

FALL 2021

# PREVENTABLE Study Newsletter

## Your participation is greatly appreciated

As we get older, people often wonder what they can do to stay healthy, prevent dementia, and maintain independence. Many of us have loved ones with memory loss. My own father, the smartest man I ever knew, suffered from dementia in his later years. He started having trouble remembering how to rewire a light switch or change the oil in the car. Later, even simple things started to take more effort. The hardest part was hearing him apologize for not being very smart as his memory was failing.

In medicine, we strive to help people feel better. However, we have no treatments to prevent dementia and the suffering it causes. Results from PREVENTABLE will help us understand the role and benefits of statins for improving health in later years.

By taking part, you are playing an active role in your own health by joining a study to determine the best treatment for the future. We are grateful for your partnership as we work together to improve knowledge about healthy aging.

*Karen Alexander, MD  
PREVENTABLE Principal Investigator  
on behalf of the PREVENTABLE Study team*

## What is a statin?

Statin are cholesterol-lowering drugs commonly prescribed to patients with a history of a heart attack and stroke. Atorvastatin, also called Lipitor, is the study drug in PREVENTABLE. It is well known, with good evidence for safety, and has been prescribed to older adults for many years.

## Meet the PREVENTERS

The PREVENTERS are a diverse team of older adults who share their lived experiences to help improve the participant experience for study volunteers like you. These participant advisors are all interested in healthy aging and have been involved in PREVENTABLE from the beginning. The PREVENTERS provide a participant perspective by asking questions, sharing experiences, and giving feedback on the study protocol, website, and materials.

Hear from older adults about PREVENTABLE at [www.preventabletrial.org](http://www.preventabletrial.org)

***“Could taking a statin help older adults prevent dementia? The PREVENTABLE Study aims to find out.”***



**Alva Owens**  
PREVENTABLE Patient Advisor  
Pittsburgh, Pennsylvania



**PREVENTABLE**

Pragmatic Evaluation of Events And Benefits of Lipid-lowering in older adults

## Why study statins to help prevent dementia?

Dementia affects many older adults and families in the United States. We have a few medications that may help treat dementia but none to prevent dementia.

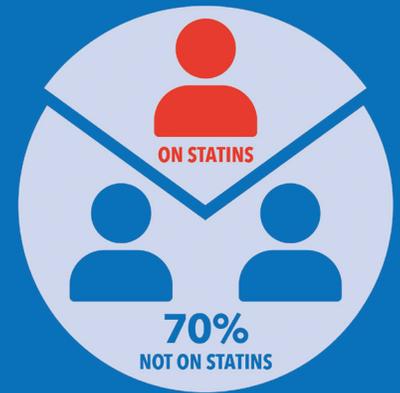
Statins are commonly used medications that lower cholesterol. Taking a statin can prevent cardiovascular disease, including heart attack and stroke. Statins may also prevent dementia and disability later in life. They protect blood vessels and reduce inflammation throughout the body, and we think that taking a statin may also protect the brain over time.



## Starting a statin even after age 75 may lower the risk of developing dementia.

**BUT WE DON'T REALLY KNOW.**

**Results from PREVENTABLE will help us understand.**



### Word search (answers on page 4)

X H D E M E N T I A N X E P R  
 U U B J S N S R I W B S C V V  
 G E K W A R E S E A R C H G O  
 X B D L E G A C Y S R Z T F L  
 C C P A G I N G Q X M B C S U  
 A L K C X K Q Y M Z H F O Y N  
 C D C B B Q P O L D E R G K T  
 S K U P R E V E N T I O N A E  
 I Y Y L W S Z Z C A A W I T E  
 T G N H T F I R E S U L T S R  
 G X Q T B S H T R O U I I T S  
 Z M C I M P O R T A N T O P R  
 H M U S T A T I N S F X N I Z

Adults

Dementia

Older

Results

Aging

Important

Prevention

Statins

Cognition

Legacy

Research

Volunteers



## Veterans take part in PREVENTABLE

We are pleased to announce that more than 300 veterans have enrolled in PREVENTABLE since October 2020! We expect our veteran participants may account for a large amount of the overall population.

