

El 40% de los casos de alzhéimer está sin diagnosticar

Un diagnóstico temprano del alzhéimer permite iniciar antes el tratamiento y preservar más tiempo la autonomía del paciente. Sin embargo, entre el 35 y el 40% de los casos permanece sin diagnosticar. El doctor José María Jiménez Páez, geriatra de Quirónsalud Córdoba, alerta sobre la importancia de no atribuir los primeros síntomas al envejecimiento normal.

REDACCIÓN

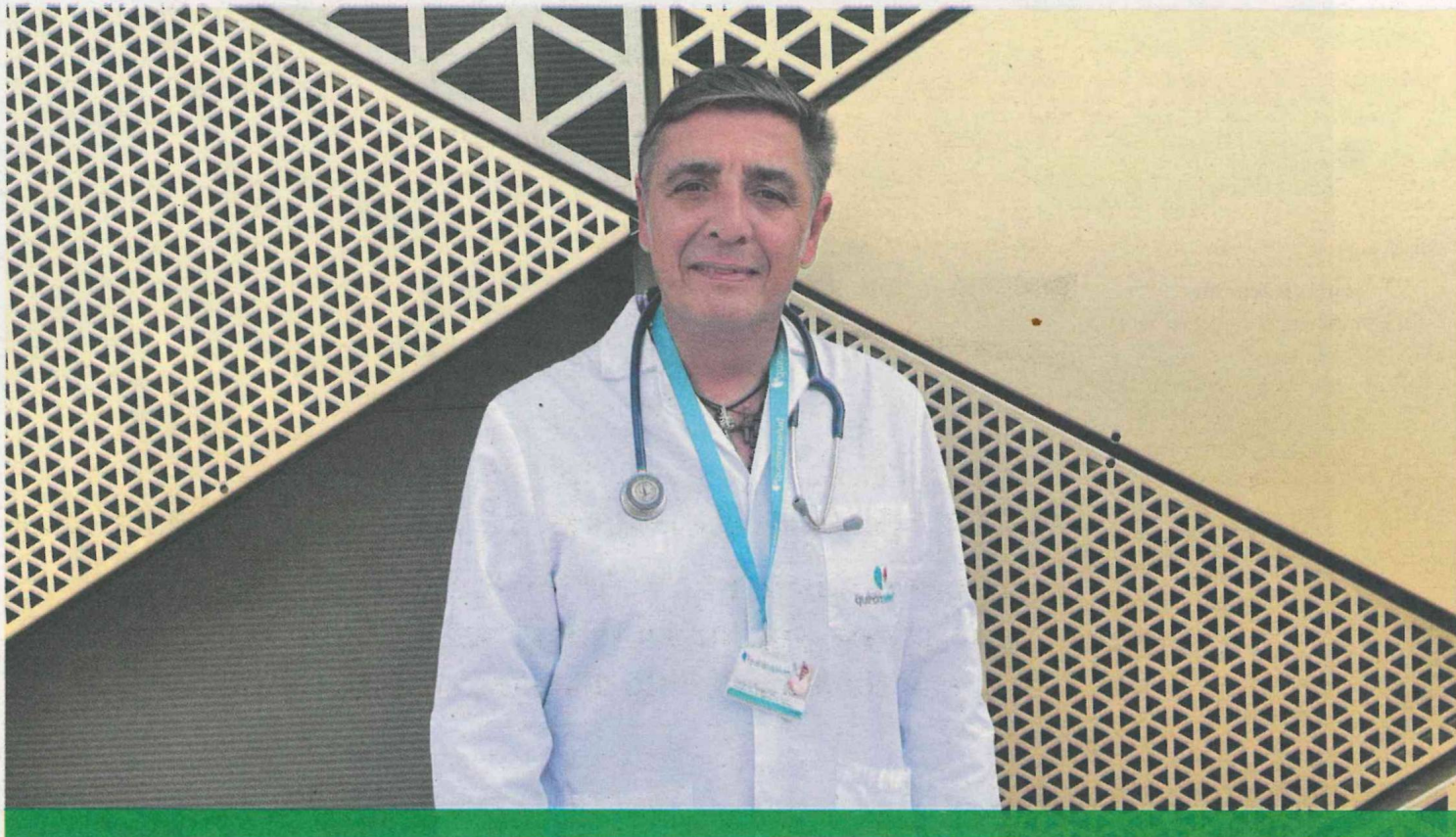
> El envejecimiento progresivo de la población hace que el impacto del alzhéimer siga creciendo. Las previsiones de la Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias (CEAFA) apuntan a que en 2050 España podría alcanzar los **3,6 millones de personas afectadas**, el triple de la cifra actual de aproximadamente 1,2 millones. En el mundo, el número de afectados podría superar los 130 millones.

