudio incluyó a 1,065 participantes en 12 centros de Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, México, Perú, República Dominicana y Uruguay. Los participantes fueron asignados aleatoriamente a uno de dos grupos de intervención, los cuales diferían en estructura, intensidad y nivel de apoyo:

- Los 539 participantes del grupo de Intervención Sistemática en el Estilo de Vida (ISE) recibieron asesoramiento y apoyo continuos, que incluyeron ejercicio supervisado, asesoramiento nutricional basado en una dieta MIND adaptada, entrenamiento cognitivo computarizado, monitoreo del riesgo cardiovascular y 38 reuniones grupales para la conexión social y la rendición de cuentas.
- Los 526 participantes del grupo de Intervención Flexible en el Estilo de Vida (IFE) recibieron educación de salud periódica y recomendaciones generales sobre el estilo de vida. Durante el período de dos años, asistieron a cuatro reuniones grupales donde recibieron recomendaciones sobre dieta, actividad física, participación cognitiva y social, y manejo del riesgo vascular sin asesoramiento ni supervisión continuo.

Después de dos años, los participantes del grupo de ISE demostraron una mejoría cognitiva significativamente mayor que los del grupo de IFE. El grupo de ISE mostró una mejoría 55% mayor en una medida compuesta de cognición global que el grupo de IFE. Los participantes del grupo de ISE también demostraron mejorías significativamente mayores en la memoria, la función ejecutiva y la velocidad de procesamiento.

LatAm-FINGERS y U.S. POINTER forman parte de la red [World-Wide FINGERS](#) basada en el ensayo original finlandés [ensayo FINGER](#) que demostró que las intervenciones enfocadas en el estilo de vida de dominios múltiples pueden ayudar a proteger la función cognitiva en adultos mayores en riesgo de sufrir un deterioro.

La Alzheimer's Association ha invertido más de 81 millones de dólares en LatAm-FINGERS y U.S. POINTER, y recientemente lanzó varias iniciativas públicas de salud cerebral fundamentadas en estos hallazgos, que incluyen la [herramienta de evaluación Brain Health Habit Builder](#), la [Mesa Redonda sobre Salud Cerebral de la Alzheimer's Association](#) y [Salud Cerebral en el Trabajo](#). La iniciativa recientemente lanzada [\(re\)think your brain™](#) ayuda a las personas a pasar de la concientización sobre la salud cerebral a la acción y proporciona una "[receta](#)" para comportamientos saludables basada en los resultados de U.S. POINTER.

Acerca del AAIC

AAIC es la reunión mundial más grande de investigadores de todo el planeta centrada en el Alzheimer y otras enfermedades que causan demencia. Como parte del programa de investigación de la Alzheimer's Association, el congreso AAIC sirve como catalizador para generar nuevos conocimientos sobre la demencia y fomentar una comunidad de investigación colegiada y vital.

- AAIC 2026: alz.org/aaic
- Sala de noticias AAIC 2026: alz.org/aaic/pressroom.asp

- Hashtag del AAIC 2026: #AAIC26

Acerca 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 manifestaciones de demencia acelerando la investigación mundial, impulsando la reducción de riesgos y la detección temprana, y optimizando los cuidados y el apoyo de calidad. Nuestra visión: Un mundo sin la enfermedad de Alzheimer y todas las demás manifestaciones de demencia®. Visite [alz.org](https://www.alz.org) o llame al +1 800.272.3900.

#

- Lucia Crivelli, Ph.D., et al. LatAm-FINGERS: Principales hallazgos de un gran ensayo controlado aleatorizado de una intervención en el estilo de vida de dominios múltiples para prevenir el deterioro cognitivo en Latinoamérica. (Financiamiento: Alzheimer's Association)

***** Los comunicados de prensa del AAIC 2026 pueden contener datos actualizados que no coincidan con los que se presentan en el siguiente resumen.**

.....

EMBARGADO HASTA EL LUNES, 13 DE JULIO DE 2026, 5:01 a. m. BST/12:01 a. m. EDT

Proposal ID: 10251

Oral: Monday, July 13, 2026, 2:15 p.m. BST

Part of: LatAm FINGERS: Trial Results, Secondary Analyses, and Public Health Implications from Latin America

LatAm-FINGERS: Main Findings from a Large Randomized Controlled Trial of a Multidomain Lifestyle Intervention to Prevent Cognitive Decline Across Latin America

