

La enfermedad de Alzheimer es un trastorno del cerebro que lentamente destruye la memoria y las habilidades de pensamiento y con el tiempo, la capacidad de realizar hasta las tareas más sencillas.

- A veces, la gente usa los términos “Alzheimer” y “demencia” como si significaran lo mismo, pero hay una diferencia. La demencia se refiere a ciertas enfermedades que llevan a la pérdida de memoria, la capacidad de pensar y razonar, y cambios en el comportamiento. La enfermedad de Alzheimer es un tipo de demencia.
- El riesgo de padecer esta enfermedad aumenta si una persona tiene ciertas variantes genéticas que pueden pasarse de padres a hijos. Sin embargo, en la mayoría de los casos, solamente porque uno de los padres biológicos tenga la enfermedad, no quiere decir que sus hijos también la vayan a tener. Según las investigaciones, es posible que haya varios factores, además de la genética, otros elementos, como el medio ambiente y el estilo de vida (ejercicio, nutrición, tabaquismo y exposición a contaminantes) pueden influir en que una persona desarrolle la enfermedad de Alzheimer.
- Es verdad que, para la mayoría de las personas, los síntomas de la enfermedad de Alzheimer aparecen a mediados de los 65 años y después. Sin embargo, algunas personas pueden tener síntomas mucho antes, incluso en sus treintas.
- Ahora, hay varios medicamentos disponibles para ayudar a tratar los síntomas y hacer que la enfermedad avance más lentamente en algunas personas. También hay varias estrategias de prevención para ayudar a controlar los síntomas de la enfermedad de Alzheimer.
- No hay una manera comprobada para prevenir la enfermedad de Alzheimer. Pero usted puede tomar medidas para ayudar a reducir el riesgo de tenerla. En general, llevar una vida saludable puede reducir los factores de riesgo que se asocian con la enfermedad de Alzheimer y otros problemas relacionados con el envejecimiento. Estos incluyen: controlar su presión arterial, mantener un peso saludable, mantenerse física y mentalmente activo, dormir entre siete y nueve horas cada noche.

Si bien los problemas de memoria son los primeros síntomas de la enfermedad de Alzheimer, no siempre significan que una persona la tiene. Alguno que otro olvido de vez en cuando es normal en el envejecimiento.

Hable con su médico para determinar si los cambios que está observando en su memoria son normales o si podrían ser algo más grave. Obtenga más información sobre qué es normal y qué no lo es con relación a la pérdida de memoria en los siguientes eventos en nuestra comunidad.

- Hoy ◦ miércoles 26 de junio ◦ 4:00 a 5:30 pm ◦ Knock & Drop 4801 Franklin Ave. Des Moines
- Sábado ◦ 29 de junio ◦ 2:00 a 3:30 pm ◦ la Iglesia de Our Lady of the Americas 1271 E. 9th St. Des Moines

Los participantes en estos eventos aprenderán sobre la detección, el diagnóstico y el tratamiento de la enfermedad de Alzheimer. Como familiar o amigo de una persona con la enfermedad de Alzheimer, usted también puede ayudar. Podrá aprender sobre ofrecer apoyo emocional al informarse sobre los cambios en las habilidades de comunicación relacionados con la enfermedad de Alzheimer. Asimismo, encontrará información sobre como ayuda a alguien que esté cuidando a una persona con Alzheimer o una demencia.