

Entendiendo la enfermedad de Alzheimer



Alzheimer's
Disease
Research

La enfermedad de Alzheimer afecta la memoria de las personas, pero implica mucho más que un simple olvido. Es un trastorno cerebral progresivo, degenerativo e incurable que termina en la muerte. Todavía no sabemos por qué algunas personas padecen esta devastadora enfermedad. El Alzheimer es la sexta causa principal de muerte en los Estados Unidos. Más de 7 millones de estadounidenses mayores de 65 años padecen este trastorno cerebral.

Etapas de la enfermedad de Alzheimer

La enfermedad de Alzheimer suele progresar gradualmente, con una duración de entre dos y veinte años, y una duración media de siete años. El Alzheimer es difícil de diagnosticar y no afecta a todas las personas de la misma manera. Si sospecha que usted o alguien que conoce puede tener síntomas de la enfermedad, el primer paso es acudir al médico para someterse a un examen médico completo. Las etapas que se indican a continuación representan el curso general que sigue la enfermedad.

Alzheimer preclínico/Sin deterioro cognitivo

Los cambios cerebrales relacionados con el Alzheimer existen mucho antes de que los síntomas sean evidentes. Actualmente, esta fase solo se define en entornos de investigación, no como un diagnóstico clínico.

Deterioro cognitivo leve debido al Alzheimer

Las personas con deterioro cognitivo leve (DCL) tienen problemas de memoria persistentes (por ejemplo, dificultad para recordar nombres y seguir conversaciones), pero pueden realizar actividades rutinarias sin necesidad de ayuda adicional. El DCL a menudo conduce al Alzheimer. Sin embargo, aunque todas las personas que progresan hacia alguna forma de demencia pasan por

un período de DCL, no todas las personas que presentan DCL desarrollarán la enfermedad de Alzheimer. Un especialista puede realizar un diagnóstico clínico oficial de DCL.

El misterio del Alzheimer

Todavía no sabemos por qué la enfermedad de Alzheimer afecta a algunas personas y a otras no. Investigadores de todo el mundo están buscando sus causas, así como formas de prevenirla, diagnosticarla, tratarla y curarla. Es probable que el Alzheimer implique múltiples factores, entre ellos la acumulación de dos proteínas, la beta amiloide y la tau, en diferentes áreas del cerebro y en diferentes momentos.

Tratamiento

Aunque no existe cura para el Alzheimer y los médicos aún no son capaces de revertir el daño que causa en el cerebro, ciertos tratamientos pueden ayudar a controlar o retrasar sus síntomas, especialmente en las primeras etapas de la enfermedad. Las terapias anti-amiloides recientemente aprobadas, caracterizadas como medicamentos modificadores de la enfermedad, pueden ralentizar el deterioro cognitivo y funcional en las primeras etapas del Alzheimer. Otras terapias tratan algunos de los síntomas de



Demencia debida al Alzheimer

Leve (Etapa 1)

En las primeras etapas de la enfermedad, las personas con Alzheimer suelen presentar pérdidas de memoria leves y cambios de humor, y se vuelven lentas para aprender y reaccionar. Comienzan a rehuir todo lo nuevo y prefieren lo familiar. Aún pueden realizar tareas básicas, pero pueden necesitar ayuda con actividades más complicadas. El habla y la comprensión se ralentizan, y las personas suelen perder el hilo de sus pensamientos. Pueden perderse mientras viajan u olvidarse de pagar las facturas. A medida que se dan cuenta de esta pérdida de control, pueden sentirse deprimidas, temerosas, irritables e inquietas.

Moderada (Etapa 2)

Con el tiempo, las personas con Alzheimer quedan discapacitadas. Aunque pueden recordar el pasado lejano, les cuesta recordar los eventos recientes. El avance del Alzheimer afecta la capacidad de comprender el lugar, el día y la hora. Los cuidadores deben dar instrucciones claras y repetirlas con frecuencia. A medida que las personas con Alzheimer siguen deteriorándose, pueden inventar palabras y no reconocer rostros que antes les resultaban familiares.

Grave (Etapa 3)

Durante la etapa final, las personas con Alzheimer se vuelven cada vez menos receptivas. La memoria se deteriora tanto que ya no reconocen a nadie, y la pérdida del control de los intestinos y la vejiga puede hacer que necesiten cuidados constantes. No solo pierden la capacidad de masticar y tragar, sino que también se vuelven vulnerables a la neumonía, las infecciones y otras enfermedades. Los problemas respiratorios empeoran, sobre todo cuando están postrados en cama. Esta etapa acaba llevando al coma y a la muerte.

la demencia, que pueden incluir depresión, deambulación, problemas de sueño y alucinaciones, con fármacos que regulan las sustancias químicas del cerebro (por ejemplo, Aricept, Donepezil, Memantine).

