

# Cómo saber si me está dando Alzheimer: síntomas y señales de alerta



Las llaves, el nombre de un compañero de clase u olvidar algo que tenías que hacer. Constantemente olvidamos, pero **¿cómo saber si me está dando Alzheimer** o son un simple **despiste**?

La **pérdida de memoria asociada con la edad es común**; sin embargo, la dificultad para recordar fechas, concentrarse, planificar o resolver problemas pueden ser cambios asociados al **Alzheimer**, explica Miguel Ángel Ontiveros, profesor investigador del [Tec de Monterrey](#) campus Toluca

El **Alzheimer** es un **tipo de demencia** que tiene dos formas de presentarse: **familiar**, donde la genética es determinante y que ocurre en menos del **10% de casos**; y la **esporádica**, que aparece en el **90% de pacientes** en el mundo.

La enfermedad empeora con el paso de los años, es progresivo, en el que los **síntomas de demencia** empeoran gradualmente hasta perder la capacidad de mantener una conversación y responder al entorno.

*“De la forma esporádica seguimos estudiando la serie de eventos que detonan esta catástrofe que va a aniquilar las **neuronas del hipocampo**, este circuito neuronal que ayuda a consolidar las memorias operativas a largo plazo”, detalló Ontiveros.*

Alzheimer width="900" loading="lazy">

En **México, un millón 300 mil personas padecen Alzheimer**, lo que representa el 8 por ciento de los adultos mayores en el país, según cifras de la Secretaría de Salud federal,

**La edad es el factor de riesgo más importante** del Alzheimer, entre más grande de edad seamos más probabilidad hay de padecerla.

*“Si un humano **antes de los 65 años** comienza a experimentar **afectaciones cognitivas** muy serias, pues tendría que pensar que algo anda mal.*

*“Es muy difícil que el Alzheimer se presente antes de esa edad, y si se da es por una **forma genética** o **precoz** de la enfermedad”, enfatizó.*

### **Cómo saber si me está dando Alzheimer**

*“**No todos los problemas de memoria son Alzheimer**”, explicó el neurólogo Leonel Adrián Cantú, del [Instituto de Neurología y Neurocirugía](#) del Hospital Zambrano Hellion de [TecSalud](#).*

Los pacientes que van a desarrollar la enfermedad comienzan con problemas leves de memoria y síntomas que debemos identificar:

- Problemas de memoria a corto plazo.

Por ejemplo, algo recién aprendido, conversaciones o fechas importantes.

- Dificultad para orientarse

Sobre todo, en lugares ya conocidos o perderse fácilmente.

- Cambios de personalidad

Alguien que antes era muy alegre y luego de un tiempo hacia acá empieza con cambios en su estado anímico.

- **Pérdida de capacidad de hacer cosas que antes sabía hacer.**

Por ejemplo, seguir una receta de cocina o algo relacionado con su trabajo.

Alzheimer width="900" loading="lazy">

*“Estos son **signos** que podríamos **catalogar como tempranos**, antes de clasificar e identificar si el paciente presenta deterioro cognitivo leve, que es una **etapa previa a una demencia** y que puede ser **Alzheimer**”, detalló el investigador de TecSalud.*

Junto con la afección de la memoria, habilidades cognitivas como la **toma de decisiones que comprometan su vida operativa**, así como las interacciones familiares, sociales, cuadros depresivos y aislamiento se suman a los síntomas.

*“A todo mundo se nos olvidan las cosas, pero **cuando estos olvidos comprometen a los pacientes**, como extraviarse o que no recuerden cómo llegar a casa o el nombre de sus familiares, **es cosa seria**”,* añadió el profesor Ontiveros.

*“A todo mundo se nos olvidan las cosas, pero cuando estos olvidos comprometen a los pacientes, como extraviarse o que no recuerden cómo llegar a casa o el nombre de sus familiares, es cosa seria”.*

Los **familiares** son los **primeros en identificar** que algo no anda bien. Cantú Martínez, de TecSalud aseguró que muchas personas vienen a consultar porque su papá o mamá repite preguntas o historias varias veces.

