

Mal de Alzheimer: Esperanza y ayuda

*****Mal de Alzheimer: Esperanza y ayuda (Parte 1)*****

Narrador

Imagínese que después de 40 años de casado, su esposo se perdió por horas. Cuando finalmente llega a casa, no tiene ni idea dónde o qué estuvo haciendo. Este puede ser un momento decisivo en el que sabe que algo no está bien y quizás tenga que enfrentar la posibilidad de que su esposo sufra de Alzheimer.

Dr. Stephen Aronson, University of Michigan Medical School

La gente pierde la habilidad de reconocer gente, familia, lugares, cosas que solían reconocer y sabían cómo lidiar e interactuar con ellas.

Narrador

El Alzheimer reduce gradualmente la habilidad de la persona de razonar, recordar, imaginar y aprender. Con el tiempo, las habilidades cognitivas, ser capaz de procesar información, tener razonamiento abstracto y habilidades de resolución de problemas, decrecen significativamente, dejando a los pacientes incapaces de hacer tareas simples y funcionar por su cuenta.

Según la Asociación Alzheimer, más de 5 millones de estadounidenses viven con la enfermedad y se espera que ese número aumente. De hecho, la información más reciente de la Asociación Alzheimer estima que 10 millones de personas pertenecientes a la generación de posguerra desarrollarán Alzheimer.

Dr. Bill Thies, Asociación Alzheimer

El mayor factor de riesgo en el mal de Alzheimer es la edad y, obviamente, nuestra población está a punto de pasar por un proceso profundo de envejecimiento.

Narrador

Reconocer el mal de Alzheimer puede no ser fácil. Pero hay que estar pendientes de algunos síntomas. Según la Asociación Alzheimer, existen 10 signos de aviso:

- 1) Pérdida de la memoria
- 2) Dificultad para las tareas cotidianas
- 3) Problemas con el lenguaje
- 4) Desorientación en tiempo y espacio
- 5) Deficiencia o deterioro del juicio
- 6) Problemas con el pensamiento abstracto
- 7) Traspapelar cosas
- 8) Cambios de humor o conducta
- 9) Cambios en la personalidad
- 10) Pérdida de iniciativa

La Dra. Rachele Smith Doody, Directora del Centro del mal de Alzheimer y Trastornos de la Memoria de la Escuela Baylor de Medicina en Houston, dice que la característica más frecuente es el problema de la memoria a corto plazo.

La Dra. Rachele Smith Doody, Directora del Centro del mal de Alzheimer y Trastornos de la Memoria de la Escuela Baylor de Medicina

Si examinas a una persona formalmente, un sello distintivo de Alzheimer es la dificultad de crear recuerdos nuevos y retenerlos por un período de tiempo.

Narrador

Con Alzheimer, las células del cerebro se degeneran rápidamente, y los pacientes al final pierden la habilidad de comunicarse efectivamente al progresar la enfermedad.

Dr. Daniel Kaufer, University of North Carolina

Los cambios que ocurren en el cerebro de pacientes con el Alzheimer son tanto químicos como físicos. La parte normal del envejecimiento involucra algunas reducciones del cerebro por la pérdida gradual de sus

células. No obstante, en Alzheimer este proceso de pérdida de células se acelera, y en las etapas finales de la enfermedad, hasta la tercera parte de la masa cerebral se pierde.

Narrador

El Dr. Bill Thies, Vicepresidente de Asuntos Médicos y Científicos de la Asociación Alzheimer, explica los cambios químicos que se dan en el cerebro de los pacientes con esta enfermedad.

Dr. Bill Thies, Asociación Alzheimer

La proteína amiloide ocurre naturalmente en el cuerpo. Tiende a acumularse en el cerebro de la gente con Alzheimer. Muchos científicos piensan que este amiloide es tóxico y que su toxicidad produce la muerte de las células del cerebro que nosotros asociamos con esta enfermedad.

Dr. Marc Agronin, Miami Jewish Home & Hospital

Lo vemos en el cerebro de todos al envejecer. Pero vemos muchas más en un cerebro con Alzheimer. Y no entendemos completamente a qué se debe este gran aumento en gente con Alzheimer.

