

Noticias de Cuidado y Asistencia

“CUIDANDO DE TI... PARA QUE CUIDES DE OTROS.”

Etapas de la Enfermedad de Alzheimer

Los síntomas de la Enfermedad de Alzheimer (EA) no ocurren en el mismo orden en todas las personas, ni todas las personas con EA sufren *todos* los síntomas. Es importante entender que los efectos del Alzheimer cambian con el tiempo. Las responsabilidades del cuidado también van a cambiar. La siguiente lista contiene *algunos* de los cambios que suelen presentarse en cada etapa y tiene la intención de ofrecerle una idea *general* sobre qué esperar y, así, poder atender de mejor manera a la persona con EA.



Etapas temprana—EA leve

La persona tiene la misma apariencia física y puede mantener conversaciones casuales *casi* con normalidad, pero se olvida de nombres y acontecimientos poco después de que ocurran; puede perder las ganas de vivir y sentirse deprimida.

- ☑ **Dificultad para iniciar actividades.**
- ☑ **Dificultad para aprender** cosas nuevas y generar nuevos recuerdos.
- ☑ **Problemas para encontrar palabras**—puede sustituir o inventar palabras que suenan parecidas o significan algo parecido a la palabra olvidada. Puede hablar menos para evitar cometer errores.
- ☑ **Capacidad de atención más corta** y menos capacidad para permanecer realizando una actividad.
- ☑ Se **puede perder** de camino a un lugar familiar.
- ☑ Se puede **resistir el cambio**.
- ☑ Tiene **dificultad para organizarse** y pensar lógicamente.
- ☑ Hace **preguntas repetitivas**.
- ☑ **Se retrae**, está irritable, es menos sensible a los sentimientos de los demás.
- ☑ **Dificultad para tomar decisiones**; por ejemplo, cuando se le pregunte lo que quiere comer, dice “Comeré lo mismo que ella”.
- ☑ Se tarda más en hacer las tareas rutinarias y **se molesta si se le apresura**.
- ☑ Se olvida de pagar, paga demasiado o **se olvida de cómo pagar**.
- ☑ **Se olvida de comer**, come sólo un tipo de comida o come constantemente.
- ☑ Pierde o **extravía cosas** ocultándolos en lugares extraños o se olvida dónde van las cosas, como poner la ropa en el lavaplatos; constantemente revisa, busca o **atesora** cosas sin valor.

Artículo continúa
en la página 2

Etapa intermedia—EA moderada

Tienen lugar los síntomas conductuales y psicológicos y la **falta de criterio** crea problemas de seguridad cuando la persona se queda sola—**puede deambular** y ponerse en riesgo de exposición, envenenamiento, caídas, auto-negligencia o explotación. Necesita ayuda para encontrar el inodoro, usar la ducha, acordarse de beber y vestirse según el clima o la ocasión.

- ✓ Menos preocupación por **la higiene personal**.
- ✓ **Mezcla la identidad de las personas**, como pensar que su mujer es una extraña.
- ✓ Tiene **problemas para reconocer personas familiares** y pertenencias; puede **tomar cosas** que pertenecen a otros.
- ✓ **Repite historias**, palabras o movimientos—como romper pañuelos.
- ✓ Hace **movimientos repetitivos e inquietos** en la tarde o por la noche, como caminar de un lado a otro, revisar los picaportes de las puertas o toquetear las cortinas.
- ✓ **No se puede organizar sus pensamientos** ni seguir explicaciones lógicas.
- ✓ **Se inventa historias** para llenar los vacíos en la memoria. Por ejemplo, podría decir, “Mamá vendrá por mí cuando salga del trabajo.”
- ✓ Puede ser capaz de leer pero **puede no comprender el contenido**.
- ✓ Puede acusar, amenazar, insultar, inquietarse o **comportarse de manera inapropiada**, como patear, golpear, morder, gritar o agarrar.
- ✓ Puede olvidar los **modales de mesa tradicionales**.
- ✓ Puede ver, oír, oler o saborear **cosas que no están allí (alucinaciones)**.
- ✓ Puede **acusar** al cónyuge de tener una aventura o a otros de robar.
- ✓ **Cambio de patrones de sueño**, por ejemplo, duerme con frecuencia o se despierta por la noche creyendo que es hora de ir al trabajo.
- ✓ Tiene una mayor **dificultad para posicionar el cuerpo** para usar el baño o sentarse en una silla.
- ✓ Puede sufrir de **incontinencia** siempre o a veces.
- ✓ Exhibe un **comportamiento sexual inapropiado**, tal vez confundiendo otra persona con su cónyuge.

Etapa Avanzada—EA severa

Requiere **asistencia total** para todas las actividades de la vida diaria; la persona se queda **postrada en cama**.

- ✓ **No se reconoce** a ella misma o a familiares cercanos.
- ✓ La persona habla pero es **difícil o imposible de entender** el contenido de lo que dice; puede quedarse muda o grita repetidamente.
- ✓ Puede **negarse a comer**, se olvida de masticar y tragar.
- ✓ El **control del intestino y la vejiga** se pierde.
- ✓ **Se olvida de cómo caminar** o es demasiado inestable o débil para mantenerse de pie sin ayuda.
- ✓ **Pierde peso** y la piel se vuelve más fina y se desgarrar fácilmente.
- ✓ La persona puede **parecer incómoda** o grita al trasladarla o tocarla.
- ✓ Puede desarrollar **contracturas musculares** (endurecimiento que causa dolor).
- ✓ Puede sufrir convulsiones, infecciones frecuentes, caídas.

Fuente: Adaptado de The Comfort of Home® para la Enfermedad de Alzheimer

Cuide su salud — **El cuidado de un paciente de Alzheimer difícil**

Incluso la persona más difícil tiene que tener un acceso de calidad a la asistencia sanitaria.