¿Y el paciente puede identificar sus síntomas? La **capacidad de introspección** para reconocer alguna de estas afecciones también se ve afectada.

*“(Esto) crea un mecanismo de defensa para no reconocer qué está pasando o, que se den cuenta, tratan de poner barreras para **evadir preguntas con indiferencia**”,* explica el neurólogo del Hospital Zambrano Hellion.

### ¿Qué hacer si aparecen las primeras señales de Alzheimer?

La recomendación mayor es tratar de identificar los síntomas para poder intervenir a tiempo.

*“Cuando los familiares identifican **problemas de memoria o patrones anormales** en algún familiar **deben de acudir a revisión de un neurólogo**”,* mencionó el Dr. Cantú Martínez.

En el consultorio, tanto familiares como al paciente, se someten a una evaluación mediante un **interrogatorio**.

*“Con base en los resultados de las evaluaciones hacemos algunas escalas que nos ayudan a medir en qué fallan, no solo en memoria, sino en otros **parámetros cognitivos**. También se solicitan estudios de sangre y de imagen cerebral”.*

La enfermedad de Alzheimer solo se diagnosticaba con total certeza después de la muerte, a través de una biopsia. Sin embargo, esta **serie de estudios permite identificar la enfermedad**.

*“Cuando los familiares identifican problemas de memoria o patrones anormales en algún familiar deben de acudir a revisión de un neurólogo”.*

**El Alzheimer no tiene cura** y en cuanto a los tratamientos se han realizado muchas investigaciones con el objetivo de obtener fármacos que puedan detener o disminuir la enfermedad, pero muchos de ellos han fallado, reconoció el neurólogo de TecSalud.

Toda la **interacción terapéutica-farmacológica** para tratar actualmente este mal es para prácticamente **abatir su avance**, porque el mecanismo detonante de la muerte de neuronas no se detiene.

Y en sí lo que se promueve con los medicamentos es mejorar la **salud cognitiva** de los pacientes a nivel neurológico

Esto se debe a que los cerebros afectados por la enfermedad se han encontrado depósitos anormales de dos proteínas que **destructuran la arquitectura cerebral**, conocidas como **beta-amiloide** y **proteína tau**.

El profesor Ontiveros aseguró que se han dado a conocer evidencias de cómo algunos componentes podrían afectar la agregación de estas proteínas, que de lograrse supondría una **esperanza terapéutica** para avanzar mucho.

### ¿Cómo tratar a la familia con un enfermo de Alzheimer?

Los **familiares y/o cuidadores** son **parte importante del tratamiento** y dependen de la buena o mala evolución de los pacientes.

*“Cuando se trata a un paciente hay que tomar en cuenta que **la familia sufre demasiado también**. El hecho de tener un paciente impacta mucho el seno familiar a **nivel económico, emocional**”,* mencionó el profesor Ontiveros.

Se hacen escalas de cómo se encuentran ellos emocionalmente, se brindan asesorías para que **conozcan mejor la enfermedad**, sepan interactuar y cómo enfrentar los cambios a los largo del tiempo.

*“Son muchas cosas que poco a poco los familiares aprenden con sus pacientes como **mejor alimentación, ejercicio físico y cognitivo** que son parte del material que les sugerimos hacer”,* mencionó el Dr. Cantú.

Alzheimer width="900" loading="lazy">

### 21 de septiembre: Día Mundial del Alzheimer

El **21 de septiembre** se conmemora el **Día Mundial del Alzheimer**, fecha instituida desde 1994 por la [Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#) y la Federación Internacional del Alzheimer.

El Dr. Cantú considera que este día debe ser para concientizar a la población que conforme avance la **esperanza de vida la incidencia** de la enfermedad será mucho mayor, por lo que llamó a los jóvenes a sumarse a las estrategias de prevención del Alzheimer.

*“Necesitamos tener una **mejor alimentación, entrenamiento físico y cognitivo**. Entre más aumentemos nuestra reserva cognitiva y aprendamos cosas diferentes en nuestra juventud y adultez temprana mejor será nuestro futuro”* , finalizó el especialista médico.

**LEE MÁS:**