

Documento de Dementia Mayo Clinic

- [Síntomas & causas](#)
- [Diagnóstico y tratamiento](#)
- [Médicos y departamentos](#)
- [Atención en Mayo Clinic](#)

Diagnóstico

Diagnosticar la demencia y su tipo puede ser un desafío. Para diagnosticar la causa de la demencia, el médico debe reconocer el patrón de la pérdida de habilidades y funciones y determinar lo que una persona todavía es capaz de hacer. Más recientemente, los biomarcadores han estado disponibles para hacer un diagnóstico más preciso de la enfermedad de Alzheimer.

Su médico revisará su historial médico y sus síntomas y realizará un examen físico. Es probable que también le pregunte a alguien cercano a usted acerca de sus síntomas.

Ninguna prueba puede diagnosticar la demencia, por lo que es probable que los médicos ejecuten una serie de pruebas que pueden ayudar a identificar el problema.

Pruebas cognitivas y neuropsicológicas

Los médicos evaluarán su capacidad de pensamiento. Varias pruebas miden las habilidades de pensamiento, como la memoria, la orientación, el razonamiento y el juicio, las habilidades lingüísticas y la atención.

Evaluación neurológica

Los médicos evalúan su memoria, lenguaje, percepción visual, atención, resolución de problemas, movimiento, sentidos, equilibrio, reflejos y otras áreas.

Escáneres cerebrales

- **TC o RMN.** Estas exploraciones pueden verificar si hay evidencia de accidente cerebrovascular o sangrado o tumor o hidrocefalia.
- **Pet scans.** Estos pueden mostrar patrones de actividad cerebral y si la proteína amiloide o tau, sellos distintivos de la enfermedad de Alzheimer, se han depositado en el cerebro.

Pruebas de laboratorio

Los análisis de sangre simples pueden detectar problemas físicos que pueden afectar la función cerebral, como la deficiencia de vitamina B-12 o una glándula tiroides hipoactiva. A veces, el líquido cefalorraquídeo se examina para detectar infecciones, inflamación o marcadores de algunas enfermedades degenerativas.

Evaluación psiquiátrica

Un profesional de la salud mental puede determinar si la depresión u otra afección de salud mental está contribuyendo a tus síntomas.

Atención en Mayo Clinic

[Nuestro atento equipo de expertos de Mayo Clinic puede ayudarte con tus problemas de salud relacionados con la demencia](#)[Empieza aquí](#)

Más información

- [Demencia - atención en Mayo Clinic](#)
- [Hemograma completo \(CSC\)](#)
- [Tomografía computarizada](#)

Mostrar más información relacionada

Tratamiento

La mayoría de los tipos de demencia no se pueden curar, pero hay maneras de controlar los síntomas.

Medicamentos

Los siguientes se utilizan para mejorar temporalmente los síntomas de la demencia.

- **Inhibidores de la colinesterasa.** Estos medicamentos, como el donepezil (Aricept), la rivastigmina (Exelon) y la galantamina (Razadyne), funcionan al aumentar los niveles de un mensajero químico involucrado en la memoria y el juicio.

Aunque se usan principalmente para tratar la enfermedad de Alzheimer, estos medicamentos también podrían recetarse para otras demencias, como la demencia vascular, la demencia por enfermedad de Parkinson y la demencia con cuerpos de Lewy.

Los efectos secundarios pueden incluir náuseas, vómitos y diarrea. Otros posibles efectos secundarios incluyen frecuencia cardíaca lenta, desmayos y trastornos del sueño.

- **Memantina.** La memantina (Namenda) funciona regulando la actividad del glutamato, otro mensajero químico involucrado en las funciones cerebrales, como el aprendizaje y la memoria. En algunos casos, la memantina se prescribe con un inhibidor de la colinesterasa.

Un efecto secundario común de la memantina es el mareo.

- **Otros medicamentos.** Es posible que el médico te recete medicamentos para tratar otros síntomas o afecciones, como depresión, trastornos del sueño, alucinaciones, parkinsonismo o agitación.