Narrador

A continuación, conoceremos a tres pacientes y a sus seres queridos en busca de la forma de manejar esta enfermedad y vivir satisfactoriamente con Alzheimer.

*******Mal de Alzheimer: Esperanza y ayuda (Parte 2)*******

Narrador

Sherry Dellon tiene antecedentes familiares del mal de Alzheimer. Su madre lo padeció, y su hermana ahora vive con la enfermedad. Diagnosticada a los 70 años, Sherry ahora tiene que enfrentar su propia enfermedad.

Sherry Dellon, Paciente

Mis hijos insistían en que yo me estaba poniendo olvidadiza y que debía ir a examinarme.

Alex Dellon, Hijo de Sherry

Con el tiempo, lo que yo había notado en mi mamá es que repetía la misma historia un par de veces, y no recordaba la conversación que tuvimos dos o tres días antes.

Dr. Daniel Kaufer, University of North Carolina

Lo que la gente ya ha aprendido es que pueden recordar en las primeras etapas de la enfermedad, pero la habilidad para establecer recuerdos nuevos es específicamente lo que se les daña al principio.

Alex Dellon, Hijo de Sherry

Las conductas que notamos en mi mamá, que nos hicieron pensar en llevarla a examinarse, fueron en su mayoría las lagunas mentales. Sólo cosas pequeñas, nada grave. A lo mejor olvidaba dónde había puesto alguna cosa. Olvidaba un acontecimiento del que habíamos hablado y a veces la repetición de la misma historia.

Narrador

Sherry se encuentra en las etapas tempranas de Alzheimer. En esta etapa, los pacientes tienen alteración de la memoria y algunas limitaciones funcionales, pero en general son bastante independientes. Hay varias etapas en el mal de Alzheimer, a menudo identificadas como leve, moderada, severa y muy severa. Sabiendo que el incremento de la pérdida de la memoria es inevitable con Alzheimer, justo al ser diagnosticado, es buena idea para los pacientes y cuidadores hacer planes específicos para el futuro.

Dos veces por semana, Walt Kline es voluntario en un banco de comida de Apex, Carolina del Norte. Durante 37 años, fue gerente de IBM, y sus recuerdos de lidiar con clientes son más fáciles de recordar que el día de hoy en el banco de comida.

Walt Kline, Paciente

Un día puede que no tenga nada de memoria, y eso me asusta. Porque no sabes por qué ocurre. ¿Existe alguna razón? ¿Qué hice yo como para olvidarme de todo, sabes? Es espantoso.

Peggy Kline, Esposa de Walt

Cuando las cosas empezaron a cambiar, principalmente era con la personalidad y el olvido de ciertas cosas. Los cambios de personalidad incluyeron más agresividad, más enojos. Creo que es más difícil de aceptar para la persona, la familia y los seres queridos del diagnosticado con Alzheimer o demencia.

Narrador

Después de 18 años de casados, Peggy, la esposa de Walt Kline, se preguntaba si sus conductas anormales se relacionaban con algo que ella hacía incorrectamente.

Peggy Kline, Esposa de Walt

Yo realmente no sé lo que era. De hecho, pensé que era algo que yo estaba haciendo. Pensé que perdía la habilidad para comunicarme con mi esposo. Y luego se olvidaba de cerrar el grifo del agua, apagar la cocina y si le decías algo sobre esas cosas, hacía como si nada hubiera pasado, que no era algo importante.

Dr. Daniel Kaufer, University of North Carolina

Cuando esa pérdida de memoria en detalles específicos es más consistente y progresiva más allá de nombres, acontecimientos recientes u otras cosas que ocurren, es entonces el tipo de problema de memoria asociado con Alzheimer.

Narrador

A continuación, veremos cómo se diagnostica el Alzheimer y qué significa ese diagnóstico para el paciente y para la persona que cuida de él.

*******Mal de Alzheimer: Esperanza y ayuda (Parte 3)*******

Narrador

El mal de Alzheimer es la causa más común de demencia. La demencia es la pérdida de habilidades mentales que afectan las tareas diarias. En pocos casos, la demencia es causada por un problema que puede ser tratado. Entonces, antes de diagnosticar Alzheimer, es importante descartar el hipotiroidismo, sífilis, tumores benignos del cerebro, hematomas en la corteza cerebral y deficiencia de vitamina B12.