In addition, veterans' participation in PREVENTABLE is changing the way clinical trials are being conducted in the US! In the past, veterans had to come into the clinic to complete study visits. In PREVENTABLE, no in-person visits are needed. PREVENTABLE is one of the first clinical trials to use this approach. We hope that the lessons learned from your experiences will provide a model for other studies so that more veterans can participate in research. Please know we could not complete PREVENTABLE without participants like you.

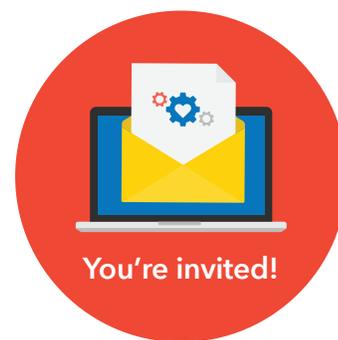
## Every participant counts

Thanks to participants like you, the PREVENTABLE team has enrolled 1774 older adults as of September 7, 2021. We have an ambitious goal, so we need a community of volunteers to join, and continue to participate in the study over the years.

### INVITE A FRIEND TO JOIN PREVENTABLE

Older adults (age 75 or older) who are not taking a statin, and do not have heart disease, dementia, or a significant disability can help advance science to understand if taking a commonly-used heart medication can help prevent dementia and maintain health. Direct them to our website: [preventabletrial.org](http://preventabletrial.org) or give them the phone number for a local study location found there as well.

We need your help, so please invite your friends and family members who may qualify! We will be recruiting through 2024, so there is plenty of time to share this opportunity with others!



### YOUR ROLE IN PREVENTABLE

Equally important to enrolling in PREVENTABLE is continuing in the study. Study participants may decide to withdraw their participation at any time; however, we hope this will be rare. The more people who complete the study help make sure the results, when analyzed, are as accurate as possible.

Contact your study team if you have any questions or to let them know how are doing.

***We'll follow up by phone, health records, or home visits when needed.***



## Frequently asked questions

(More FAQs are available at [preventabletrial.org](http://preventabletrial.org))

### Q: I HAVE NEVER PARTICIPATED IN RESEARCH BEFORE. AM I TOO OLD TO PARTICIPATE?

A: You are never too old to participate in research. We encourage older adults of all ages to join.

PREVENTABLE is a study about function, not age. If statins extend the cognitive or physical function of someone in their 90s, that may improve quality of life for their remaining lifetime.

### Q: WHERE DO MY BOTTLES OF STUDY MEDICATION COME FROM?

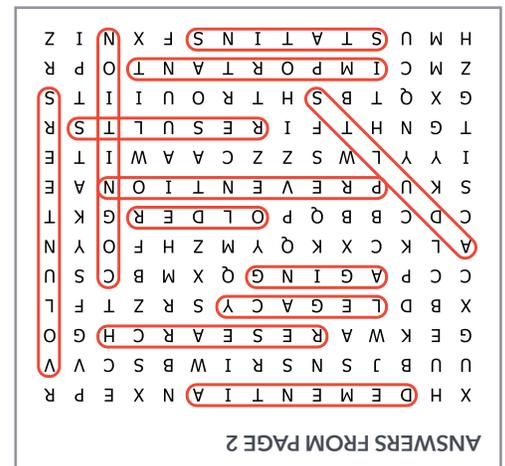
A: Study medication is shipped from the Department of Veterans Affairs Pharmacy Coordinating Center (PCC) in Albuquerque, New Mexico. The PCC is a fully licensed pharmacy and a FDA-registered drug manufacturer. PREVENTABLE sites submit orders for study medication electronically. Every order for study medication is carefully reviewed and verified by pharmacy staff then shipped directly to participants' homes.



## GRANDPA GEORGE'S HOMEMADE GRANOLA

6 cups oatmeal	½ cup honey
1 cup wheat germ	1 tsp. cinnamon
1 cup oat bran	1 tsp. salt
1 cup sunflower seeds	2 Tbs. brown sugar
1 cup sesame seeds	1 tsp vanilla
1 cup pecan pieces	1 cup raisins or craisins
½ cup vegetable oil	

1. Preheat oven to 350 degrees F.
2. Mix oatmeal, wheat germ, oat bran, seeds, and pecans.
3. Heat oil, honey, cinnamon, salt, and brown sugar over the stove.
4. Combine dry and wet ingredients in a bowl off the heat.
5. Add vanilla and bake for 30 minutes to 1 hour, stirring occasionally until browned.
6. Remove from oven and add 1 cup of raisins or craisins. Allow to cool completely



