

Enfermedad de Alzheimer

Esta hoja de ayuda describe la enfermedad de Alzheimer, así como sus síntomas, causas, evolución y tratamiento.

- La enfermedad de Alzheimer es la forma más común de demencia.
- La enfermedad de Alzheimer es una afección cerebral física que provoca alteraciones en la memoria, el pensamiento y el comportamiento.
- Altera las neuronas del cerebro, afectando su funcionamiento y la comunicación entre estas. Hay una disminución de químicos importantes que impide que los mensajes viajen a través del cerebro de manera normal.
- Las personas con Alzheimer experimentan distintos retos y cambios a lo largo de la evolución de la afección.
- Las capacidades del individuo se deterioran con el tiempo, aunque la progresión varía de una persona a otra.

Señales y síntomas de la enfermedad de Alzheimer

Los síntomas pueden incluir:

- pérdida persistente y frecuente de la memoria a corto plazo, especialmente al recordar acontecimientos más recientes
- decir lo mismo repetidamente
- imprecisión en la conversación cotidiana
- cambios en la capacidad de planificación, resolución de problemas, organización y pensamiento lógico
- tardarse más en realizar tareas rutinarias
- dificultades con el lenguaje y la comprensión; por ejemplo, tener problemas para encontrar la palabra adecuada
- incremento en la pérdida de orientación relacionada con la hora, el lugar y las personas
- problemas para motivarse e iniciar tareas
- cambios en el comportamiento, la personalidad y el estado de ánimo.

Una persona que experimenta estos síntomas puede ser incapaz de reconocer los cambios en sí misma. A menudo, son los familiares o amigos quienes notan los cambios en la persona.

Los síntomas varían a medida que avanza la enfermedad y se ven afectadas distintas zonas del cerebro. Las capacidades de una persona pueden fluctuar de un día para otro, o incluso a lo largo del mismo día. Los síntomas pueden empeorar en momentos de estrés, fatiga o enfermedad.

Diagnóstico de la enfermedad de Alzheimer

Actualmente no existe una prueba única para diagnosticar la enfermedad de Alzheimer. El diagnóstico se realiza tras una cuidadosa consulta clínica.

La evaluación podría incluir:

- un historial médico detallado
- un examen físico
- análisis de sangre y orina
- una evaluación psiquiátrica
- pruebas neuropsicológicas (para evaluar la memoria y la capacidad de pensamiento)
- tomografías cerebrales.

Una vez eliminadas otras causas, puede diagnosticarse la enfermedad de Alzheimer.

Es importante tener un diagnóstico precoz y preciso para determinar si los síntomas que se investigan están siendo causados por la enfermedad de Alzheimer o por una afección diferente que requiere su propio tratamiento específico.

Hoy en día, se dispone de nuevas técnicas que ayudan a diagnosticar la enfermedad de Alzheimer, incluso antes de que aparezcan los síntomas.

Quiénes pueden contraer la enfermedad de Alzheimer

Cualquier persona puede desarrollar la enfermedad de Alzheimer, pero es más frecuente en edades avanzadas.

La genética, el estilo de vida y los factores de salud están asociados a un mayor riesgo de desarrollar demencia.

En unos pocos casos, la enfermedad de Alzheimer es hereditaria, causada por una mutación genética. Se trata de la enfermedad de Alzheimer familiar, cuyos síntomas aparecen a una edad relativamente temprana. Esto suele ocurrir cuando la persona tiene 50 y tantos años, aunque a veces puede ocurrir en personas más jóvenes.

Causas de la enfermedad de Alzheimer

Aparte de los pocos casos de enfermedad de Alzheimer familiar, no se sabe por qué algunas personas desarrollan la enfermedad de Alzheimer y otras no.

Entre los factores relacionados con la salud y el estilo de vida que pueden contribuir al desarrollo de la enfermedad de Alzheimer se incluyen:

- inactividad física
- falta de ejercicio mental
- fumar
- obesidad
- diabetes
- colesterol alto
- hipertensión arterial.

Cómo progresa la enfermedad de Alzheimer

Las capacidades del individuo se deterioran con el tiempo, aunque la progresión varía de una persona a otra.

A medida que la enfermedad de Alzheimer afecta a distintas zonas del cerebro, se pierden funciones o capacidades específicas. La memoria a corto plazo suele ser la primera en verse afectada, pero conforme avanza la enfermedad también se pierde la memoria a largo plazo. La enfermedad también afecta muchas otras funciones del cerebro y, en consecuencia, se ven afectados el lenguaje, la atención, el juicio y muchos otros aspectos del comportamiento.

Se mantienen algunas capacidades, aunque estas disminuyen a medida que avanza la enfermedad de Alzheimer. Las personas con demencia avanzada pueden conservar los sentidos del tacto y el oído, así como responder a las emociones, incluso en las fases más avanzadas de la enfermedad.

En las fases finales de la enfermedad de Alzheimer, muchas personas pierden la movilidad, se vuelven dependientes, y necesitan cuidados exhaustivos.