Pero realizar esta difícil tarea puede pasar factura a la persona cuidadora.

Para protegerse de los sentimientos negativos, es importante determinar las razones subyacentes del comportamiento desagradable de la persona.

Si es causa de ira, dolor o impotencia, uno será capaz de descubrir la raíz del problema con paciencia y un cuestionamiento tranquilo. Aun así, el/la

cuidador/a nunca se debe dejar intimidar. Siempre debe mantener la calma y, sin embargo, hablar firmemente cuando no pueda permitir ciertas demandas

poco razonables, especialmente, si la salud o la seguridad de la persona está en riesgo.

También es importante tomarse un descanso de las tareas del cuidado antes de que el

estrés se vuelva demasiado difícil de soportar



Duración de las etapas de la Enfermedad de Alzheimer

La etapa *leve* de la EA suele durar unos dos años. La etapa *moderada* puede durar cuatro años. La etapa *severa* puede durar siete años o más. La longitud de cada etapa depende de muchos factores, incluyendo la edad y otras enfermedades de la persona.

¡Vivir riéndose!

Me duele mi rodilla.

Bueno, te estás haciendo mayor.

¡Pero mi otra rodilla tiene la misma edad!



Inspiración

El odio daña al odiado, pero destruye al que odia.

Thomas Hobbes

No caiga – Sea precavido

Las personas que padecen la EA tienen un mayor riesgo de caerse. Debido al incremento del deterioro de la memoria y a unas habilidades para la toma de decisiones pobres, estas personas tratan de caminar sin ayuda aun cuando se les dice que no es seguro hacerlo.

Our Purpose

To provide caregivers with critical information enabling them to do their job with confidence, pride, and competence.

Ordering Info

Caregiver Assistance Newsletter
English and Spanish versions are published 12 times per year. Additional language versions are published quarterly.

From the publishers of

The Comfort of Home®

An Illustrated Step-by-Step Guide for Caregivers

available from...

CareTrust Publications LLC
PO Box 10283, Portland, OR 97296
800-565-1533
or www.comfortofhome.com

Comments and suggestions welcome.

©2015 CareTrust Publications LLC.

All rights reserved. Reproduction of any component of this publication is forbidden without a license from the publisher.

Some content in this publication is excerpted from *The Comfort of Home: An Illustrated Step-by-Step Guide for Caregivers*. It is for informational use and not health advice. It is not meant to replace medical care but to supplement it. The publisher assumes no liability with respect to the accuracy, completeness or application of information presented or the reader's misunderstanding of the text.

CONSEJOS DE SEGURIDAD—Deambular

Es común que una persona que padece la Enfermedad de Alzheimer o una demencia relacionada pasee y se pierda.

Muchos lo hacen de manera *repetida*. Esto puede ser peligroso o, incluso, mortal. El estrés puede pesar mucho en la familia y cuidadores.

MediAlert® + la Asociación de Alzheimer Safe Return® es un servicio de respuesta de emergencia nacional de 24 horas para

las personas que padecen la Enfermedad de Alzheimer o una demencia relacionada que se extravían o tienen una emergencia médica. Proporcionan asistencia las 24 horas del día, sin importar cuándo o dónde haya desaparecido la persona.

Un cuidador o familiar puede inscribir a una persona con demencia en el programa de la Asociación de Alzheimer Safe Return® mediante la presentación de un formulario de inscripción con una cuota de \$55, más \$7 de envío para el paquete. Por \$35 se puede adquirir adicionales un juego de joyas opcionales para el cuidador, que alertará a otros para que cuiden de la persona con demencia si el cuidador se encuentra incapacitado. Después de un año, se paga una cuota de administración anual de \$35.

Llame al **1-888-572-8566** o visite **medicalert.org/safereturn**.



PRÓXIMO EJEMPLAR... DESMAYOS, CAÍDAS Y PRESIÓN ARTERIAL ALTA

Noticias de Cuidado y Asistencia

“ CUIDANDO DE TI... PARA QUE CUIDES DE OTROS. ”

CUESTIONARIO RÁPIDO

Durante la etapa temprana de la Enfermedad de Alzheimer, es común que los cuidadores y las cuidadoras (que puede, incluso, que todavía no se autodenominen así) se pregunten cuántas cosas la persona todavía puede hacer por su cuenta y cuándo deberían intervenir y protegerla. Lea sobre el tema y responda Verdadero o Falso a las siguientes preguntas.

1. Durante la etapa temprana, a la persona le toma más tiempo hacer las tareas de rutina y se molesta si se la apresura o si sucede algo inesperado.
V F
2. Las personas que padecen la EA tienen un mayor riesgo de caídas debido a un mayor deterioro de la memoria y a unas habilidades de toma de decisiones pobres.
V F
3. Todas las personas con la Enfermedad de Alzheimer padecen *todos* los síntomas.
V F
4. Es importante determinar las causas *subyacentes* de la conducta de la persona con Alzheimer.
V F
5. Los efectos de la Enfermedad de Alzheimer cambian con el tiempo.
V F
6. En la última etapa, la persona necesita ayuda total para todas las actividades de la vida diaria.
V F
7. La duración de cada etapa depende de muchos factores, incluyendo la edad de la persona y las otras enfermedades que la persona tiene.
V F
8. En la última etapa, la persona que habla, pero es difícil o imposible de comprender el contenido de lo que dice.
V F
9. En la última etapa, la persona todavía recordará cómo masticar y tragar.
V F
10. El paciente con la EA, a veces, pierde o extravía cosas escondiéndolas en lugares extraños o se olvida de dónde van las cosas, como poner la ropa en el lavaplatos.
V F

Nombre _____

Firma _____ Fecha _____