

Cuidando de un ser querido que padece de enfermedad de Alzheimer

Elaborado por la Asociación Americana de Farmacéuticos. Mejorando el uso de medicamentos. Avanzando la atención a pacientes.

Cuidando de un ser querido que padece de enfermedad de Alzheimer

La enfermedad de Alzheimer (EA) destruye gradualmente las células cerebrales y es la principal causa de demencia. Cuando un ser querido padece de demencia es posible observar que su memoria se deteriora y que además experimenta:

- Dificultad para pensar, tomar decisiones o hallar palabras adecuadas para expresarse
- Confusión y desorientación
- Dificultad para comprender
- Impedimento para realizar las labores cotidianas

La muerte de células cerebrales varía en las distintas personas, por lo que resulta imposible predecir el curso de la enfermedad. La EA puede durar tres años en un individuo y veinte en otro. Tras la aparición de los síntomas iniciales, las personas que padecen de EA viven en promedio 8 años. Inicialmente se pierden las habilidades de la memoria y el pensamiento. Con el tiempo, la enfermedad destruye toda función cerebral y puede ser fatal en una persona que por lo demás se encuentra sana. La causa de la enfermedad es desconocida.

Aproximadamente 3 de cada 4 personas que padecen de EA viven en sus hogares donde son atendidas por familiares y amigos. Los cuidadores no solamente colaboran con las actividades cotidianas sino que además pueden tomar importantes decisiones legales y vigilar los cambios en el comportamiento de su ser querido.

Conozca los medicamentos de su ser querido

La EA es incurable. Los médicos prescriben medicamentos para aliviar los síntomas, reducir la progresión de la enfermedad y posiblemente para retrasar la necesidad de atención en una casa de salud. Actualmente se encuentran disponibles cuatro medicamentos para el tratamiento de la EA:

- Donepezil (Aricept®),
- Tacrina (comercializada como Cognex®),
- Rivastigmina (Exelon®), y
- Galantamina (Reminyl®)

Estos fármacos pertenecen a un grupo de medicamentos denominados inhibidores de la colinesterasa, cuya función consiste en

prevenir la desintegración de un químico cerebral necesario para las habilidades de la memoria y el pensamiento. De los cuatro medicamentos, únicamente el primero (Aricept®) ha demostrado ser efectivo en estudios controlados de un año de duración. Éste se administra sólo una vez al día.

Cualquiera de estos medicamentos puede causar efectos secundarios que consisten en náuseas, vómito, pérdida del apetito y aumento en la frecuencia de movimientos fecales.

Los pacientes que sufren la EA pueden negarse a tomar medicamentos o -en las etapas tardías de la enfermedad- experimentar dificultad para tragar. Pregunte a su farmacéutico si el medicamento se encuentra disponible en forma líquida o si es posible triturarlo y mezclarlo con compota de manzana o pudín. Evite administrar antihistamínicos a su ser querido pues éstos pueden impedir que el medicamento contra la EA funcione debidamente. El cuidador debe consultar a un médico o farmacéutico para conocer opciones alternativas a los antihistamínicos.

Futuros medicamentos y alternativas de tratamiento

Los investigadores están analizando el uso de la vitamina E para reducir el deterioro de las células cerebrales así como medicamentos para manejar la agitación y otros problemas del comportamiento que su ser querido pudiera exhibir.

Aunque se han sugerido diversos tratamientos alternos para la EA—ginko biloba, huperzina A y fosfatidilserina, entre otros—, no se ha demostrado que ninguno sea seguro y eficaz. La pureza de tales sustancias no está garantizada y los efectos secundarios no han sido adecuadamente estudiados. Incluso los suplementos dietéticos que aparentan no ser nocivos pueden causar reacciones perjudiciales o interactuar con los medicamentos prescritos. Nunca administre a su ser querido un tratamiento alternativo sin discutirlo previamente con el profesional responsable de la atención de su salud.

Retos particulares para el cuidador de un paciente con EA

El comportamiento de un paciente con EA puede dificultar su vida como cuidador. Su ser querido puede dejar de recordarlo y actuar de manera extraña—gritar, golpearle, maldecir o vagar lejos de casa. Tales cambios pueden hacer que a usted le resulte difícil creer que se trata de la misma persona que usted conocía antes de enfermarse.