ANSWERS FROM PAGE 2

OTOÑO DE 2021

# Boletín informativo del estudio PREVENTABLE

## Apreciamos enormemente su participación

A medida que envejecemos, las personas suelen preguntarse qué pueden hacer para mantenerse sanas, prevenir la demencia y mantenerse independientes. Muchos de nosotros tenemos seres queridos con pérdida de memoria. Mi propio padre, el hombre más inteligente que he conocido, sufrió demencia en sus últimos años. Empezó a tener problemas para recordar cómo volver a conectar los cables en un interruptor de la luz o cambiar el aceite del coche. Más tarde, incluso las cosas simples comenzaron a requerir más esfuerzo. La parte más difícil fue escucharlo disculparse por no ser muy inteligente, ya que su memoria estaba fallando.

En medicina, nos esforzamos por ayudar a las personas a sentirse mejor. Sin embargo, no tenemos tratamientos para prevenir la demencia y el sufrimiento que causa. Los resultados de PREVENTABLE nos ayudarán a comprender el papel y los beneficios de las estatinas para mejorar la salud en años posteriores.

Al participar, está desempeñando un papel activo en su propia salud al unirse a un estudio para determinar el mejor tratamiento para el futuro. Estamos agradecidos por su colaboración mientras trabajamos juntos para mejorar el conocimiento sobre el envejecimiento saludable.

*Dra. Karen Alexander  
Investigadora principal de PREVENTABLE  
en nombre del personal del estudio PREVENTABLE*

## ¿Qué son las estatinas?

Las estatinas son fármacos para reducir el colesterol que se recetan habitualmente a los pacientes con antecedentes de infarto y accidente cerebrovascular. La atorvastatina, también llamada Lipitor, es el fármaco del estudio de PREVENTABLE. Es muy conocida, con buenos datos de seguridad, y se ha recetado a adultos mayores durante muchos años.

## Conozca a los PREVENTERS

Los PREVENTERS son un equipo diverso de adultos mayores que comparten sus experiencias de vida con el fin de ayudar a mejorar la experiencia del participante para voluntarios del estudio como usted. Todos estos asesores del participante están interesados en el envejecimiento saludable y han participado en PREVENTABLE desde el principio. Los PREVENTERS aportan la perspectiva de los participantes al hacer preguntas, compartir experiencias y dar su opinión sobre el protocolo del estudio, la página web y los materiales.

Escuche a los adultos mayores hablar sobre PREVENTABLE en [www.preventabletrial.org](http://www.preventabletrial.org)

***“¿Podría la administración de estatinas ayudar a los adultos mayores a prevenir la demencia? El estudio PREVENTABLE tiene como objetivo averiguarlo”.***



**Alva Owens**

Asesora de pacientes de PREVENTABLE de Pittsburgh, Pennsylvania



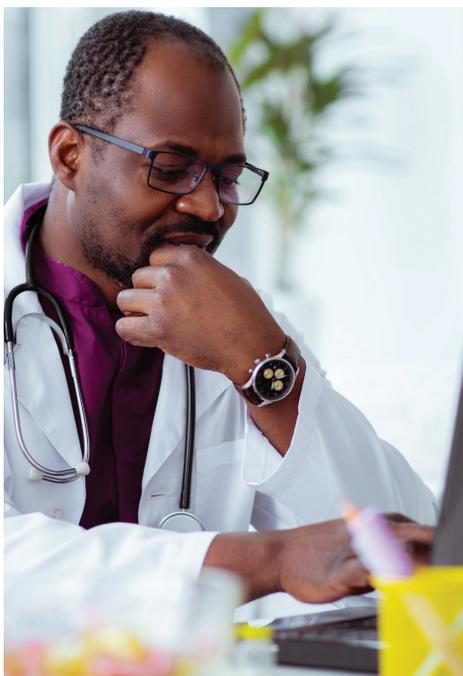
**PREVENTABLE**

PRagmatic EValuation of evENTs And Benefits of Lipid-lowering in oldEr adults

## ¿Por qué estudiar las estatinas para ayudar a prevenir la demencia?

La demencia afecta a muchos adultos mayores y a familias en Estados Unidos. Contamos con algunos medicamentos que pueden ayudar a tratar la demencia, pero ninguno previene la demencia.

