

Preste atención a los primeros signos de advertencia de la enfermedad de Alzheimer

Los problemas de memoria pueden aislar a las personas, y es importante hablarlo con la familia y con el proveedor de atención primaria.

Por Jessica Leigh Zwerling, MD

U.S. News & World Report

No puedo poner en palabras la importancia que tiene conversar, aunque sea en la mesa, con un familiar o un amigo para asegurarse de que él o ella estén bien y para darnos cuenta si algo cambia con su memoria. Si cree que un ser querido podría tener problemas de memoria, es recomendable hablar con ese familiar, ofrecerle apoyo y tal vez acompañarlo al médico. Los ejercicios para pensar, los estudios de diagnóstico por imágenes y los análisis de sangre previos al tratamiento pueden revelar un problema que puede tratarse.

Los problemas de memoria pueden aislar a las personas, y es importante hablarlo con la familia y con el proveedor de atención primaria. La característica principal de la enfermedad de Alzheimer es un período insidioso de pérdida de memoria. Los cambios pueden ser sutiles, pero es fundamental desconectarse del mundo electrónico y conectarse con familiares, amigos y otros seres queridos.

Mary es una mujer de 79 años, activa en la comunidad, que últimamente llega tarde a los juegos de cartas. Les confesó a sus amigos que se ha perdido en lugares conocidos mientras conducía. Ha estado muy "callada" y solo responde preguntas cuando se le habla directamente a ella. Ya no es "locuaz", como la recuerdan sus amigos. Se confunde cada vez más cuando juega a las cartas y el año pasado dejó de ser la "ganadora imbatible" que alguna vez fue. Su familia no vive en la ciudad y solo pasan tiempo con ella ocasionalmente. Se le ha olvidado pagar las facturas y fue al médico porque se ha estado sintiendo "mareada".

Es de suma importancia reconocer el problema que tiene María. Experimenta una disminución de la memoria, como lo demuestran la dificultad para pagar sus facturas a tiempo y la desorientación geográfica al conducir. A medida que envejecemos, la velocidad de procesamiento disminuye. Realizamos las actividades básicas de la vida diaria y las habilidades procedimentales, como conducir o tocar el piano, pero la velocidad de la actividad disminuye. El hecho de que Mary se pierda constantemente en lugares conocidos es una señal de alerta. La falta de habla es una señal de alerta. Esta situación es bastante preocupante y puede ser demencia, que se caracteriza por una disminución de la memoria, del habla, de la capacidad para resolver problemas y de otras habilidades cognitivas que afectan la capacidad de una persona para realizar actividades cotidianas.

La American Psychiatric Association redefinió la demencia como un importante trastorno neurocognitivo y publicó nuevos criterios para su diagnóstico. En general, un individuo debe mostrar un deterioro cognitivo significativo, y este deterioro debe interferir con la independencia para realizar actividades cotidianas.

Una de las amigas de Mary vio a su hija en el supermercado cuando estaba de visita. La amiga le preguntó si estaba todo bien. La hija dijo que todo parecía estar bien durante la última cena, pero que había mucha gente y estaban mirando partidos de fútbol. Luego, la hija pasó un tiempo a solas con Mary y se dio cuenta de que algo estaba mal. Había un montón de facturas impagas, Mary no sabía cómo encender el televisor y sus pastilleros estaban desordenados. Cuando verificaron los medicamentos y la hija llevó todos los medicamentos que estaban en una "bolsa marrón" al médico, parecía ser que Mary tomaba un medicamento genérico y uno de marca del mismo medicamento para la presión arterial. Esto explicaba los mareos.

Cuando Mary fue al médico con su hija, los resultados de sus análisis de sangre salieron bien e indicaban que no tenía derrames graves ni tumores. Mary todavía entendía los problemas que tenía con la memoria y pudo contárselo al médico. Se nombró a la hija como apoderada para la atención médica y se habló sobre voluntades anticipadas. Organizaron un sistema de vehículo compartido con los amigos de

Mary porque ella ya no conduce. Se la ha vinculado con un programa comunitario en el que realiza actividades recreativas estimulantes a nivel cognitivo que la ayudan a mantener una buena salud cerebral. Madre e hija están eligiendo juntas un centro de vivienda asistida. Entre tanto, Mary se inscribió en el programa Regreso Seguro (Safe Return) de la Alzheimer's Association y recibió un brazalete que identifica que tiene problemas de memoria. Al principio, se resistió, pero tanto su médico como su familia le explicaron que si también tuviera diabetes, el brazalete de alerta médica sería fundamental en caso de que tuviera hipoglucemia. El brazalete es el mismo y es necesario por si se pierde.

Pase tiempo con sus seres queridos mayores. Hable con ellos y présteles atención. Aunque el Alzheimer no tiene cura actualmente, hay tratamientos disponibles para los síntomas, se sigue investigando y existen medicamentos para ayudar con los síntomas y mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedad de Alzheimer y sus cuidadores.