La Dra. Rachele Smith Doody, Directora del Centro del mal de Alzheimer y Trastornos de la Memoria de la Escuela Baylor de Medicina

Creo que los centros especializados y médicos clínicos que tratan a muchos pacientes diagnostican bien el mal de Alzheimer.

Narrador

El diagnóstico del mal de Alzheimer es complejo y requiere de análisis de gran alcance.

Dr. Stephen Aronson, University of Michigan Medical School

El mal de Alzheimer se diagnostica mejor por médicos que llevan una cuidadosa historia clínica.

El hecho de que el individuo no esté funcionando de la misma manera en que lo hacía antes es a menudo realmente el mejor indicador de que existe un problema importante.

Narrador

Junto a la historia clínica del paciente, los médicos siempre realizan pruebas cognitivas. Algunos médicos hacen pruebas del estado mental para ver si el Alzheimer está afectando las habilidades de pensar de la persona.

El doctor Dushyant Utamsingh es un médico de atención primaria en Boca Raton, Florida que trata a muchos pacientes con Alzheimer. Él dice que preguntas simples, a menudo llevan a pistas importantes.

Dr. Dushyant Utamsingh, Médico de Atención Primaria

Básicamente, le preguntas al paciente cuál es el año en curso, en qué estación estamos, qué mes es, dónde se encuentra, en qué piso. Le pides que cuente hacia atrás. Luego, le das algunas fotografías y le preguntas que recuerde lo que le mostraste.

Narrador

Además, se realiza un examen neurológico. Este examen pone a prueba el sistema motor del paciente, sus habilidades sensoriales, sus reflejos, coordinación y balance. Los doctores solicitan análisis de sangre, tomografías, radiografías, para descartar otras causas posibles en el cambio cognitivo y pérdida de memoria.

Hoy en día, es más importante que nunca diagnosticar el Alzheimer en forma temprana.

Dr. Green

Es mejor si usted puede diagnosticar el mal de Alzheimer temprano en el proceso de la enfermedad. La razón es que hay tratamientos disponibles, que pueden retrasar algunos de los deterioros funcionales que sufrirá el individuo. Por tanto, puedes mantener ciertas habilidades por más tiempo con estos tratamientos.

Dr. Bill Thies, Asociación Alzheimer

La otra posibilidad de esperanza que ofrecería a la gente con Alzheimer es que cuanto antes identifiquen la enfermedad, más rápidamente podrán llevar bien su vida. Y contarán con algunas ventajas que van a tener en las etapas tempranas de la enfermedad.

Narrador

Además, cuanto más temprano se diagnostique a una persona, más temprano podrá aprovechar la gran red de recursos comunitarios disponibles para darles apoyo y mejorar su calidad de vida.

Dr. Marc Agronin, Miami Jewish Home & Hospital

Desafortunadamente, no podemos decirle a la gente que hay una cura para el Alzheimer, pero sí podemos decirles que existen tratamientos que pueden mejorar los síntomas de la enfermedad.

Narrador

Existen medicamentos que los doctores pueden recetar para reducir el avance de los síntomas relacionados con el Alzheimer. Estos tratamientos no neutralizan el daño hecho a las células del cerebro, pero pueden reducir el ritmo del avance de la enfermedad.

Dr. Stephen Aronson, University of Michigan Medical School

Pero es muy importante, para esta clase de intervenciones, empezar lo más temprano posible en el curso de la enfermedad; por lo cual es muy importante para el individuo ser diagnosticado a tiempo.

Dr. Bill Thies, Asociación Alzheimer

Contamos actualmente con medicamentos que se usan regularmente. Ayudan a la gente y otorgan beneficios.

Narrador

Sherry Dellon fue diagnosticada temprano y comenzó el tratamiento. Ella ve ahora resultados positivos gracias al efecto del medicamento.

Sherry Dellon, Paciente

Creo que puedo asimilar un nombre más rápidamente y si estoy hablando de un lugar y no puedo recordarlo, el nombre de ese lugar me viene a la mente bastante a menudo. Por eso es que creo que la píldora me está ayudando.

Narrador

El doctor Bernie Reisman es un antiguo profesor de la Universidad Brandeis en las afueras de Boston. Elaine, casada por 50 años con Bernie, su cuidadora personal, cree que él empezó a mostrar síntomas tempranos de Alzheimer hace unos 10 años.

