

10 SEÑALES DE ADVERTENCIA

1 CAMBIOS DE MEMORIA QUE DIFICULTAN LA VIDA COTIDIANA

Una de las señales más comunes del Alzheimer, especialmente en las etapas tempranas, es olvidar información recién aprendida. También se olvidan fechas o eventos importantes; se pide la misma información repetidamente; se depende en sistemas de ayuda para la memoria (tales como notitas o dispositivos electrónicos) o en familiares para hacer las cosas que antes uno se hacía solo.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Olvidarse de vez en cuando de nombres o citas pero acordándose de ellos después.

2 DIFICULTAD PARA PLANIFICAR O RESOLVER PROBLEMAS

Algunas personas experimentan cambios en su habilidad de desarrollar y seguir un plan o trabajar con números. Pueden tener dificultad en seguir una receta conocida o manejar las cuentas mensuales. Pueden tener problemas en concentrarse y les puede costar más tiempo hacer cosas ahora que antes.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Hacer errores de vez en cuando al sumar y restar.

3 DIFICULTAD PARA DESEMPEÑAR TAREAS HABITUALES EN LA CASA, EN EL TRABAJO O EN SU TIEMPO LIBRE

A las personas que padecen del Alzheimer muy a menudo se les hace difícil completar tareas cotidianas. A veces pueden tener dificultad en llegar a un lugar conocido, administrar un presupuesto en el trabajo o recordar las reglas de un juego muy conocido.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Necesitar ayuda de vez en cuando para usar el microonda o grabar un programa de televisión.

4 DESORIENTACIÓN DE TIEMPO O LUGAR

A las personas con el mal de Alzheimer se les olvidan las fechas, estaciones y el paso del tiempo. Pueden tener dificultad en comprender algo si no está en proceso en ese instante. Es posible que se les olvide a veces dónde están y cómo llegaron allí.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Confundirse sobre el día de la semana pero darse cuenta después.

5 DIFICULTAD PARA COMPRENDER IMÁGENES VISUALES Y CÓMO OBJETOS SE RELACIONAN UNO AL OTRO EN EL AMBIENTE

Para algunas personas, tener problemas de la vista es una señal del Alzheimer. Pueden tener problemas para leer, juzgar distancias y determinar color o contraste. Con respecto a la percepción, es posible que pasen por un espejo y piensen que alguien más está allí con ellos. Es posible que no reconozcan su propio reflejo en el espejo.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Cambios de la vista relacionados con las cataratas.

6 NUEVOS PROBLEMAS CON EL USO DE PALABRAS EN EL HABLA O LO ESCRITO.

Los que padecen del Alzheimer pueden tener problemas en seguir o participar en una conversación. Es posible, también, que paren en medio de conversar sin idea de cómo seguir o que repitan mucho lo que dicen. Puede ser que luchen por encontrar las palabras correctas o el vocabulario apropiado o que llamen cosas por un nombre incorrecto (como llamar un "lápiz" un "palito para escribir").

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Tener dificultad a veces en encontrar la palabra exacta al hablar.

7 COLOCACIÓN DE OBJETOS FUERA DE LUGAR Y LA FALTA DE HABILIDAD PARA RETRAZAR SUS PASOS

Una persona con el Alzheimer suele colocar cosas fuera de lugar. Se les puede perder cosas sin poder retrazar sus pasos para poder encontrarlas. A veces, es posible que acusen a los demás de robarles. Esto puede ocurrir más frecuentemente con el tiempo.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

De vez en cuando, colocar cosas (como los lentes o el control remoto) en un lugar equivocado.

8 DISMINUCIÓN O FALTA DEL BUEN JUICIO

Las personas que padecen del Alzheimer pueden experimentar cambios en el juicio o en tomar decisiones. Por ejemplo, es posible que regalen grandes cantidades de dinero a las personas que venden productos y servicios por teléfono. Puede ser que presten menos atención al aseo personal.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Tomar una mala decisión de vez en cuando.

9 PÉRDIDA DE INICIATIVA PARA TOMAR PARTE EN EL TRABAJO O EN LAS ACTIVIDADES SOCIALES

Una persona con la enfermedad de Alzheimer puede empezar a perder la iniciativa para ejercer pasatiempos, actividades sociales, proyectos en el trabajo o deportes. Es posible que tengan dificultad en entender los hechos recientes de su equipo favorito o en cómo ejercer su pasatiempo favorito. También pueden evitar tomar parte en actividades sociales a causa de los cambios que han experimentado.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Estar a veces cansado de las obligaciones del trabajo, de familia y sociales.

