

Entendiendo el Alzheimer



Qué es el Alzheimer

Alzheimer, demencia senil de tipo Alzheimer o enfermedad de Alzheimer. La demencia es una pérdida de la función cerebral que se presenta con ciertas enfermedades. El Alzheimer es una forma de demencia que gradualmente empeora con el tiempo y afecta la memoria, el pensamiento y el comportamiento.

El deterioro de la memoria, al igual que otros problemas con el lenguaje, la capacidad de toma de decisiones, la capacidad de discernimiento y la personalidad son rasgos necesarios para el diagnóstico.

Causas del Alzheimer

La edad y los antecedentes familiares son factores de riesgo .

A medida que uno envejece, el riesgo de desarrollar Alzheimer aumenta. Sin embargo, desarrollar esta enfermedad no es parte del envejecimiento normal.

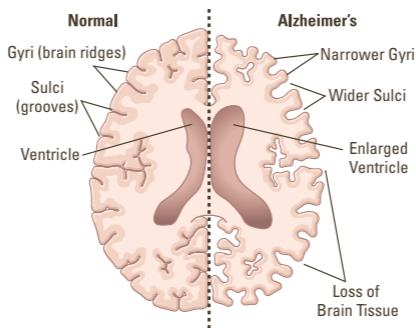
Tener un pariente consanguíneo cercano, como un hermano, hermana o padre que desarrolló la enfermedad aumenta el riesgo.

Tener cierta combinación de genes para proteínas que parecen ser anormales en el Alzheimer incrementa el riesgo.

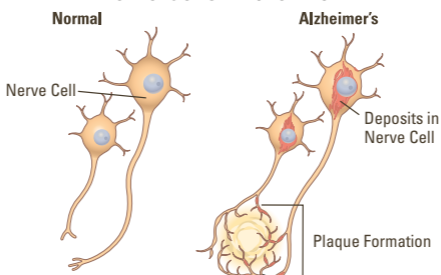
Otros factores de riesgo que no están bien comprobados abarcan:

- Presión arterial alta por mucho tiempo
- Antecedentes de traumatismo craneal
- Pertener al género femenino

Cross Section of the Brain



Nerve Cells in the Brain



10 Signos para detectar primeros síntomas de Alzheimer

1. Cambios de memoria que dificultan la vida cotidiana.
2. Dificultad para planificar o resolver problemas.
3. Dificultad para desempeñar tareas habituales en la casa, en el trabajo o en su tiempo libre.
4. Desorientación de tiempo o lugar.
5. Dificultad para comprender imágenes visuales y cómo objetos se relacionan uno al otro en el ambiente.
6. Nuevos problemas con el uso de palabras en el habla o lo escrito.
7. Colocación de objetos fuera de lugar y la falta de habilidad para deshacer sus pasos.
8. Disminución o falta del buen juicio.
9. Pérdida de iniciativa para tomar parte en el trabajo o en las actividades sociales.
10. Cambios en el humor o la personalidad.

Pruebas Diagnósticas del Alzheimer

El Alzheimer se puede diagnosticar con frecuencia a través de una historia clínica y un examen físico o chequeos médicos por parte de un médico o enfermera experimentados. Un médico elaborará una historia clínica, hará un examen físico o chequeos médicos (incluyendo un examen neurológico) y llevará a cabo un examen del estado mental.

Se pueden pedir exámenes para ayudar a determinar si otros problemas médicos pueden estar causando la demencia o empeorándola. Estas afecciones abarcan:

- Enfermedad de la tiroides
- Deficiencia vitamínica
- Tumor cerebral
- Accidente cerebrovascular
- Intoxicación por medicamentos
- Infección crónica y Anemia
- Depresión severa

La tomografía computarizada (TC) o la resonancia magnética (RM) del cerebro se pueden hacer para buscar otras causas de demencia, como tumor cerebral o accidente cerebrovascular.

En las etapas tempranas de la demencia, la imagen cerebral en las gammagrafías puede ser normal. En etapas posteriores, una resonancia magnética puede mostrar una disminución en el tamaño de diferentes áreas del cerebro.

Aunque estos exámenes no confirman el diagnóstico de Alzheimer, sí excluyen otras causas de demencia (como accidentes cerebrovasculares y tumor).

El Tratamiento del Alzheimer

Infortunadamente, no existe cura para la enfermedad de Alzheimer. Los objetivos del tratamiento son:

Disminuir el progreso de la enfermedad (aunque esto es difícil de hacer)

Manejar los problemas de comportamiento, confusión, problemas del sueño y agitación

Modificar el ambiente del hogar

Apoyar a los miembros de la familia y otros cuidadores

Los tratamientos más prometedores abarcan cambios en el estilo de vida, medicamentos y suplementos antioxidantes como ginkgo biloba y vitamina E.

El Pronóstico

La rapidez con la cual empeora esta enfermedad es diferente para cada persona. Si el mal de Alzheimer se desarrolla rápidamente, es más probable que empeorar también de manera rápida.

Cuándo llamar a un Médico Especialista

Consulte con el médico si alguien cercano experimenta síntomas de demencia senil tipo Alzheimer.

Asimismo, llame al médico si una persona con este trastorno experimenta un repentino cambio en su estado mental (un cambio rápido puede indicar otra enfermedad).

Si está cuidando a una persona con este trastorno y la afección se deteriora a tal punto que ya no la puede cuidar en casa, hable sobre la situación con el médico.



Los síntomas de demencia abarcan dificultad con muchas áreas de la función mental, incluyendo el lenguaje, la memoria, la percepción, el comportamiento emocional o la personalidad y las habilidades cognitivas (como el cálculo, pensamiento abstracto o la capacidad de discernimiento).

Prevención del Alzheimer

Aunque no existe una forma comprobada de prevenir el Alzheimer, existen algunas prácticas que vale la pena incorporar en la rutina diaria, particularmente si usted tiene antecedentes familiares de demencia. Hable con el médico acerca de cualquiera de estas propuestas, especialmente aquellas que implican tomar medicamentos o suplementos.

- Consumir una dieta baja en grasa.
- Consumir pescado de agua fría (como atún, salmón y caballa) rico en ácidos grasos omega-3, al menos dos a tres veces a la semana.
- Reducir la ingesta de ácido linoleico que se encuentra en las margarinas, la mantequilla y los productos lácteos.
- Incrementar los antioxidantes, como los carotenoides, la vitamina E y la vitamina C, consumiendo muchas frutas y verduras de color oscuro.
- Mantener una presión arterial normal.
- Permanecer activo mental y socialmente durante toda la vida.



Dr. Dante Oropeza Canto

Neurólogo Clínico

CED. PROF. 218947

www.neuroangeles.com