Etapas de la enfermedad de Alzheimer

Algunas características de la enfermedad de Alzheimer suelen clasificarse en tres etapas o fases. No todas estas características estarán presentes en todas las personas, y pueden darse en diferentes etapas.

Enfermedad de Alzheimer leve

A veces, esta etapa solo es evidente en retrospectiva. El inicio de la enfermedad de Alzheimer suele ser gradual y a menudo es imposible identificar con exactitud cuándo comenzó.

Es posible que la persona:

- parezca más apática
- pierda interés por aficiones y actividades
- esté menos dispuesta a probar cosas nuevas
- tenga menor capacidad de adaptación al cambio
- sea más lenta para comprender ideas complejas y tarde más en realizar tareas rutinarias
- se olvide con más frecuencia de acontecimientos recientes
- se confunda o pierda la orientación respecto a la hora y el lugar
- se pierda si se aleja de un entorno familiar
- sea más propensa a repetir lo que dice o a perder el hilo de la conversación
- esté más irritable o se altere si se comete un error
- tenga dificultades para gestionar sus finanzas
- tenga dificultades para hacer la compra o preparar las comidas.

Enfermedad de Alzheimer moderada

En esta fase, los efectos de la enfermedad son más evidentes y prevalentes. Una persona puede experimentar retos significativos para su independencia y necesitar apoyo diario.

Es posible que la persona:

- olvide acontecimientos actuales y recientes, aunque generalmente recuerde el pasado lejano –incluso si olvida o confunde algunos detalles
- a menudo se confunda en cuanto a la hora y el lugar
- se pierda con mayor facilidad
- olvide los nombres de familiares o amigos, o confunda a los miembros de la familia
- se olvide de que tiene ollas o teteras en la estufa
- tenga dificultades a la hora de realizar cálculos sencillos

- muestre falta de juicio y tome malas decisiones
- vea u oiga cosas que no existen o sospeche de los demás
- se vuelva repetitiva
- descuide la higiene personal o la alimentación
- sea incapaz de elegir la ropa adecuada según el tiempo, la ocasión o la hora del día
- se enoje, altere o angustie por la frustración.

Enfermedad de Alzheimer avanzada

En esta fase, la persona está gravemente afectada por la demencia y necesita cuidados continuos para todas las actividades cotidianas.

Es posible que la persona:

- sea incapaz de recordar acontecimientos actuales o recientes, como olvidar que acaba de comer, o sea incapaz de recordar dónde vive
- sea incapaz de recordar acontecimientos o hechos importantes de sus primeros años de vida
- se confunda al intentar reconocer a amigos y familiares
- no reconozca objetos cotidianos ni entienda su finalidad
- pierda la capacidad de entender o de hablar
- necesite ayuda para comer, lavarse, bañarse, cepillarse los dientes, ir al baño y vestirse
- se vuelva incontinente
- experimente trastornos del sueño
- esté inquieta o intranquila
- grite con frecuencia o tenga arrebatos agresivos
- tenga dificultad para caminar y otros problemas de movimiento, incluida la rigidez.

Opciones de tratamiento y gestión

En la actualidad no existe cura para la enfermedad de Alzheimer y ningún tratamiento puede detener su progresión. Sin embargo, los medicamentos pueden ayudar a estabilizar o ralentizar el deterioro de la memoria y de la capacidad de pensamiento. También pueden recetarse fármacos para síntomas secundarios como la agitación o la depresión, o para mejorar el sueño.

Las terapias no farmacológicas pueden ser beneficiosas, como mantenerse activo/a y socialmente conectado/a, y controlar el estrés.

Hablar con un/a consejero/a o psicólogo/a es importante para ayudar a gestionar los cambios de comportamiento y el estado de ánimo.

La terapia ocupacional puede ayudar a mejorar el funcionamiento cotidiano en casa.

En todas las fases de la enfermedad de Alzheimer se dispone de tratamientos y servicios de apoyo para reducir el impacto de los síntomas y garantizar la mejor calidad de vida posible a todas las personas que la padecen.

Cómo encontrar apoyo

La educación sobre la enfermedad y el apoyo profesional son importantes para la persona con demencia, su familia y sus cuidadores. Este apoyo puede marcar la diferencia en la gestión de la enfermedad.

Una gama de enfoques y actividades distintas permite que la persona con demencia siga aplicando sus habilidades y participando en actividades que le interesan, y así pueda vivir bien el mayor tiempo posible.

Material de lectura y recursos adicionales

- Servicio de bibliotecas de Dementia Australia
Visite: dementia.org.au/library
- Apoyo de Dementia Australia
Visite: dementia.org.au/support
- Educación de Dementia Australia
Visite: dementia.org.au/education

Más información

Dementia Australia ofrece apoyo, información, educación y consejería.

National Dementia Helpline (Línea nacional de ayuda para personas con demencia): 1800 100 500

Para asistencia con el idioma: 131 450

Visite nuestro sitio web: dementia.org.au