



# 10 Señales de Advertencia de la Enfermedad de Alzheimer

Muchas personas se preocupan de volverse más olvidadizas al envejecer. El cerebro cambia tanto como el resto del cuerpo con la edad.

La mayoría de la gente se da cuenta que le

toma más tiempo procesar información y tiene problemas para recordar ciertas cosas. Sin embargo, la pérdida de memoria severa, la confusión y el pensamiento lento no son una parte normal del envejecimiento.

Muchas condiciones médicas pueden causar problemas de la memoria o interrumpir funciones mentales. Los síntomas pueden mejorar cuando tratamos la causa principal.

Posibles causas de problemas de la memoria incluyen:

- Depresión
- Uso excesivo del alcohol
- Problemas de la tiroides
- Dieta
- Deficiencias vitamínicas
- Ciertas infecciones
- El Alzheimer y otros tipos de demencia

La pérdida de memoria que dificulta la vida cotidiana no es una parte normal del envejecimiento. La Alzheimer's Association ha preparado una lista de señales de advertencia de la enfermedad de Alzheimer que ayuda a reconocer la diferencia entre los cambios normales de la memoria relacionados con la edad y los cambios que se atribuyen a la enfermedad de Alzheimer.

No hay una línea clara que separa los cambios normales de las señales de advertencia. Es por ellos que se recomienda la visita médica si se observa una disminución en las habilidades de la vida diaria.

## 1. CAMBIOS DE MEMORIA QUE DIFICULTAN LA VIDA COTIDIANA

Una de las señales más comunes de la enfermedad de Alzheimer, especialmente en las etapas tempranas, es olvidar información recién aprendida. También se olvidan fechas o eventos importantes; se pide la misma información repetidamente; se depende de notas o dispositivos electrónicos o de familiares para hacer las cosas que antes uno hacía solo.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

Olvidarse nombres o citas en algunas ocasiones pero después recordarlas.

## 2. DIFICULTAD EN TAREAS MENTALES

Algunas personas experimentan cambios en su habilidad de desarrollar y seguir un plan o trabajar con números. Pueden tener dificultad en seguir una receta conocida o manejar las cuentas mensuales. Pueden tener problemas en concentrarse y les puede costar más tiempo hacer cosas ahora que antes.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

Cometer errores de vez en cuando, así como errores al realizar operaciones matemáticas básicas.

## 3. DIFICULTAD PARA DESEMPEÑAR TAREAS HABITUALES EN LA CASA, EN EL TRABAJO O EN SU TIEMPO LIBRE

A las personas que padecen de enfermedad de Alzheimer muy a menudo se les hace difícil completar tareas cotidianas como preparar una comida o hacer una llamada telefónica. A veces pueden tener dificultad en llegar a un lugar conocido, administrar un presupuesto en el trabajo o recordar las reglas de un juego muy conocido.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

Es común de la edad pedir ayuda para usar algún electrodoméstico, al olvidar momentáneamente cómo funcionan.

## 4. DESORIENTACIÓN DE TIEMPO Y LUGAR

A las personas con enfermedad de Alzheimer se les olvidan las fechas, estaciones y el paso del tiempo. Es posible que no sepan donde están o como llegaron allí y que no recuerden como volver a casa, o que se pierdan en la misma calle donde viven.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

Confundirse sobre el día de la semana pero luego darse cuenta que se equivocaron, u olvidarse a donde iban.

## **5. DIFICULTAD PARA COMPRENDER IMÁGENES VISUALES Y LA INTERRELACIÓN DE OBJETOS EN EL AMBIENTE**

Las personas con enfermedad de Alzheimer pueden tener dificultad para leer, comprender imágenes, juzgar distancias, determinar color o contraste incluso puede ser posible que no reconozcan su propio reflejo en un espejo.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

Cambios de la vista relacionados con las cataratas.

## **6. PROBLEMAS DEL LENGUAJE**

Los que padecen de enfermedad de Alzheimer pueden tener problemas en seguir o participar de una conversación. Es posible que se detengan mientras conversan y no sepan como seguir o repitan mucho lo que dicen. Pueden tener dificultades para encontrar la palabra correcta o que llamen cosas por un nombre incorrecto (como llamar a un "lápiz" un "palito para escribir").

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

A veces tener dificultades para encontrar la palabra correcta al hablar.

## **7. COLOCACIÓN DE OBJETOS FUERA DE LUGAR**

Una persona que padece de enfermedad de Alzheimer suele colocar cosas fuera de lugar: la plancha en el refrigerador o un reloj en la azucarera. A veces, es posible que acusen a los demás de robarles.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

Perder momentáneamente las llaves o la billetera. De vez en cuando, colocar cosas (como los lentes o el control remoto) en un lugar equivocado.

## **8. DISMINUCIÓN O FALTA DE BUEN JUICIO**

Las personas con enfermedad de Alzheimer pueden vestirse inapropiadamente, poniéndose un abrigo en pleno verano, por ejemplo, o poca ropa cuando hace frío. Es posible que no tomen buenas decisiones con respecto a como manejar dinero, regalando grandes cantidades a desconocidos.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

Tomar una mala decisión de vez en cuando.

## **9. PÉRDIDA DE INICIATIVA EN EL TRABAJO O EN LAS ACTIVIDADES SOCIALES**

Una persona con la enfermedad de Alzheimer puede volverse muy pasiva, sentándose frente al televisor por horas, durmiendo más de lo normal, o negándose a hacer sus actividades cotidianas.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

A veces cansarse de los quehaceres y las obligaciones sociales o de negocios.

## **10. CAMBIOS EN EL HUMOR O EN LA PERSONALIDAD**

Una persona con Alzheimer presenta cambios repentinos en el humor (de felicidad a enojo, por ejemplo) sin razón aparente. Pueden sentirse confundidas, deprimidas, temerosas o ansiosas.

**¿Cuáles son cambios típicos relacionados con la edad?**

Sentirse triste o con humor variable ocasionalmente. Desarrollar una rutina y enojarse cuando la misma es interrumpida.

### **¿Cuál es la diferencia?**

**Persona con problemas de memoria relacionados con enfermedad de Alzheimer:**

- Olvida situaciones completas.
- Raramente recuerda más tarde.
- Gradualmente le es imposible seguir indicaciones.
- Gradualmente le es imposible usar notas para recordar.
- Gradualmente le es imposible cuidarse a si mismo.

**Persona con cambios de memoria relacionados con la edad:**

- Olvida detalles de una situación.
- Con frecuencia recuerda más tarde.
- Generalmente puede seguir indicaciones escritas u orales.
- Generalmente puede usar notas para recordar.
- Generalmente puede cuidarse a si mismo.

*Basado en los 10 signos de alerta de la enfermedad de Alzheimer de la Alzheimer's Association.*