Síntomas que no deben atribuirse solo a la edad

El alzhéimer es una enfermedad neurodegenerativa que afecta progresivamente a la memoria y a otras capacidades cognitivas, pero sus consecuencias van mucho más allá de los olvidos. A medida que avanza puede interferir en la autonomía, la comunicación, la capacidad para realizar actividades cotidianas y la conducta, con un impacto importante también en el entorno familiar.

Entre las señales de alerta se encuentran los **olvidos frecuentes de hechos recientes**, la repetición de preguntas o historias, la pérdida habitual de objetos, dificultades para encontrar palabras, problemas para realizar tareas conocidas o alteraciones en la orientación, el cálculo y la capacidad de razonamiento. También pueden aparecer cambios en el estado de ánimo o en la conducta.

'Es fundamental no normalizar determinados cambios pen-



El cuidador puede llegar a olvidarse de sí mismo porque toda su atención está centrada en la persona enferma

sando que son propios de la edad y consultar cuando aparecen señales que puedan hacer sospechar un deterioro cognitivo', subraya el doctor Jiménez Páez.

Beneficios del diagnóstico temprano

Detectar la enfermedad en fases iniciales permite conocer mejor la situación de la persona, esta-

blecer un **plan de actuación individualizado** y abordar desde el principio aspectos relacionados con la salud, la funcionalidad y el bienestar emocional. Además, facilita la planificación de los cuidados y la toma de decisiones junto con la familia.

El abordaje del alzhéimer requiere una **atención multidisciplinar y continuada** con

Neurología, Medicina de Familia, Geriátrica y Salud Mental. El seguimiento permite adaptar las intervenciones a las distintas fases de la enfermedad y detectar de manera precoz los cambios que puedan aparecer.

Factores de riesgo modificables

Aunque la edad es uno de los principales factores de riesgo, hay hábitos sobre los que sí es posible actuar. El especialista insiste en la importancia de controlar la **hipertensión, la diabetes y el colesterol**, seguir una alimentación equilibrada, realizar ejercicio

físico de forma habitual, evitar el tabaco y el consumo excesivo de alcohol, cuidar el descanso y mantener una vida social activa.

El cuidador, una figura que también necesita cuidados

La evolución progresiva del alzhéimer hace que la familia, y especialmente la persona que asume el papel de **cuidador principal**, deba afrontar una importante carga física y emocional. El cansancio, la falta de descanso, el estrés mantenido, los cambios en el sueño, la pérdida de apetito o el aislamiento social pueden ser señales de sobrecarga que requieren atención.

'El cuidador puede llegar a olvidarse de sí mismo porque toda su atención está centrada en la persona enferma', señala el doctor Jiménez Páez, quien recuerda que el acompañamiento debe mantenerse durante todo el proceso e incluso después del fallecimiento del familiar. 'Cuando termina una etapa tan intensa de cuidados puede aparecer un vacío muy importante, por lo que tampoco debemos olvidarnos de esa persona cuando deja de ejercer su papel de cuidador'. ■

Para saber más...

El 21 de septiembre se celebra el Día Mundial del Alzheimer, impulsado por Alzheimer's Disease International desde 1994. España cuenta hoy con cerca de 1,2 millones de afectados. La CEAFA agrupa a las asociaciones de familiares y ofrece recursos de apoyo para pacientes y cuidadores en todo el país.

Entre el 35 y el 40% de las personas con alzhéimer está sin diagnosticar y, por tanto, sin recibir ningún tipo de tratamiento