

### Consejos y cuidados

Todo el equipo asistencial debe implicarse en la educación y ayuda del cuidador principal en los cuidados básicos de la persona con Alzheimer para así obtener los mejores resultados en cuanto a mantenimiento de la mayor autonomía posible y durante el mayor tiempo posible por parte de la persona, evitando o disminuyendo la sobrecarga de cuidados por parte del cuidado.

En el siguiente enlace de la página web de la Confederación Española de Alzheimer, encontraréis información detallada acerca de los consejos y cuidados a la hora de vestir, del baño, de la alimentación, etc.

<http://www.ceafa.es/es/alzheimer/consejos-y-cuidados>



**21 SEPTIEMBRE**  
**DÍA**  
**MUNDIAL**  
**DEL**  
**ALZHEIMER**



## El Alzheimer: la enfermedad

La enfermedad de Alzheimer (EA) es una causa de demencia, la principal, pero no la única. Tal como la describió Alois Alzheimer, es una enfermedad degenerativa cerebral en la que se pierden neuronas, se produce el acúmulo de una proteína anormal y muestra lesiones características.

Además de los síntomas relacionados con la pérdida de capacidad intelectual y funcional, a lo largo de la evolución de la enfermedad aparecen los denominados síntomas conductuales y psicológicos de la demencia.

Existen tres tipos: los trastornos del estado de ánimo; la agitación; y los síntomas psicóticos.

## Epidemiología

Está ligada al envejecimiento que aumenta en mayores de 65 años, siendo la prevalencia de un 7% en este grupo de población, y próxima al 50% en mayores de 85 años.

La enfermedad de Alzheimer es un problema sociosanitario de primera magnitud. En la actualidad en España la cifra de personas afectadas es de aproximadamente 1.200.000.

## Cuadro clínico

Los síntomas de la enfermedad vienen determinados por cómo progresan las lesiones en el cerebro del paciente.

El conjunto de estas lesiones suele estar distribuido por el cerebro de forma característica según el grado de evolución de la enfermedad. El cerebro presenta una disminución de su tamaño en la enfermedad de Alzheimer.

## Síntomas frecuentes

La enfermedad de Alzheimer comienza a producir lesiones microscópicas cerebrales muchos años antes de que

aparezcan los primeros signos de la enfermedad (10-20 años).

Es difícil establecer cuándo empezaron realmente los síntomas. Sin embargo, los problemas cognitivos y síntomas depresivos pueden aparecer varios años antes del diagnóstico clínico de la enfermedad.

En líneas generales, podríamos hablar de dos grandes grupos de síntomas de alerta: Problemas iniciales de memoria y problemas psicológicos.

La práctica de pruebas neuropsicológicas y el seguimiento clínico por médicos especialistas expertos en demencias puede conseguir un diagnóstico precoz de la enfermedad.

## Fases de la enfermedad

La enfermedad de Alzheimer es una enfermedad crónica, de larga evolución, normalmente de alrededor de 10 -15 años, pero puede variar mucho, existiendo casos de evolución relativamente rápida. Podemos distinguir varias etapas:

Etapa inicial (3 a 4 años de duración), aparecen los fallos de memoria, dificultad para encontrar las palabras de nombres u objetos, problemas de concentración.

Etapa intermedia (3 a 5 años de duración), son llamativas las limitaciones de las actividades de la vida diaria. La memoria se afecta de forma grave, y, a veces, el paciente puede no reconocer a los miembros de la familia.

Etapa final (3 a 5 años de duración), puede perder completamente la memoria y las capacidades intelectuales y funcionales. Es necesario un cuidado completo por la gran limitación de las actividades diarias.

## El tratamiento

Actualmente no hay tratamiento curativo para la enfermedad de Alzheimer. Sin embargo hay terapias farmacológicas y terapias psicológicas, que pretenden ralentizar el proceso de deterioro, procurando mantener el máximo tiempo posible la autonomía y las capacidades preservadas.

El tratamiento global debe comprender también la atención a la familia y al cuidador principal.

Está comprobado que cuanto menos sobrecarga manifieste la situación de la persona enferma será mejor, tanto en su calidad de vida como en su capacidad para responder a estímulos positivos o al tratamiento.



Alzheimer #EVOLUCIÓN



Ayuntamiento de Gelves