sep. 18, 2025

El **Alzheimer** es una enfermedad neurodegenerativa: con afectación en la memoria, el aprendizaje, el lenguaje, la orientación, las funciones ejecutivas y la personalidad. Tenemos claro que se suele reconocer a una persona que puede tener la enfermedad por los problemas de memoria que presenta. Pero la enfermedad va mucho más allá de la memoria. Cuando conocemos a una persona a la que se le diagnostica esta enfermedad, las preguntas que nos solemos hacer son: '¿tiene cura?, ¿se puede frenar?'.

Por el momento la respuesta es 'No'. Es una enfermedad irreversible y que empeora de forma gradual. Sin embargo, existen tratamientos farmacológicos para paliar algún síntoma, como la agitación o el insomnio, y **sabemos que se puede ralentizar o prevenir**.

Según las investigaciones, sabemos que el Alzheimer tiene una fase preclínica, que es asintomática y puede producirse hasta 20 años antes de que aparezcan los primeros síntomas. En esta línea se está trabajando para conseguir identificar biomarcadores implicados en esta fase y trabajar en la prevención del desarrollo de la enfermedad**.**

¿Qué se puede hacer cuando la enfermedad ya se ha diagnosticado?

La clave está en el diagnóstico temprano de la enfermedad. Saber identificar los primeros síntomas para ponernos en manos de profesionales y realizar las pruebas neuropsicológicas, de neuroimagen y otras pruebas médicas para afinar en el diagnóstico, apoyado siempre por un informador directo del paciente. Una vez hecho esto, es hora de llamar a la enfermedad por su nombre y ponernos manos a la obra. **Dejar de lado el término obsoleto de demencia senil es vital**.

Los pilares fundamentales de actuación son: dieta saludable y buenos hábitos, controles médicos, llevar a cabo una rutina estricta, y actividad física, cognitiva y social. Todo ello siempre adaptado a la fase de la enfermedad en la que se encuentre la persona.

¿Y qué hago yo con mi familiar? **Un aspecto muchas veces olvidado es el gran papel de los familiares, no reconocido lo suficiente, pese a estar también afectados de forma directa, o indirecta, por la enfermedad**. Es fundamental apoyarles, darles su lugar y visibilizar la importancia de su trabajo no profesional. Estas son algunas de las pautas o estrategias a llevar a cabo por parte de ellas y ellos:

- Mostrar afecto
- Validar emociones
- Evitar discusiones
- No confrontar
- Medir muchísimo la información dada
- Seguir involucrándolas
- Respetar sus tiempos
- Apoyarse en profesionales de la atención primaria, especialistas y profesionales o entidades involucradas en el apoyo social

Es importante ser conscientes de que, aunque la enfermedad cursa con unos síntomas en común, cada persona que la padece es diferente. Desde este punto podemos adaptar la terapia no farmacológica, contando con sus gustos y preferencias, y mantenerlos hasta el final. La dignidad de las personas que sufren esta enfermedad, al igual que las que sufren otro tipo de demencia, es un valor crucial que debemos respetar hasta el final.

DESCARGA AQUÍ NUESTRO EBOOK GRATUITO