



Nombre del tema: Alzheimer

Nombre de la materia: Enfermería geronto-geriátrica.

Nombre de la profesora: María José Hernández Méndez.

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en enfermería

Cuatrimestre: 6to

Grupo: LEN10SSC0123-A

INTRODUCCIÓN



La enfermedad de Alzheimer es un trastorno cerebral que afecta gravemente la memoria, el pensamiento y la capacidad de realizar las actividades cotidianas, es la forma más común de demencia, se manifiesta con mayor frecuencia en personas mayores de 65 años, no es una consecuencia normal del envejecimiento y puede presentarse también en personas más jóvenes, en lo que se conoce como Alzheimer de inicio temprano, esta enfermedad fue descrita por primera vez en 1906 por el neurólogo alemán Alois quien observó en el cerebro de una paciente fallecida una pérdida significativa de células nerviosas, junto con depósitos anormales desde entonces, el estudio del Alzheimer ha avanzado significativamente, pero todavía hoy sigue siendo un desafío médico, debido a su complejidad, impactó y el hecho de que aún no tiene cura.

El Alzheimer se caracteriza principalmente por la acumulación de dos tipos de proteínas anómalas en el cerebro: la beta-amiloide, que forma placas entre las neuronas, y la proteína tau, que se agrupa dentro de las neuronas formando ovillos estas acumulaciones interfieren en el funcionamiento de las células cerebrales, deteriorando las conexiones neuronales y provocando la muerte progresiva de las neuronas como resultado las funciones cognitivas van disminuyendo gradualmente a nivel clínico y la enfermedad suele comenzar de manera insidiosa, con olvidos leves, como no recordar nombres, fechas o dónde se han dejado objetos sin embargo con el paso del tiempo las dificultades se vuelven más evidentes y debilitantes afectando el juicio, la orientación, el lenguaje, la comprensión y el comportamiento.

En etapas avanzadas las personas con Alzheimer pierden la capacidad de reconocer a sus seres queridos, de hablar, de moverse por sí mismas, e incluso de tragar alimentos, lo que hace que necesiten asistencia total el impacto del Alzheimer va mucho más allá de la persona diagnosticada ya que la enfermedad afecta profundamente a las familias, amigos y cuidadores, tanto emocional como económicamente, en el cuidado de una persona con Alzheimer requiere mucha paciencia, comprensión, estructura y apoyo emocional ya que la carga del cuidado suele ser intensa y prolongada.

Actualmente, los tratamientos disponibles no curan la enfermedad, pero pueden ayudar a aliviar los síntomas especialmente en las etapas iniciales y moderadas, mejorando la calidad de vida del paciente la detección precoz, los cuidados personalizados, las terapias cognitivas, el acompañamiento médico y el soporte familiar son fundamentales para manejar la enfermedad de forma adecuada en resumen, el Alzheimer es una enfermedad devastadora que altera profundamente la vida de quienes la padecen y de quienes los rodean comprender su naturaleza, sus efectos y la importancia de un diagnóstico temprano puede ayudar a enfrentar este desafío con mayor preparación y humanidad, y es un paso fundamental hacia una sociedad más empática e inclusiva.

¿QUÉ ES ?



El Alzheimer es una enfermedad cerebral que destruye lentamente las células nerviosas (neuronas). Afecta principalmente a personas mayores y es la causa más común de demencia, un conjunto de síntomas que incluyen pérdida de memoria, dificultades en el lenguaje, cambios de personalidad y problemas para razonar. El Alzheimer es el tipo más común de demencia, representando entre el 60% y 80% de todos los casos. Se caracteriza por una pérdida gradual de las funciones cognitivas como la memoria, el lenguaje, el juicio, el pensamiento lógico y la capacidad para realizar actividades cotidianas. A medida que la enfermedad avanza, también afecta el comportamiento y la personalidad de la persona.

En el Alzheimer se separa en dos proteínas anormales que se acumulan:

Beta-amiloide: forma placas entre las neuronas.

Tau: forma ovillos dentro de las neuronas.

Esto interfiere con la comunicación entre células cerebrales y causa su muerte, provocando el encogimiento del cerebro con el tiempo.

La enfermedad fue descubierta en 1906 por el médico alemán Alois Alzheimer, quien estudió el caso de una mujer llamada Auguste Deter. Él observó cambios anormales en su cerebro después de su muerte, incluyendo: Placas de proteína beta-amiloide y Ovillos neurofibrilares de proteína tau, Desde entonces, la enfermedad lleva su nombre.

