

Fuentes Informativas (Español):

- ❖ <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000739.htm>
- ❖ <https://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/mala-memoria>
- ❖ http://www.guiasalud.es/egpc/alzheimer/pacientes/01_que_es_demencia.html
- ❖ <http://www.alz.org/espanol/overview-espanol.asp>

Lumos Psychiatric Services



Folleto Educativo: Trastorno Neurocognitivo (Demencia)

La demencia es un término general que describe la pérdida de la capacidad de pensar, de la memoria y de razonar hasta tal punto que afecta seriamente la habilidad de las personas de realizar sus actividades cotidianas. La demencia no es en sí una enfermedad, sino un grupo de síntomas causados por ciertas enfermedades y condiciones.

Los síntomas de demencia abarcan dificultad con muchas áreas de la función mental, entre ellas:

- ❖ El comportamiento emocional o la personalidad
- ❖ El lenguaje
- ❖ La memoria
- ❖ La percepción
- ❖ Pensamiento y juicio (habilidades cognitivas)

La demencia afecta a cada persona de manera diferente, dependiendo del impacto de la enfermedad y de la personalidad del sujeto antes de empezar a padecerla.

Etapas tempranas: a menudo pasa desapercibida, ya que el inicio es paulatino. Los síntomas más comunes incluyen:

- ❖ Tendencia al olvido;
- ❖ Pérdida de la noción del tiempo;
- ❖ Desubicación espacial, incluso en lugares conocidos.

Etapas intermedias: a medida que la demencia evoluciona hacia la etapa intermedia, los signos y síntomas se vuelven más evidentes y más limitadores. En esta etapa las personas afectadas:

- ❖ Empiezan a olvidar acontecimientos recientes, así como los nombres de las personas;
- ❖ Se encuentran desubicadas en su propio hogar;



6001 Vineland Road Suite 109, Orlando FL 32819
Phone: (407) 930-6684 / Fax: (949) 404-8433

- ❖ Tienen cada vez más dificultades para comunicarse;
- ❖ Empiezan a necesitar ayuda con el aseo y cuidado personal;
- ❖ Sufren cambios de comportamiento, por ejemplo, dan vueltas por la casa o repiten las mismas preguntas.

Etapa tardía: en la última etapa de la enfermedad, la dependencia y la inactividad son casi totales. Las alteraciones de la memoria son graves y los síntomas y signos físicos se hacen más evidentes. Los síntomas incluyen:

- ❖ Una creciente desubicación en el tiempo y en el espacio;
- ❖ Dificultades para reconocer a familiares y amigos;
- ❖ Una necesidad cada vez mayor de ayuda para el cuidado personal;
- ❖ Dificultades para caminar;
- ❖ Alteraciones del comportamiento que pueden exacerbarse y desembocar en agresiones.

Causas más comunes de demencia:

Las causas, de la demencia son múltiples y diversas. La enfermedad de Alzheimer es la forma más común de demencia: se calcula que representa entre un 60% y un 70% de los casos. Otras formas frecuentes son la demencia vascular, la demencia por cuerpos de Lewy (agregados anormales de proteínas en el interior de las células nerviosas) y un grupo de enfermedades que pueden contribuir a la demencia frontotemporal (degeneración del lóbulo frontal del cerebro). Los límites entre las distintas formas de demencia son difusos y frecuentemente coexisten formas mixtas.

Diagnóstico de la demencia:

No existe una única prueba para determinar si una persona tiene demencia. Los médicos diagnostican el Alzheimer y otros tipos de demencia en función de una historia clínica detallada, una evaluación física, pruebas de laboratorio y los cambios característicos en el razonamiento, el funcionamiento diario y el comportamiento asociados con cada tipo de demencia. Los médicos pueden determinar si una persona tiene demencia con un alto nivel de precisión. Sin embargo, es más difícil determinar el tipo exacto de demencia dado que los síntomas y los cambios del cerebro de diferentes demencias pueden coincidir.

Tratamiento y cuidado de la demencia:

Los tratamientos de la demencia dependen de su causa. En los casos de demencias más progresivas, como la enfermedad de Alzheimer, no existe una cura ni un tratamiento que retrase o detenga su avance. Sin embargo, existen tratamientos con medicamentos que pueden ayudar al paciente temporalmente con los síntomas. Los mismos medicamentos utilizados para tratar el Alzheimer suelen recetarse para ayudar a superar los síntomas de otros tipos de demencias. También las terapias sin medicamentos pueden aliviar algunos síntomas de la demencia.

¿Qué puede hacer usted?

Factores de riesgo cardiovasculares: Su cerebro se nutre a través de una de las redes más ricas de vasos sanguíneos en su organismo. Cualquier cosa que dañe los vasos sanguíneos de cualquier parte de su cuerpo puede dañar los vasos sanguíneos de su cerebro, privando a las células del cerebro de recibir el alimento y el oxígeno fundamentales.

Usted puede ayudar a proteger su cerebro con algunas de las estrategias que son las mismas que protegen su corazón: **no fumar, mantener un peso saludable, y mantener la presión arterial, el colesterol y el azúcar en la sangre en los niveles recomendados.**

Ejercicio físico: El ejercicio físico regular puede ayudar a disminuir el riesgo de algunos tipos de demencia, ya que aumenta el flujo de sangre y oxígeno hacia el cerebro.

Alimentación: Lo que usted coma puede tener un gran impacto en la salud de su cerebro a través de su efecto en su salud cardíaca. La mejor prueba actual sugiere que los patrones de alimentación para mantener un corazón sano, como una dieta mediterránea, también pueden ayudar a proteger su cerebro.

Para dudas o preguntas, discútalo con su médico.