



AFARABA Y EL COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE ÁLAVA

"Cercanos para ayudarte"

¿Qué es una demencia?

Es un síndrome o conjunto de síntomas relacionados con distintas enfermedades que afectan al cerebro y reducen, entre otras, las capacidades para pensar, memorizar, orientarse, razonar, aprender y comunicarse. Además, las personas que padecen algún tipo de demencia tienen cambios de humor, en la personalidad, apatía y falta de atención produciendo, a veces, descontrol emocional y trastornos en el comportamiento social.

Debido a las alteraciones que va sufriendo el cerebro a nivel fisiológico y por su carácter degenerativo, los diferentes tipos de demencia producen discapacidad y dependencia.

Cuando desde el Centro de Atención Primaria se establece que una persona presenta deterioro cognitivo, se deriva el caso al especialista.

Los profesionales de neurología son quienes realizan el diagnóstico, tanto interpretando pruebas como empleando diferentes escalas de medida que determinan el perfil del deterioro del paciente.

Los tipos de demencia más conocidos son:

- Enfermedad de Alzheimer
- Encefalopatía TDP-43 límbico-predominante relacionada con la edad (LATE).
- Demencia vascular
- Demencia fronto-temporal
- Relacionada con cuerpos de Lewy difusos
- Asociada a la enfermedad de Parkinson
- Ligada a Corea Huntington
- Debida a Enfermedad de Creutzfeldt-Jacob



Estas enfermedades son más frecuentes en personas de edad avanzada pero, en ocasiones, aproximadamente en un 2% de los casos, también pueden afectar a personas en la edad adulta.

¿Por qué es clave realizar una detección precoz?

Porque aunque una persona presente deterioro cognitivo de perfil progresivo o esté diagnosticada de padecer algún tipo de demencia, mientras aún mantenga nivel de conciencia, podrá tomar decisiones anticipadas y adoptar medidas preventivas relevantes de cara al futuro. Asimismo, las personas que están en las situaciones descritas se pueden beneficiar de terapias de psicoestimulación y sus familiares tienen la oportunidad de informarse y formarse.

ALGUNAS PAUTAS QUE NOS PUEDEN AYUDAR A COMUNICARNOS mejor con una persona con deterioro cognitivo leve o demencia

- Manténgase dentro de su campo visual, a ser posible de frente, con los brazos a lo largo del cuerpo y con las manos abiertas
- Utilice un tono de voz calmado y amistoso
- Háblele claro, haga preguntas únicas y no exprese varios mensajes a la vez, sino de uno en uno
- Trate de resumir lo que nos ha dicho
- Asienta cuando le hable
- Pregúntele su nombre y capte su atención repitiéndolo
- Preséntese diciéndole el suyo
- Hágle preguntas con opción
- Explíquele en todo momento lo que vamos a hacer a continuación
- Utilice expresiones de seguimiento como “¿y después?”, “ya”, “desde luego”
- Sonríale y ensalce algo suyo
- Dele tiempo y preste importancia a la comunicación no verbal
- No le contradiga si se equivoca y no intente razonar ni aplicar la lógica
- Sea paciente para intentar comprender sus emociones y sensaciones, y no trate de obligarle a hablar si él o ella no lo desea

Si en su entorno o lugar de trabajo CONOCE A PERSONAS CON ALGUNO DE ESTOS DÉFICITS:

- Olvido de citas y fechas importantes
- Desorientación en el espacio y/o en el tiempo
- No localización de objetos
- Deterioro en la comprensión del lenguaje y cierta confusión para expresarse
- Pérdida de capacidad para recordar hechos recientes o de aquello que le acabamos de decir
- No reconocimiento del valor del dinero o dificultad para administrar adecuadamente sus finanzas
- No seguir las reglas de un juego que practicaba habitualmente
- No identificación de personas cercanas: familiares, amigos, vecinos o profesionales
- No ser capaz de controlar adecuadamente su medicación
- No poder preparar correctamente una comida
- Dificultad para manejar el teléfono o los electrodomésticos
- Dejadéz para la higiene personal o vestirse con ropa no acorde con la climatología

Oriénteles, bien a ellos o a sus familias, para que soliciten una cita en su centro de salud.

Por la complejidad de las necesidades que aparecen en estos casos, desde AFARABA nos ocupamos de proporcionar atención y apoyo, tanto a las personas con deterioro cognitivo leve de perfil degenerativo o con algún tipo de demencia, como a sus familiares a lo largo de todo el proceso, e incluso después de éste.

Tras solicitar una cita en la Asociación, un equipo de profesionales con formación en gerontología y demencias, psicología clínica y educativa, trabajo social, mediación familiar, neuropsicología y psicoestimulación, les atenderá.

¡Acércate a AFARABA! Te informamos y ayudamos

AFARABA, Asociación alavesa de familiares y amigos de personas con Alzheimer y otras demencias.

Avda. de Budapest 29 bajo bis · 01003 Vitoria-Gasteiz.

Tel: 945-246004 · www.afaraba.org · contacto@afaraba.org