Demencia

Síntomas

Cambios cognitivos

-Pérdida de la memoria, que generalmente es notada por el cónyuge o por otra persona
-Dificultad para comunicarse o encontrar palabras
-Dificultad con las habilidades visuales y espaciales, como perderse mientras se conduce
-Dificultad para razonar o para resolver problemas
-Dificultad para manejar tareas complejas
-Dificultad para planificar y organizar
-Dificultad con la coordinación y las funciones motoras
-Confusión y desorientación

Cambios psicológicos

-Cambios en la personalidad
-Depresión
-ansiedad
-Comportamiento inapropiado
-Paranoia
-Agitación
-Alucinaciones

Demencias progresivas e irreversibles

-Enfermedad de Alzheimer.
-Demencia vascular.
-Demencia con cuerpos de Lewy.
-Demencia frontotemporal.
-Demencia mixta.

Factores de riesgo

que no se pueden cambiar

-La edad.
-Antecedentes familiares.
-Síndrome de Down.

que puedes cambiar

-Dieta y ejercicio.
-Consumo excesivo de alcohol.
-Factores de riesgo cardiovascular.
-Depresión.
-Diabetes.
-Tabaquismo.
-Apnea del sueño.
-Deficiencias vitamínicas y nutricionales.

Trastornos similares a la demencia

-Infecciones y trastornos -inmunitarios.
-Problemas metabólicos y anomalías endocrinas.
-Deficiencias nutricionales.
-Efectos secundarios de los medicamentos.
-Hematomas subdurales.
-Envenenamiento.
-Tumores cerebrales.
-Anoxia.
-Hidrocefalia de presión normal.

Otros trastornos

-Enfermedad de Huntington.
-Lesión cerebral traumática (TBI).
-Enfermedad de Creutzfeldt-Jakob
-Enfermedad de Parkinson..

Causas

daño o la pérdida de las células nerviosas y sus conexiones en el cerebro.

Prevención

-Mantén tu mente activa.
-Realiza actividad física y social.
-Deja de fumar.
-Consume la cantidad suficiente de vitaminas.
-Controla los factores de riesgo cardiovascular.
-Trata los trastornos de salud.
-Sigue una dieta saludable.
-Procura una buena calidad de sueño

Complicaciones

-Mala nutrición.
-Neumonía.
-Incapacidad para realizar tareas de cuidado personal.
-Problemas de seguridad personal.
-Muerte.