

Cómo cambia su cerebro con la edad



Descripción general

Al igual que cada parte de su cuerpo, su cerebro cambia a medida que usted envejece. Y algunos cambios afectan su modo de pensar. Echémosle un vistazo a lo que es normal y hablemos de las cosas que pueden ser motivo de preocupación.

Cambios físicos

¿Cómo cambia el cerebro con la edad? Bueno, suceden unas cuantas cosas. Algunas partes de su cerebro se encogen, incluidas las partes que manejan el aprendizaje y las tareas mentales complejas. Las células cerebrales empiezan a tener problemas para comunicarse entre sí. Es posible que disminuya el flujo sanguíneo del cerebro. Y, el cerebro puede presentar algo de inflamación.

Un cerebro mayor sano

Estos cambios normales pueden afectar la forma en que usted piensa. Es posible que tenga leves problemas de memoria. Puede ser que le resulte difícil enfocarse en más de una cosa a la vez. Y es posible que le resulte un poco más difícil prestar atención. Pero también puede tener cambios positivos. Es posible que note que es más sabio y que tiene una mejor comprensión de las cosas. Y, todavía puede aprender cosas nuevas y mantener su mente ágil.

Cambios perjudiciales

También es posible que su cerebro cambie en formas que no son normales. Por ejemplo, una acumulación de proteínas dañinas produce cosas como la enfermedad de Alzheimer y la demencia. Estos cambios perjudiciales para su salud pueden causar muchos problemas. Es posible que tenga severos problemas de memoria y confusión. Es posible que tenga problemas para cuidar de sí mismo. Todas estas son señales de advertencia de que algo está mal.

Conclusión

Si usted o sus seres queridos están preocupados por la salud de su cerebro, visite a su médico. Su médico averiguará qué es lo que está mal y creará un plan de cuidados que sea el adecuado para usted.