Elaine Reisman, Esposa de Bernie

En aquel momento, sus secretarias me decían que él se la pasaba preguntándoles siempre las mismas cosas, una y otra vez.

Narrador

Pero no fue sino hasta unos años después, cuando Bernie se jubiló y Elaine lo ayudó a limpiar su oficina, que ella notó una evidencia clara de que algo estaba realmente mal.

Elaine Reisman, Esposa de Bernie

Abría un archivo con un título y había una mezcla de años y temas. Aquello fue una prueba más para mí de que él estaba teniendo dificultades.

Narrador

Poco tiempo después, se le hizo un diagnóstico, y Bernie empezó a tomar medicamentos para tratar de reducir el progreso de la enfermedad. Por lo general, ha continuado tomando medicamentos desde entonces

Elaine Reisman, Esposa de Bernie

Debido a que han pasado muchos años, es difícil saber si el medicamento está haciendo alguna diferencia.

Narrador

Junto a las terapias farmacológicas, existen otras cosas importantes que los pacientes y cuidadores deben tener presentes.

Dr. Stephen Aronson, University of Michigan Medical School

El individuo con Alzheimer además de obtener los tratamientos médicos apropiados debe permanecer activo.

Dr. Dushyant Utamsingh, Médico de Atención Primaria

Se recomienda hacer ejercicio tres o cuatro veces por semana durante unos 35 a 40 minutos.

Narrador

Para mantenerse activo, Walt Kline concurre a un programa para personas mayores en el Total Life Center, en Raleigh, Carolina del Norte. Michael Boles es el director del Servicio de Día para personas mayores en este centro, lo cual le proporciona un acercamiento integral a pacientes con esta enfermedad.

Michael Boles, Director, Total Life Center

Tratamos a la persona en su conjunto: sus mentes, sus cuerpos, sus espíritus. Y lo hacemos a través de nuestras actividades, a través de la socialización y a través de la seguridad que les ofrecemos.

Durante el transcurso del día, nos vamos a asegurar de que hagan ejercicio físico así están en movimiento y en forma. Van a tener ejercicio cognitivo para poder seguir pensando y usando sus cerebros de manera que les permita continuar hablando, moviéndose, actuando y pensando.

Dr. Daniel Kaufer, University of North Carolina

Aquí es cuando usamos además los recursos comunitarios, como grupos de apoyo y programas de día colectivamente para tratar de maximizar la calidad de vida del paciente y también su seguridad.

Peggy Kline, Esposa de Walt

Entonces, lo que hice fue llamar a la Asociación Alzheimer local y me enteré que tienen un grupo de ayuda para la persona con Alzheimer. De esa manera, sentí que si Walt hablaba con aquella gente que experimentaba las mismas cosas, quizás no se iba a sentir solo.

Narrador

Ejercitar el cerebro puede ayudar también a los pacientes con el mal de Alzheimer.

Dr. Marc Agronin, Miami Jewish Homes and Hospital

Ha habido mucho enfoque en lo que llamamos rehabilitación cognitiva, y la pregunta es, ¿Puedes, de hecho, volver a entrenar a alguien, puedes proporcionarles ejercicios mentales para mejorar su curso?

Narrador

Sherry participa en un estudio de investigación que incluye la rehabilitación cognitiva.

Alex Dellon, Hijo de Sherry

Realizan básicamente ejercicios de funcionalidad cognitiva. Las diferentes formas de hacer cosas, por ejemplo, llevar un diario personal o escribir cosas en un libro, así no se olvidan. Asegurarse de que tomen sus píldoras a tiempo y que escriban en un libro cuando las toman. Es como una clase de recordatorio para ellos.

Dr. Marc Agronin, Miami Jewish Homes and Hospital

Es justamente otra manera de mantener a la persona involucrada activamente en la vida, y eso puede ser muy importante.

Narrador

Pero los familiares y los cuidadores puede que también necesiten apoyo adicional. Además de tratar de nadar a diario mientras Bernie está en el centro de cuidado, Elaine empezó a enseñar teatro en el programa para personas mayores al que concurre Bernie en Brandeis.