Las estatinas son medicamentos que se utilizan con frecuencia y que reducen el colesterol. Tomar estatinas puede prevenir enfermedades cardiovasculares, incluido el infarto de miocardio y el accidente cerebrovascular. Las estatinas también pueden prevenir la demencia y la discapacidad más adelante en la vida. Protegen los vasos sanguíneos y reducen la inflamación en todo el cuerpo, y creemos que tomar estatina también puede proteger el cerebro con el tiempo.



Empezar a recibir estatinas incluso después de los 75 años puede reducir el riesgo de presentar demencia.

**PERO REALMENTE NO LO SABEMOS.** Los resultados de PREVENTABLE nos ayudarán a descifrarlo.



## Word search (answers on page 4)

X H D E M E N T I A N X E P R  
 U U B J S N S R I W B S C V V  
 G E K W A R E S E A R C H G O  
 X B D L E G A C Y S R Z T F L  
 C C P A G I N G Q X M B C S U  
 A L K C X K Q Y M Z H F O Y N  
 C D C B B Q P O L D E R G K T  
 S K U P R E V E N T I O N A E  
 I Y Y L W S Z Z C A A W I T E  
 T G N H T F I R E S U L T S R  
 G X Q T B S H T R O U I I T S  
 Z M C I M P O R T A N T O P R  
 H M U S T A T I N S F X N I Z

Adults	Dementia	Older	Results
Aging	Important	Prevention	Statins
Cognition	Legacy	Research	Volunteers



## Los veteranos participan en el programa PREVENTABLE

¡Nos complace anunciar que más de 300 veteranos se han inscrito en PREVENTABLE desde octubre de 2020! Esperamos que nuestros participantes veteranos puedan representar una gran cantidad de la población general.

Además, la participación de los veteranos en PREVENTABLE está cambiando la forma en que se están llevando a cabo los ensayos clínicos en EE. UU. En el pasado, los veteranos tenían que acudir a la clínica para completar las visitas del estudio. Para el estudio PREVENTABLE, no se necesitan realizar visitas en persona. PREVENTABLE es uno de los primeros ensayos clínicos en utilizar este enfoque. Esperamos que las lecciones aprendidas de sus experiencias sirvan de modelo para otros estudios, de modo que más veteranos puedan participar en investigaciones. Es importante que sepa que no podríamos completar PREVENTABLE sin participantes como usted.

## Cada participante es importante

Gracias a participantes como usted, el equipo de PREVENTABLE ha inscrito a 1662 adultos mayores a partir de Agosto de 2021. Tenemos un objetivo ambicioso, por lo que necesitamos una comunidad de voluntarios que participen y continúen participando en el estudio a lo largo de los años.

### INVITAR A UN AMIGO A UNIRSE A PREVENTABLE

Los adultos mayores (de 75 años o más) que no toman estatinas y no presentan cardiopatía, demencia o una discapacidad significativa pueden contribuir con el avance de la ciencia al ayudar a entender si tomar un medicamento para el corazón de uso común puede ayudar a prevenir la demencia y mantener la salud. Remítalos a nuestro sitio web: [preventabletrial.org](http://preventabletrial.org) o facilíteles el número de teléfono de una sede local del estudio que también se encuentra allí.



**¡Lo invitamos!**

Necesitamos su ayuda, así que invite a sus amigos y familiares que puedan ser elegibles. Estaremos reclutando hasta el 2024, así que hay mucho tiempo para compartir esta oportunidad con otros.

### SU FUNCIÓN EN PREVENTABLE

Tan importante como inscribirse en PREVENTABLE es continuar con el estudio. Los participantes del estudio pueden decidir dejar de participar en cualquier momento; sin embargo, esperamos que esto suceda rara vez. Cuantas más personas completen el estudio, mayor será la ayuda para garantizar que los resultados, al analizarlos, sean lo más precisos posible.

Póngase en contacto con su personal del estudio si tiene alguna pregunta o para informarles cómo se siente.

**Realizaremos un seguimiento por teléfono, registros médicos o visitas a domicilio cuando sea necesario.**



