

Definición área **Brain Health**

En Angelini Pharma llevamos **más de 100 años al cuidado de la salud** de las personas focalizándonos en el **cerebro como órgano esencial** para garantizar el correcto funcionamiento del organismo.

Nuestro compromiso con este **enfoque holístico de la salud** se basa en tres líneas de trabajo fundamentales:

1

El desarrollo de nuevas soluciones terapéuticas orientadas al tratamiento de patologías como la esquizofrenia, la epilepsia o la depresión.

2

El promover hábitos de vida saludables relacionados con el sueño y el rendimiento físico y cognitivo.

3

La contribución activa en distintas iniciativas y proyectos orientadas a la formación, divulgación y concienciación a la sociedad en su conjunto.

Desde Angelini Pharma queremos ayudar a las personas a **confiar en el cerebro como un aliado fundamental para que el corazón avance en la dirección correcta**. Nuestro compromiso con la mejora del cuidado de la salud nos posiciona al lado de las personas para acompañarlas y guiarlas durante las distintas etapas del proceso. Así que, si vas a girar la cabeza, que sea para contar con nuestra ayuda, no para quedarte atrás.

El concepto *Brain Health* engloba aquellos principios básicos, que intervienen tanto en la **práctica de un estilo de vida saludable** como en la prevención y

tratamiento terapéutico, para optimizar la actividad del cerebro y garantizar la salud integral del organismo durante todas las etapas de la vida.

Esta visión holística, que pretende contribuir al **bienestar y equilibrio físico y mental** de las personas, se sustenta en **cinco pilares básicos** relacionados con distintos **factores genéticos, sociales, geográficos y ambientales** (ver Tabla 1).

Este concepto emergente y en crecimiento está alineado con la **definición de la OMS**, que se refiere a la salud como “*el estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente a la ausencia de afecciones o enfermedades*”. De hecho, dicha entidad considera que “*la buena salud cerebral es un estado en el que cada individuo está capacitado para optimizar su funcionamiento cognitivo, emocional, psicológico y conductual y hacer frente a distintas situaciones de la vida*”.

PREVENCIÓN

NUTRICIÓN

Mantener una alimentación equilibrada sobre la base de vitaminas, minerales y nutrientes esenciales para garantizar el correcto funcionamiento físico y mental del organismo y mantener o potenciar una correcta actividad cognitiva del cerebro.

EJERCICIO FÍSICO Y MENTAL

Visibilizar los beneficios de la práctica diaria de ejercicio cognitivo, como complemento al ejercicio físico convencional, para ayudar a prevenir enfermedades neurodegenerativas.

SUEÑO

Fomentar una higiene del sueño correcta es fundamental para conseguir un sueño reparador, especialmente importante para el desarrollo físico y cognitivo de los niños y su relación con el rendimiento escolar. Este enfoque permite levantarnos con la energía suficiente para afrontar el día y conseguir un óptimo rendimiento físico y mental.

EQUILIBRIO EMOCIONAL

Recordar la importancia del bienestar emocional para aprender a gestionar situaciones del día a día desde el enfoque correcto, apoyándonos en la ayuda terapéutica y en el consejo farmacéutico.

TRATAMIENTO Y ATENCIÓN SOCIO SANITARIA

Impulsar el desarrollo y la innovación de nuevas soluciones terapéuticas, así como el acceso a los recursos farmacológicos, y fortalecer los puentes entre la comunidad científica, sanitaria y política para priorizar y mejorar el abordaje integral ayudando a combatir el estigma de las enfermedades que afectan al cerebro, independientemente de nuestro estilo de vida.

EDUCACIÓN

FACTORES GENÉTICOS, SOCIALES, GEOGRÁFICOS, Y MEDIOAMBIENTALES

Un **cerebro saludable es sinónimo de una persona feliz**, que decide invertir parte de su tiempo en cuidar de sí misma recurriendo, si es necesario, a esa ayuda extra que le permita establecer relaciones saludables con su entorno y gestionarlas adecuadamente, afrontando los obstáculos y dificultades de la vida desde un estado de calma y empatía.

Cualquier patología, así como cualquier problema o circunstancia personal y/o profesional implica una **carga emocional y mental significativa** que, indudablemente, repercutirá sobre nuestra interacción psicosocial con el entorno.