Elaine Reisman, Esposa de Bernie

La pasamos bien. Actuamos un poquito, discutimos libros, conversamos sobre el dramaturgo. Es maravilloso. Y ha sido maravilloso para mí porque tengo una vida aparte del Alzheimer.

Narrador

El Alzheimer de Bernie se considera en la etapa moderada de la enfermedad, y se ha puesto más grave en los últimos tres años. Pero Bernie y su familia no están solos.

En última instancia, si todos los pacientes con Alzheimer viven lo suficiente, sufrirán un mal de Alzheimer profundo, lo que significa que no serán capaces ya de cuidarse.

Los pacientes con Alzheimer en esta etapa necesitarán cuidado profesional intensivo. En este punto, se debe considerar la residencia en centros para adultos mayores. Hay cosas importantes que tomar en cuenta al determinar qué nivel de cuidado se necesita y al escoger una residencia para adultos mayores.

CareFinder, una guía en línea de la Asociación Alzheimer, puede ayudar a que esta decisión sea un poco más fácil. Su sitio en Internet es www.alz.org

A continuación, hay esperanza en cuanto a lidiar con Alzheimer. Veremos el futuro de la investigación de la enfermedad cuando regresemos.

*******Mal de Alzheimer: Esperanza y ayuda (Parte 4)*******

Narrador

En este momento, no hay cura para el Alzheimer, pero continúa la búsqueda de medicamentos nuevos y más efectivos para que se pueda manejar mejor. Una de las áreas que ofrece más esperanza es la investigación médica.

Dr. Stephen Aronson, University of Michigan Medical School

Sabemos que los tratamientos disponibles existentes hoy en día, cuando son usados en etapas tempranas, pueden reducir el progreso de los síntomas. Y, además sabemos que la disponibilidad de ensayos clínicos de hoy y los posible ensayos clínicos en el futuro cercano de otros acercamientos a medicaciones más promisorias podrían reducir considerablemente la evolución de la enfermedad.

Narrador

Otra área de enfoque es la prevención del Alzheimer. Puede que éste no sea prevenible, pero los pacientes pueden reducir su riesgo. La investigación sugiere que más ejercicio, actividad física y control de los factores de riesgo vasculares (presión arterial, el peso y la diabetes), pueden reducir la probabilidad de Alzheimer.

Dr. Stephen Aronson, University of Michigan Medical School

Hay muchas cosas que uno puede hacer, si no es la prevención del mal de Alzheimer, al menos bajar el riesgo o retrasar el comienzo de la enfermedad. Generalmente, lo que es bueno para el corazón y para el resto del cuerpo es bueno para el cerebro.

Narrador

Pero si se le diagnostica el mal de Alzheimer, existe esperanza. Hay medicinas que pueden ayudar a controlar los síntomas. Y estar activo puede ayudar a mejorar la calidad de vida.

La Dra. Rachelle Smith Doody, Directora del Centro del mal de Alzheimer y Trastornos de la Memoria de la Escuela Baylor de Medicina

El mal de Alzheimer es una enfermedad crónica con la que la gente puede vivir, y de hecho viven bien con ella. En este momento no podemos prometer ese bienestar a todos, pero ése debe ser nuestro objetivo.

Marc Agronin, MD, Miami Jewish Homes and Hospital

Existe mucho pesimismo sobre la enfermedad porque la gente supone que porque nosotros no podemos curarla, no hay nada que podamos hacer, y eso no es verdad. Hay muchas cosas que podemos hacer, pero el paciente o cuidador tiene que estar dispuesto a participar en el sistema de salud.

Elaine Reisman, Esposa de Bernie

Trato de ver lo que aún tenemos. Aún podemos salir a cenar. Aún concurrimos a conciertos. Aún somos amigos. Es capaz de ir a nadar. Ya sabes, tenemos que aprovechar lo que tenemos.

Peggy Kline, Esposa de Walt

Dijimos que podíamos vencerla en el sentido de que no tenemos que dejar que esta enfermedad nos dirija la vida. Aún podemos controlarla. Aún podemos hacer cosas juntos.

Walt Kline, Paciente

Haré lo que sea que tenga que hacer si sé que eso me va a ayudar. No me importa lo que sea. Si es que va a ayudar, yo me sumo.