

PORQUE UNA VIDA CERCA DE LOS TUYOS SIEMPRE ES UNA VIDA MEJOR

**Gerosol**  
ASISTENCIA

Príncipe de Vergara 205, esc.1 - 1ªA - Tf.: 914 113 699 - Fax: 914 112 948 - [info@gerosol.com](mailto:info@gerosol.com)

## FICHA PRÁCTICA I: LAS PREGUNTAS BÁSICAS SOBRE EL ALZHEIMER

Más de 400.000 personas padecen la enfermedad de Alzheimer en España, pero la realidad es que solo un 20% están diagnosticados y tratados. La falta de información sobre esta enfermedad, la dificultad para el diagnóstico son algunas de las causas principales del problema del Alzheimer. Es por ello que una detección y un tratamiento eficaz son la clave para mantener durante más tiempo su calidad de vida de las personas que sufren de esta enfermedad.

### ¿QUÉ ES EL ALZHEIMER?

Alzheimer es una enfermedad degenerativa que conduce a la demencia.

Este deterioro cerebral y neuronal lleva a una pérdida lenta y progresiva de las funciones cognitivas entre las que se encuentran la memoria, el aprendizaje, el lenguaje o el cálculo. El periodo de esta enfermedad aparece de manera lenta y va en aumento de forma progresiva, aparece en una edad ya madura y su inclusión es mayor a medida que se tiene más edad.

### ¿CUÁLES SON LAS FASES DEL ALZHEIMER?

Fase I: Olvida determinadas citas, nombre de personas, aún razona y es capaz de realizar tareas sin demasiados problemas.

Fase II: La memoria empieza a disminuir, muestra agresividad, fatiga, repite frases, la conversación es más lenta, aparecen caídas espontáneas, necesita ayuda para caminar, se pierde en trayectos habituales, problemas para realizar tareas cotidianas como el vestirse, entre otras.

Fase III: Comienza a dejar de reconocer a sus seres queridos, tiene una pérdida reciente de la memoria, no comprende las explicaciones, se muestra más agitado/a, no controla esfínteres, tampoco los gestos, las actividades cotidianas dejan de existir para el enfermo.

### ¿CUÁLES SON LOS PRINCIPALES SÍNTOMAS DE ESTA ENFERMEDAD?

Los principales síntomas del Alzheimer son:

- Dificultad para pensar, recordar o razonar
  - Disminución de la memoria reciente o inmediata
  - Cambios en el comportamiento y en la personalidad
  - Irritabilidad y frecuentes cambios de humor
  - Aislamiento de su entorno familiar
  - Dificultad para realizar gestos espontáneos, así como movimientos corporales
  - Confusión para la realización de las tareas más cotidianas
  - Abandono del cuidado personal
  - Desorientación en el tiempo y espacio
  - Alteración en el sueño
- ¿CÓMO SE DIAGNOSTICA EL ALZHEIMER?
- Existe una dificultad para su diagnóstico debido a una ausencia de terapias adecuadas así como falta de infraestructuras suficientes para el tratamiento de estos enfermos. La no realización de tareas cotidianas, progresiva falta de memoria, desorientación en el tiempo, son entre otros, síntomas que hacen posible el diagnóstico de la enfermedad del Alzheimer.

### ¿QUÉ TRATAMIENTOS CONTRA EL ALZHEIMER SON LOS MÁS EFICACES?

- Favorecer el interés del enfermo por las cosas
- Realizar ejercicios de memoria con ellos
- Realizar ejercicio físico para potenciar su motricidad
- Una dieta rica en proteínas y pobre en grasa
- Acompañar al enfermo en su higiene personal

### ¿CUÁL ES EL PAPEL DEL CUIDADOR ANTE EL ALZHEIMER?

Es fundamental pues se enfrenta a una enfermedad degenerativa e irreversible, por tanto, es primordial que sea una persona constante y dedique mucho tiempo al enfermo, generalmente la figura del cuidador suele ser mujer.

### ¿QUÉ OFRECEN LAS ASOCIACIONES DE ALZHEIMER A LOS FAMILIARES AFECTADOS?

- Orientación e información a los familiares
- Orientación en cuanto a recursos sociales
- Asesoramiento legal
- Representación de los afectados ante organismos oficiales u otros problemas

### LECTURAS RECOMENDADAS:

**ALZHEIMER: Guía para cuidadores y profesionales de atención primaria.** Manuel Ruiz-Adame Reina y Ma. Del Carmen Portillo Escalera. Junta de Andalucía, Consejo de Salud/ España, 1996.

**VIVIR CON LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER: Guía práctica para los cuidadores....** Jacques Selmes y Micheline Antoine Selmes. Medidor/ España 1996.

**DEMENCIA SENIL: Un reto asistencial, sanitario y social.** Dr. J. C. Caballero García. Sandoz SAE, 1997.

### ASOCIACIONES EN MADRID:

#### A. F. A CORREDOR DE HENARES (COSLADA)

AVDA. ROMA 42, 4ºB  
28820 COSLADA-MADRID  
TLF: 98667194-91

#### A. F. A GETAFE

C/ HOSPITAL SAN JOSE 4  
28902 GETAFE-MADRID  
TLF: 916817662

#### A. F. A TRES CANTOS

C/ LITERATOS, 12  
28760 TRES CANTOS-MADRID  
TLF: 918034410/918034834

#### A. F. A L MADRID

C/ GALILEO 69  
28015 MADRID  
TLF: 915941412  
[www.servicom.es/famma/afal/welcome.html](http://www.servicom.es/famma/afal/welcome.html)

#### FUNDACION ALZHEIMER ESPAÑA

C/RAFAEL SALGADO 17, 1º DCHA  
28036  
TLF: 913441830-914574677-914578725-914572208  
FAX: 914579542  
[www.solitel.es/alzheimer/index.html](http://www.solitel.es/alzheimer/index.html)