PREDOC2023 (CM)-MODIFICACIONES DE LA DIETA COMO ESTRATEGIA DE ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y SOSTENIBLE

El estudio de cambios en estilo de vida, y más concretamente la alimentación, tiene un gran potencial a la hora de establecer unas recomendaciones para mejorar la calidad de vida durante el envejecimiento. En el grupo POLYHEALTH nos centramos en estudiar la influencia de la ingesta de verduras y frutas en el establecimiento de condiciones fisiológicas compatibles con una buena salud neurovascular y cognitiva. Dicho estudio se lleva a cabo en el momento actual, gracias a trabajo en ensayos clínicos que, mediante medida de parámetros cognitivos, de inflamación y estado oxidativo, marcadores de función neurocerebral y cerebrovascular en asociación con estudio de dieta y consumo de compuestos bioactivos, fundamentalmente polifenoles, pero también de macro y micronutrientes permita finalmente el poder establecer recomendaciones de alimentación saludable a la población adulta de cara a mejorar el estado neurocognitivo en el envejecimiento. Dentro de esta estrategia también contemplamos la inclusión de alimentos tradicionales o nuevos alimentos ricos en componentes neurosaludables y que favorezcan un consumo responsable y sostenible acorde con la demanda actual de nuestra sociedad.

La Tesis Doctoral incluirá tanto la realización y seguimiento de los voluntarios incluidos en el estudio observacional POLYAGE (PID2019-107009RB-I00) como el desarrollo de nuevos métodos bioquímicos y químicos para la determinación del estado nutricional y neurocerebral de dichos voluntarios, así como la realización de ensayos con métodos ya existentes con los mismos fines. Dicho trabajo permitirá la formación multidisciplinar del doctorando y su preparación para una futura carrera científica en las mejores condiciones de formación.