

## Salud ► ENFERMEDADES DEGENERATIVAS



Información facilitada por:

# LA FORMA DE DEMENCIA MÁS COMÚN

EL ALZHEÍMER AFECTA A LAS PARTES DEL CEREBRO QUE CONTROLAN EL PENSAMIENTO, LA MEMORIA Y EL LENGUAJE Y SU CAUSA AÚN SE DESCONOCE



**DR. MEDARDO MEILÁN MARTÍN**  
ESPECIALISTA EN  
MEDICINA INTERNA

La enfermedad de Alzheimer está clasificada como unas de las formas más frecuentes de demencia, por lo que inicialmente se puede confundir con algunas de las formas clínicas de esta.

Se entienden por demencia los trastornos de los procesos mentales que conducen a lo largo de los años a un declive gradual y progresivo de todas las áreas de la capacidad personal, mental e intelectual.

Existen muchos tipos de demencia progresiva: la enfermedad de Alzheimer y las enfermedades degenerativas, como son la enfermedad de Pick, la enfermedad de Parkinson y la de Huntington. También existen causas diferentes, como los infartos cerebrales, el uso constante de fármacos, la depresión, las lesiones intracraniales, la hidrocefalia comunicante, los trastornos endocrinos y metabólicos y las infecciones del sistema nervioso, como el VIH, la sífilis o la enfermedad de Creutzfeldt-Jakob.

Se hace mención de los tipos de demencia para que la población general conozca que existen muchas causas y que, aunque es la más frecuente, la enfermedad de Alzheimer no es la única.

La causa de esta enfermedad todavía no se conoce con exactitud, pero se baraja que puedan existir factores genéticos que se caracterizan por un déficit cerebral de una sustancia llamada acetilcolina, necesaria para el funcionamien-

to correcto de las células cerebrales. También se relaciona con la acumulación de amiloide y con ciertos trastornos metabólicos. Pero, en general, la causa de esta enfermedad todavía hoy se muestra desconocida.

Los síntomas del alzhéimer son insidiosos y lo más notable es el deterioro de las capacidades cognitivas y conductuales.

Generalmente, lo primero que señala la dolencia son los olvidos, que se caracterizan por la pérdida de la memoria a corto plazo y el deterioro a la hora de recordar los acontecimientos recientes. El paciente puede, sin embargo, evocar situaciones que se remontan en el tiempo, pero es incapaz de recordar las cosas ocurridas ese mismo día o incluso unas horas antes.

Esta fatídica pérdida de memoria, al progresar la enfermedad, se hace más intensa, deteriorando el lenguaje, la comprensión y el reconocimiento de las personas.

Los enfermos pueden desarrollar pérdidas de orina (incontinencia), confusión en cuanto a tiempo y ubicación espacial, irritación o agitación. No reconocen ni a familiares ni a amigos y

muestran poco control sobre sus movimientos, así como una capacidad mental infantil, insomnio, cambios de humor o depresión. También pueden tener estreñimiento, alucinaciones y desarrollar comportamientos agresivos. Todo esto puede conllevar finalmente la postración en una cama y las complicaciones que devienen de esta.

El diagnóstico se hace con la recogida de todos los síntomas mencionados y su evolución con las pruebas de memoria y la tomografía computarizada cerebral, que aporta la atrofia cerebral como



Una enferma de alzhéimer descansa en el centro de día 'La Pineda', en Madrid. DOMENECH CASTELLO

el dato más importante que ayuda al diagnóstico.

En cuanto al tratamiento de la enfermedad, podemos decir que no existe curación, por lo que la medicación del paciente se destina al alivio de los síntomas. Antipsicóticos, inhibidores de la acetilcolina, antidepresivos, sedantes e hipnóticos son algunos de los medicamentos utilizados.

Pero lo fundamental para aliviar los síntomas es el apoyo familiar, la psicoterapia, la terapia ocupacional y la fisioterapia. La conversación de la familia y las fotos son de mucha utilidad, ya que hacen recordar y ejercitar la memoria. Todo esto está dirigido a mantener al mínimo el sufrimiento del enfermo y a preservar su dignidad y calidad de vida.

## Recomendaciones para prevenir el alzhéimer

### Combatir el colesterol

Existe una relación entre los niveles de colesterol y la enfermedad de Alzheimer. Por eso es muy importante, a lo largo de toda la vida, mantener una dieta equilibrada rica en ácido fólico.

### Realizar ejercicio físico

La actividad física aumenta el riego cerebral y disminuye la atrofia causada por los años.

### Controlar la diabetes

Esta enfermedad favorece el alzhéimer, por eso es importante mantener niveles de glucosa controlados.

### Aprender algo cada día

El órgano que no trabaja se atrofia; por eso, mantener el cerebro activo con lectura o artesanía reduce el riesgo de padecer la enfermedad.