Factores hereditarios

Existen tres tipos principales de enfermedad de Alzheimer: de inicio temprano, de inicio tardío y familiar, y cada uno se manifiesta de manera diferente en el cerebro y en el comportamiento:

- **Los casos de inicio temprano** se producen antes de los 65 años y representan entre el 5 % y el 6 % del total. Suelen tener un componente de riesgo genético y, en ocasiones, no implican pérdida de memoria. Este tipo es más

frecuente en hombres y a menudo se diagnostica erróneamente.

- **El Alzheimer de inicio tardío** no tiene una causa conocida, pero hay diversos factores de riesgo (por ejemplo, ser portador del gen APOE) que pueden contribuir a la prevalencia de la enfermedad, la edad de inicio y la gravedad.
- **El Alzheimer familiar** está genéticamente relacionado con mutaciones conocidas en tres genes y representa alrededor del 1 % de todos los casos.

Más que envejecimiento

El Alzheimer no debe confundirse con el proceso normal de envejecimiento. Aunque algunos de los primeros síntomas (por ejemplo, el olvido) se corresponden con la vejez, la

pérdida de memoria causada por el Alzheimer es mucho más grave y progresiva. Una forma importante de distinguir el Alzheimer del envejecimiento normal es si las deficiencias interfieren en la capacidad de la persona para vivir de forma segura e independiente.

Cuidar a una persona con Alzheimer

Aproximadamente el 70 % de las personas con Alzheimer y otras demencias reciben cuidados en casa, lo que puede ayudarles a adaptarse a la pérdida de sus capacidades mentales y físicas.

Los recursos comunitarios (grupos de apoyo, centros de cuidado diurnos para adultos, servicios de cuidado intermitente temporales y asistencia para la vida diaria) pueden ser una gran fuente de ayuda. No todas las familias disponen de los recursos necesarios para cuidar adecuadamente a sus seres queridos en casa. Algunas deben recurrir a cuidados externos cuando la enfermedad alcanza las etapas finales. Las residencias de ancianos (centros geriátricos) pueden ser una alternativa, aunque pueden resultar bastante caras. Por esta razón, las familias y los cuidadores deben considerar la posibilidad de adquirir un seguro de cuidados a largo plazo en su planificación financiera. También deben visitar las instalaciones para determinar la calidad de la atención y su capacidad para satisfacer las necesidades especiales de sus seres queridos con Alzheimer.

Cuidar a una persona con Alzheimer es exigente, tanto física como emocionalmente. A medida que la enfermedad avanza, las personas requieren cuidados las 24 horas del día, los 7 días de la semana. En el folleto gratuito "Manejar el estrés: cuidados para el cuidador", disponible en brightfocus.org/CuidadosParaElCuidador, se ofrecen sugerencias sobre cómo afrontar la situación.

Obtener ayuda

Si un ser querido padece la enfermedad de Alzheimer, el primer paso es hablar con el médico que le ha diagnosticado. Él o ella puede orientarle hacia grupos de apoyo comunitarios, servicios sociales, cuidados a largo plazo y de relevo, y otros recursos.

El programa Investigación sobre la Enfermedad de Alzheimer de BrightFocus Foundation ofrece recursos gratuitos para las personas afectadas por el Alzheimer. Lea y descargue información en

brightfocus.org/ADR y solicite publicaciones gratuitas llamando al 1-855-345-6237.

La Agencia sobre el envejecimiento de su estado es otro recurso excelente que puede proporcionarle información específica sobre los servicios disponibles en su zona y ponerle en contacto con una filial local, si existe alguna en su comunidad.



**BrightFocus®
Foundation**

Cure in Mind. Cure in Sight.

22512 Gateway Center Drive
Clarksburg, MD 20871
1-855-345-6237
www.brightfocus.org

BrightFocus está a la vanguardia de la salud cerebral y ocular, apoyando investigaciones innovadoras en todo el mundo y promoviendo una mejor salud a través de nuestros programas de investigación insignia:

Investigación sobre la Enfermedad de Alzheimer
Investigación sobre la Degeneración macular
Investigación Nacional sobre el Glaucoma