Esta información ha sido desarrollada y difundida por la Asociación Americana de Farmacéuticos mediante un subsidio educativo de Eisai Inc.



American Pharmacists Association®
Improving medication use. Advancing patient care.



Como cuidador, posiblemente usted se convertirá en la memoria de su ser querido. Usted podrá ayudarlo a recordar a sus familiares y amigos, a leer o ver TV, a comprender lo que dicen los demás y a encontrar las palabras precisas para comunicarse. Podrá ayudarlo especialmente a conservar su dignidad personal.

Recomendaciones para el cuidador

Cómo proceder	Evite lo siguiente
Observe cuidadosamente el comportamiento de su ser querido. Las acciones de su ser querido pueden sustituirlas palabras.	Esperar demasiado y criticar las fallos y errores.
Llame frecuentemente por su nombre a su ser querido. Capte su atención antes de continuar.	Interrumpir o apresurar una respuesta.
Al hablar, use frases cortas y palabras sencillas.	Hablar con su ser querido como si se tratara de un niño pequeño. Hablar sobre él como si no estuviera presente.
Conserve un tono de voz calmado y suave.	Proporcionar demasiada información a la vez. Brinde instrucciones detalladas si su ser querido las requiere.
Mantenga a su ser querido realizando actividades sencillas donde pueda utilizar sus capacidades actuales.	Hacer demasiado por su ser querido. Permita que él haga tanto como le sea posible.
Establezca una rutina diaria y aférrase a ella. Preserve la integridad de su entorno—por ejemplo, mantenga el mobiliario en el mismo lugar.	Anunciar los futuros eventos con demasiada antelación. Por ejemplo, espere hasta el día de la cita para informar a su ser querido que irá al médico.
Programa las actividades con anticipación. Por ejemplo, obtenga todo lo que necesitará para el aseo de su ser querido antes de llevarlo al baño.	Demasiadas opciones podrían resultar abrumadoras—por ejemplo, demasiados alimentos en el plato o diversas alternativas de vestuario. No elimine las opciones pero conserve la sencillez de las decisiones.
Instale cerraduras a prueba de niños en los gabinetes que contienen medicamentos, artículos de aseo, alcohol o utensilios peligrosos. Proteja a su ser querido de tales riesgos como si se tratara de un niño pequeño.	Esperar que su ser querido solicite ir al baño. Llévelo aproximadamente cada 3 horas durante el día para evitar accidentes.

La tensión del cuidador

Mientras cuida de su ser querido, necesitará cuidar igualmente de sus necesidades emocionales y físicas. Usted no estará capacitado para ayudarlo si no cuida de su propia salud mental y física. Reconozca la presencia de signos de depresión y agotamiento, así como los cambios en sus otras relaciones. Permita que otros le ayuden o solicite para su ser querido el servicio de atención temporera en su comunidad.

Permanezca informado

Aprender tanto como le sea posible sobre la EA le permitirá cuidar de su ser querido y satisfacer sus propias necesidades como cuidador. Las siguientes organizaciones constituyen buenas fuentes de ayuda e información:

- Asociación de Alzheimer, 800-272-3900, www.alz.org
- Agencia del Envejecimiento, 202-619-0724, www.aoa.dhhs.gov
- Centro de Educación y Referido de la Enfermedad de Alzheimer, 800-438-4380, www.alzheimers.org/adear
- Asociación Americana de Pensionados, 800-424-3410, www.aarp.org
- Hijos de Padres en Envejecimiento, 800-227-7294, www.caps4caregivers.org
- Localizador de Cuidado de Ancianos, 800-677-1116, www.eldercare.gov
- Asociación Nacional de Cuidadores Familiares, 800-896-3650, www.nfcacares.org
- Instituto Nacional de Trastornos Neurológicos y Apoplejía, 800-352-9424, www.ninds.nih.gov/health_and_medical/disorders/alzheimersdisease_doc.htm
- Centro de Información del Instituto Nacional del Envejecimiento, 800-222-2225, www.nia.nih.gov
- Alianza de Cuidadores Familiares, 415-434-3388, www.caregiver.org

Conozca Su Medicina • Conozca Su Farmaceutico