

EMBARGADA HASTA EL LUNES 28 DE JULIO A LAS 11h

Un mayor nivel educativo no reduce el deterioro cognitivo en el envejecimiento

- Un estudio publicado en la revista *Nature Medicine* cambia la concepción del rol de la educación como factor de reserva cognitiva al envejecer. Acumular años de escolarización no ayuda a disminuir el deterioro cognitivo, como se creía hasta ahora, aunque sí se asocia con una mejor memoria.
- El Institut Guttman y la Universitat de Barcelona han participado en el estudio, uno de los mayores sobre el tema hasta la fecha. Se han analizado datos longitudinales de más de 170.000 personas de 33 países.
- Los resultados indican que la educación desde la infancia sigue siendo necesaria, pero que también se requiere un enfoque más amplio que incluya intervenciones diversas a lo largo de toda la vida.

Barcelona, 28 de julio de 2025. Un estudio internacional publicado en la revista *Nature Medicine* pone en duda la idea, hasta ahora extendida, de que una mayor educación formal protege de forma directa frente al deterioro cognitivo y el envejecimiento cerebral. El trabajo, titulado *Reevaluating the role of education in cognitive decline and brain aging*, ha analizado datos longitudinales de más de 170.000 personas de 33 países occidentales, lo que lo convierte en uno de los mayores estudios sobre envejecimiento cognitivo realizados hasta la fecha. Los resultados refuerzan la necesidad de **políticas y programas que fomenten la salud cerebral mediante factores más allá de la actividad cognitiva y que se extiendan durante todo el ciclo vital**, no solo en la infancia y juventud. El Institut Guttman y la Universitat de Barcelona (UB) son los dos únicos centros españoles que han participado en el estudio, liderado por la Universidad de Oslo (Noruega) en el marco del consorcio Europeo [Lifebrain](#).

Según [trabajos previos](#), aunque el número total de personas con demencia en el mundo aumenta debido al crecimiento y el envejecimiento de la población, la incidencia parece estar disminuyendo y los adultos mayores tienen hoy en día una [mejor función cognitiva](#) que hace 20 años. Esto se atribuye a los cambios en el estilo de vida de la población, y hasta ahora la hipótesis más extendida sugería que la educación reglada podía proporcionar una protección frente a la neurodegeneración o al envejecimiento normal del cerebro.

Sin embargo, el equipo investigador ha hallado que, aunque las personas con más años de educación formal tienden a empezar con un nivel cognitivo más alto en la adultez, no experimentan un deterioro cognitivo más lento con la edad. “Podría decirse que **tener un nivel educativo más elevado te coloca en una posición ventajosa al inicio de la carrera, pero una vez esta empieza, no te permite ir más rápido ni te indica ningún atajo**: vas a enfrentarte a los mismos obstáculos que todo el mundo y te van a afectar de la misma forma que a los demás”, explica David Bartrés-Faz, Investigador Principal de la [Barcelona Brain Health Initiative](#) (BBHI) del Institut Guttman y Profesor Catedrático de la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud y del Instituto de Neurociencias de la UB (UBneuro).

Los estudios realizados hasta la fecha presentaban resultados contradictorios y a menudo se limitaban a muestras pequeñas o de un solo país. El trabajo publicado ahora en *Nature*

Medicine ha procesado más de 420.000 exploraciones neuropsicológicas y pruebas de imagen de individuos de múltiples países y cohortes –europeas, americanas, asiáticas y australianas– con metodologías distintas, lo que lo convierte en **una de las investigaciones más sólidas y generalizables sobre el tema**. En total, han participado 170.795 personas mayores de 50 años, pertenecientes a 27 cohortes longitudinales y con seguimiento de hasta 28 años por participante.

En concreto, la cohorte de la BBHI ha aportado 966 sujetos al estudio, mientras que la UB aportó otros 161. Los participantes ejecutaron pruebas de memoria, razonamiento, velocidad de procesamiento y lenguaje, y 6.472 individuos realizaron también pruebas de resonancia magnética cerebral para analizar parámetros como el volumen cerebral total y el volumen de regiones clave para la memoria (hipocampo y corteza prefrontal).

Una evolución muy similar

Según los resultados, un mayor nivel educativo se asoció con una mejor memoria, un mayor volumen intracraneal y un volumen ligeramente mayor de las regiones cerebrales sensibles a la memoria. “Una explicación plausible es que son los rasgos neurobiológicos iniciales de las personas los que favorecen que alcancen un nivel educativo más elevado, y no a la inversa”, razona Gabriele Cattaneo, Doctor en Biomedicina e investigador de la BBHI. **Y todos los grupos, independientemente de su nivel estudios, mostraron un deterioro cognitivo y un envejecimiento de la estructura cerebral prácticamente paralelos a lo largo del tiempo**. “Esto no quita que partir de una mayor reserva cognitiva proporciona ventaja porque si sales de más arriba, más arriba acabarás. Claramente, **la educación y escolarización temprana mejoran la función cognitiva** a lo largo de la vida, pero no influyen en el ritmo de deterioro ni en el envejecimiento estructural del cerebro. Si tomamos como referencia el nivel educativo, todos los cerebros cambian de forma muy similar en la mediana edad y la vejez”, prosigue Cattaneo.

El trabajo plantea importantes cuestiones para las políticas públicas en materia de salud cerebral y envejecimiento saludable. “Aunque fomentar la educación sigue siendo fundamental, los resultados indican que no es suficiente para envejecer de manera saludable. Es decir, **no basta con acumular años de escolarización para proteger el cerebro** del envejecimiento. Se requiere un enfoque más amplio y multifactorial que incluya **intervenciones a lo largo de toda la vida**, como la actividad física, la estimulación cognitiva continua, las relaciones sociales y la prevención de factores de riesgo vascular”, destaca Javier Solana, Doctor en Ingeniería Biomédica y Director de Investigación del Institut Guttmann.

Acceso al artículo: <https://www.researchgate.net/publication/388845376>

Más información y entrevistas:

Júlia Bestard
Comunicación Institut Guttmann
Tel. 93 423 77 00, ext. 2372

Gabinete de Prensa
Universitat de Barcelona
Tel. 93 403 55 44