Terapias

Varios síntomas de demencia y problemas de conducta podrían tratarse inicialmente con enfoques no diversos, como:

- **Terapia ocupacional.** Un terapeuta ocupacional puede mostrarle cómo hacer que su hogar sea más seguro y enseñarle comportamientos de afrontamiento. El propósito es prevenir accidentes, como caídas; controlar el comportamiento y prepararlo para la progresión de la demencia.
- **Modificación del entorno.** Reducir el desorden y el ruido puede hacer que sea más fácil para alguien con demencia concentrarse y funcionar. Es posible que deba ocultar objetos que puedan amenazar la seguridad, como cuchillos y llaves de automóviles. Los sistemas de monitoreo pueden alertarle si la persona con demencia vaga.
- **Simplificación de tareas.** Divida las tareas en pasos más sencillos y concéntrese en el éxito, no en el fracaso. La estructura y la rutina también ayudan a reducir la confusión en las personas con demencia.

[Solicite una cita en Mayo Clinic](#)

Ensayos clínicos

[Explora los estudios de Mayo Clinic](#) que prueban nuevos tratamientos, intervenciones y pruebas como medio para prevenir, detectar, tratar o controlar esta afección.

Estilo de vida y remedios caseros

Los síntomas de demencia y los problemas de conducta progresarán con el tiempo. Los cuidadores y los compañeros de atención pueden probar las siguientes sugerencias:

- **Mejorar la comunicación.** Cuando hable con su ser querido, mantenga el contacto visual. Habla despacio en oraciones simples,

y no apresures la respuesta. Presentar una idea o instrucción a la vez. Utilice gestos e indicaciones, como apuntar a objetos.

- **Fomente el ejercicio.** Los principales beneficios del ejercicio en las personas con demencia incluyen la mejora de la fuerza, el equilibrio y la salud cardiovascular. El ejercicio también puede ayudar con síntomas como la inquietud. Cada vez hay más pruebas de que el ejercicio también protege al cerebro de la demencia, especialmente cuando se combina con una dieta saludable y el tratamiento de los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Algunas investigaciones también muestran que la actividad física podría retardar la progresión del pensamiento deteriorado en las personas con enfermedad de Alzheimer, y puede disminuir los síntomas de la depresión.

- **Participar en la actividad.** Planifique las actividades que la persona con demencia disfruta y puede hacer. Bailar, pintar, cultivar la jardinería, cocinar, cantar y otras actividades pueden ser divertidas, pueden ayudarlo a conectarse con su ser querido y pueden ayudarlo a concentrarse en lo que aún puede hacer.
- **Establecer un ritual nocturno.** El comportamiento es a menudo peor por la noche. Trate de establecer rituales para ir a la cama que sean calmantes y alejados del ruido de la televisión, la limpieza de comidas y los miembros activos de la familia. Deje las luces nocturnas encendidas en el dormitorio, el pasillo y el baño para evitar la desorientación.

Limitar la cafeína, desalentar la siesta y ofrecer oportunidades para hacer ejercicio durante el día podría aliviar la inquietud nocturna.

- **Mantenga un calendario.** Un calendario podría ayudar a su ser querido a recordar los próximos eventos, actividades diarias y

horarios de medicamentos. Considere compartir un calendario con su ser querido.

- **Planifique para el futuro.** Desarrolle un plan con su ser querido mientras pueda participar que identifique las metas para la atención futura. Los grupos de apoyo, los asesores legales, los miembros de la familia y otros podrían ayudar.

Deberá considerar los problemas financieros y legales, las preocupaciones de seguridad y de la vida diaria, y las opciones de atención a largo plazo.

Medicina natural

Se han estudiado varios suplementos dietéticos, remedios herbales y terapias para las personas con demencia. Pero no hay evidencia convincente para ninguno de estos.

Tenga cuidado al considerar tomar suplementos dietéticos, vitaminas o remedios herbales, especialmente si está tomando otros medicamentos. Estos remedios no están regulados, y las afirmaciones sobre sus beneficios no siempre se basan en la investigación científica.

Mientras que algunos estudios sugieren que los suplementos de vitamina E pueden ser útiles para la enfermedad de Alzheimer, los resultados han sido mixtos. Además, las dosis altas de vitamina E pueden plantear riesgos. Por lo general, no se recomienda tomar suplementos de vitamina E, pero incluir alimentos ricos en vitamina E, como los frutos secos, en su dieta.

Otras terapias

Las siguientes técnicas pueden ayudar a reducir la agitación y promover la relajación en las personas con demencia.

- Musicoterapia, que consiste en escuchar música relajante
- Ejercicio ligero

- Ver videos de miembros de la familia
- Terapia con mascotas, que implica el uso de animales, como las visitas de perros, para promover mejores estados de ánimo y comportamientos en personas con demencia
- Aromaterapia, que utiliza aceites vegetales fragantes
- Terapia de masaje
- Arteterapia, que implica crear arte, centrándose en el proceso en lugar del resultado

Afrontamiento y apoyo

Recibir un diagnóstico de demencia puede ser devastador. Deberá considerar muchos detalles para asegurarse de que usted y otros estén lo más preparados posible para lidiar con una condición que es impredecible y progresiva.