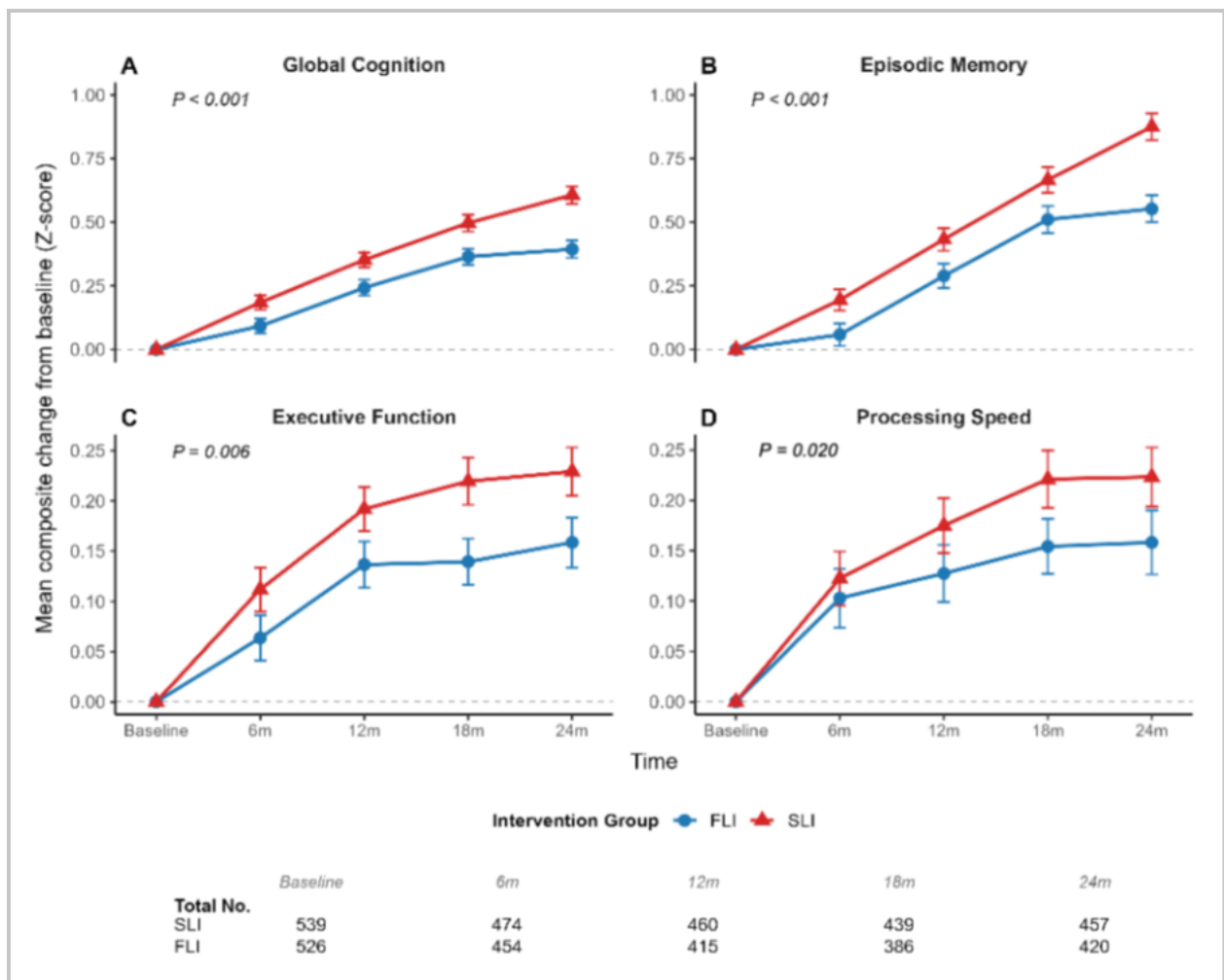
BACKGROUND: Multidomain lifestyle interventions may delay cognitive decline, but evidence from Latin America (LA) is limited. We investigated the efficacy and the feasibility of a culturally adapted multi-domain intervention on cognitive trajectories in at-risk older adults.

METHODS: LatAm-FINGERS is a single-blind, multicenter randomized clinical trial conducted across 12 LA countries. Adults aged 60–77 years with elevated dementia risk and suboptimal cognition were randomized to a 2-year Systematic Lifestyle Intervention (SLI; n=539) or Flexible Lifestyle Intervention (FLI; n=526). The primary outcomes were the change in global cognitive composite over time and the trial feasibility. Secondary outcomes included domain-specific composites. Longitudinal analyses used linear mixed-effects models under intention-to-treat and using inverse probability weighting (IPW) to account for participants' loss during follow-up. Sensitivity analyses included multiple imputation,

complete-case analysis, alternative outcome definitions, spline models, and adjustment for practice effects.

RESULTS: Among 1,065 randomized participants (mean age 67.5 ± 4.7 years; 74.6% women, 70.7% self-identified as mestizo, indigenous, mulatto, mixed, or black), 877 (82.3%) completed 2-year follow-up. The SLI showed greater annual improvement in mean global cognition than the FLI (0.31 vs. 0.20 SD; difference, 0.11; 95% confidence interval [CI], 0.06 to 0.15; $p < 0.001$). SLI also improved episodic memory (difference, 0.14 SD; 95% CI, 0.07 to 0.21; $p < 0.001$), executive function (0.04 SD; 95% CI, 0.01 to 0.07; $p = 0.006$), and processing speed (0.04 SD; 95% CI, 0.01 to 0.08; $p = 0.020$) composites. Sensitivity analyses, including multiple imputation, expanded cognitive composites, and alternative model specifications, yielded consistent results across primary and secondary outcomes.

CONCLUSIONS: A structured multidomain lifestyle intervention significantly improved cognitive trajectories over two years compared with a flexible approach in Latin America. Findings were robust across multiple sensitivity analyses, supporting the findings regarding the intervention effects.



Presenting author

Lucia Crivelli, Ph.D., Fleni
lcrivelli@fleni.org.ar