10 CAMBIOS EN EL HUMOR O LA PERSONALIDAD

El humor y la personalidad de las personas con el Alzheimer pueden cambiar. Pueden llegar a ser confundidas, sospechosas, deprimidas, temerosas o ansiosas. Se pueden enojar fácilmente en casa, en el trabajo, con amigos o en lugares donde están fuera de su ambiente.

¿Qué son cambios típicos relacionados con la edad?

Desarrollar maneras muy específicas de hacer las cosas y enojarse cuando la rutina es interrumpida.

Nota: Los cambios en humor que vienen con la edad también pueden señalar otra condición médica. Consulte a un médico si ve algunos cambios.

Si usted o un ser querido suyo está experimentando cualquiera de las 10 señales de advertencia, favor de consultar a un médico para encontrar la causa. Un diagnóstico temprano le dará la oportunidad de buscar un tratamiento y planear para su futuro.

La oficina local de la Alzheimer's Association le puede ayudar. Visite www.alz.org/10signs o llame al 877-IS IT ALZ.

¿CUÁL ES LA DIFERENCIA?

Puede ser difícil saber la diferencia entre un cambio típico relacionado con la edad y la primera señal de la enfermedad de Alzheimer. Pregúntese si este cambio es algo nuevo. Por ejemplo, si la persona nunca tuvo aptitud para sumar y restar, el tener problemas con esta tarea probablemente no sea una señal de advertencia. Pero si su habilidad de sumar y restar ha deteriorado mucho, debe compartir esa información con un médico.

Algunas personas reconocen cambios en sí mismas antes de que se den cuenta los demás. Otras veces los amigos o los familiares son los primeros en observar que la persona experimenta cambios de memoria, comportamiento o habilidades.

Para ayudar, la Alzheimer's Association ha creado esta lista de señales de advertencia de la enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia. Cada individuo puede experimentar una o más de estas señales a grados diferentes. Si usted nota cualquiera de ellas, favor de consultar a un médico.

SEÑALES DEL ALZHEIMER/DEMENCIA	CAMBIOS TÍPICOS RELACIONADOS CON LA EDAD
El mal juicio y no poder tomar buenas decisiones	Tomar una mala decisión de vez en cuando
Inhabilidad de administrar un presupuesto	Olvidarse de pagar una cuenta
No saber la fecha o la estación del año	Olvidarse de qué día es, pero recordarlo después
Dificultad en seguir una conversación	Olvidarse a veces de qué palabra usar
Colocar objetos fuera de lugar sin poder retrazar sus pasos para poder encontrarlos	Perder las cosas de vez en cuando

Hecho posible por una subvención de
MetLife Foundation
Trabajando hacia una cura del Alzheimer.

Para más información sobre los 10 síntomas de la enfermedad de Alzheimer, favor de contactar a la Alzheimer's Association al 877-IS IT ALZ (877.474.8259) o visite www.alz.org/10signs.

La Alzheimer's Association es la principal organización voluntaria de salud en el cuidado, el apoyo y la investigación del Alzheimer. Nuestra misión es eliminar la enfermedad de Alzheimer por medio de la investigación científica; proporcionar y realizar el cuidado y el apoyo a todos los afectados; y reducir el riesgo de la demencia a través de la promoción de la salud cerebral. Para información 24 horas al día, 7 días de la semana, visite www.alz.org o llame a nuestra Línea de Ayuda al 1.800.272.3900.

10 señales de advertencia de la enfermedad de alzheimer®

La memoria cambia a medida que una persona envejece. Pero una pérdida de memoria que dificulta la vida cotidiana no es una parte normal del envejecimiento. Puede ser un síntoma de la demencia. La demencia es una lenta disminución de la memoria, el pensar y la capacidad de razonar. La forma más común de la demencia es la enfermedad de Alzheimer (al-SAL-mer), un trastorno fatal que resulta en la pérdida de células cerebrales y de la función del cerebro.

Esta lista le puede ayudar a reconocer las señales de advertencia del Alzheimer:

- 1 Cambios de la memoria que dificultan la vida cotidiana
- 2 Dificultad para planificar o resolver problemas
- 3 Dificultad para desempeñar tareas habituales
- 4 Desorientación de tiempo o lugar
- 5 Dificultad para comprender imágenes visuales y cómo objetos se relacionan uno al otro en el ambiente
- 6 Nuevos problemas con el uso de palabras en el habla o lo escrito
- 7 Colocación de objetos fuera de lugar y la falta de habilidad para retrazar sus pasos
- 8 Disminución o falta del buen juicio
- 9 Pérdida de iniciativa para tomar parte en el trabajo o en las actividades sociales
- 10 Cambios en el humor o la personalidad