Cuidado y apoyo a la persona con la enfermedad

Aquí hay algunas sugerencias que puede tratar de ayudarse a sí mismo a sobrellevar la enfermedad:

- Aprenda sobre la pérdida de memoria, la demencia y la enfermedad de Alzheimer.
- Escribe sobre tus sentimientos en un diario.
- Únase a un grupo de apoyo local.
- Obtenga asesoramiento individual o familiar.
- Hable con un miembro de su comunidad espiritual u otra persona que pueda ayudarlo con sus necesidades espirituales.
- Manténgase activo e involucrado, sea voluntario, haga ejercicio y participe en actividades para personas con pérdida de memoria.

- Pase tiempo con amigos y familiares.
- Participar en una comunidad en línea de personas que están teniendo experiencias similares.
- Encuentre nuevas formas de expresarse, como a través de la pintura, el canto o la escritura.
- Delegue la ayuda con la toma de decisiones a alguien de confianza.

Ayudar a alguien con demencia

Usted puede ayudar a una persona a sobrellevar la enfermedad escuchando, tranquilizando a la persona de que todavía puede disfrutar de la vida, siendo solidario y positivo, y haciendo todo lo posible para ayudar a la persona a conservar la dignidad y el amor propio.

Apoyo a los cuidadores y socios de atención

Proporcionar atención a alguien con demencia es física y emocionalmente exigente. Los sentimientos de ira y culpa, frustración y desánimo, preocupación, dolor y aislamiento social son comunes. Si eres cuidador o compañero de atención de alguien con demencia:

- Aprenda sobre la enfermedad y participe en programas de educación para cuidadores
- Infórmese sobre los servicios de apoyo en su comunidad, como el cuidado de relevo o el cuidado de adultos, que pueden darle un descanso del cuidado a horas programadas durante la semana.
- Pida ayuda a amigos u otros miembros de la familia
- Cuida tu salud física, emocional y espiritual
- Haga preguntas a médicos, trabajadores sociales y otras personas involucradas en el cuidado de su ser querido
- Unirse a un grupo de apoyo

Preparación para la consulta

Lo más probable es que primero veas a tu proveedor de atención primaria si te preocupa la demencia. O bien, es posible que te deriven a un médico capacitado en afecciones del sistema nervioso (neurólogo).

A continuación, encontrarás información que te ayudará a prepararte para la consulta.

Lo que puedes hacer

Cuando hagas la consulta, pregunta si hay algo que deba hacerse con anticipación, como ayunar antes de ciertos exámenes. Haga una lista de:

- **Síntomas**, incluidos los que puedan parecer no estar relacionados con el motivo por el que programó la consulta y cuándo comenzaron
- **Información personal clave**, incluyendo cualquier estrés importante o cambios recientes en la vida y antecedentes médicos familiares
- **Todos los medicamentos**, vitaminas o suplementos que tomas, incluidas las dosis
- **Preguntas para hacerle** al médico

Incluso en las primeras etapas de la demencia, es bueno llevar a un familiar, amigo o cuidador para que te ayude a recordar la información que te dan.

Para la demencia, las preguntas básicas para hacerle al médico incluyen:

- ¿Cuál es la causa probable de mis síntomas?
- ¿Hay otras causas posibles para mis síntomas?
- ¿Qué pruebas son necesarias?

- ¿Es probable que la afección sea temporal o crónica?
- ¿Cuál es el mejor curso de acción?
- ¿Qué alternativas existen al enfoque primario que se está sugiriendo?
- ¿Cómo se puede manejar juntos la demencia y otros problemas de salud?
- ¿Hay folletos u otro material impreso que pueda tener? ¿Qué sitios web recomiendas?

No dude en hacer otras preguntas.

Qué esperar de su médico

Es probable que el médico haga preguntas, como:

- ¿Cuándo comenzaron sus síntomas?
- ¿Los síntomas han sido continuos u ocasionales?
- ¿Qué tan graves son los síntomas?
- ¿Qué, si acaso, parece mejorar los síntomas?
- ¿Qué, si acaso, parece empeorar los síntomas?
- ¿Cómo han interferido los síntomas con su vida?