¿CUÁLES SON SUS CAUSAS?

Las causas del Alzheimer no se conocen con total certeza, pero los científicos creen que se trata de una combinación de factores genéticos, ambientales y del estilo de vida que afectan al cerebro con el tiempo.

Factores genéticos

Algunas personas heredan genes que aumentan el riesgo de desarrollar Alzheimer, especialmente si hay antecedentes familiares.

El gen APOE-e4 es el más asociado con la enfermedad.

En casos raros (menos del 1%), el Alzheimer es hereditario y aparece antes de los 65 años (Alzheimer de inicio temprano).

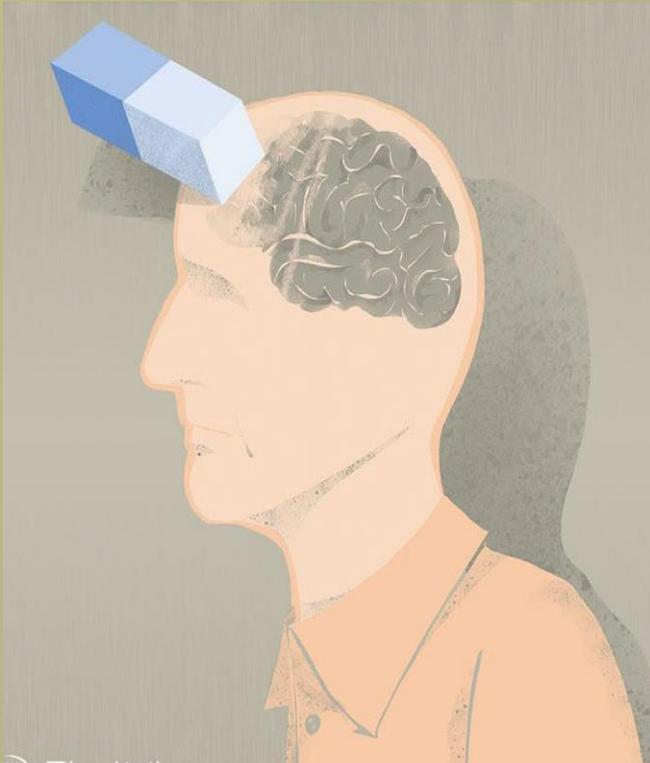
Cambios cerebrales anormales

Acumulación de placas de beta-amiloide: estas proteínas se agrupan fuera de las neuronas e interfieren con la comunicación entre ellas.

Ovillos de proteína tau: se forman dentro de las neuronas y dañan el sistema de transporte interno de la célula estos cambios causan la muerte progresiva de las neuronas.

Edad avanzada

Es el factor de riesgo más importante. A partir de los 65 años, el riesgo se duplica cada 5 años. Sin embargo, no todas las personas mayores desarrollan Alzheimer.



PRIMEROS SÍNTOMAS

Los primeros síntomas del Alzheimer suelen ser sutiles y muchas veces se confunden con el envejecimiento normal. Sin embargo, cuando estos signos interfieren con la vida diaria, es importante prestarles atención ya que sin un tratamiento la enfermedad puede avanzar en un grado más peligroso.

1. Pérdida de memoria reciente

Es el síntoma más común.

Olvidos frecuentes de información nueva, fechas importantes o citas.

Preguntar lo mismo varias veces.

2. Dificultad para planificar o resolver problemas

Se les complica seguir instrucciones o recetas.

Tienen problemas con cálculos simples, como pagar cuentas.

3. Problemas para realizar tareas conocidas

Les cuesta hacer cosas que antes hacían con facilidad (manejar, cocinar, usar un celular).

4. Desorientación en tiempo y lugar

No recuerdan en qué día o año están.

Se pierden en lugares familiares.

5. Dificultad para comprender imágenes o relaciones espaciales

Problemas para leer, juzgar distancias o reconocer objetos.

Pueden tener dificultad para conducir.



¿CUÁLES SON SUS CONSECUENCIAS?

Una de las grandes consecuencias del Alzheimer es el impacto emocional profundo que genera tanto en el paciente como en sus seres queridos para quien lo padece, puede ser angustiante darse cuenta de que está perdiendo capacidades, especialmente en las primeras etapas, cuando aún es consciente de los cambios esta sensación puede generar miedo, frustración y tristeza, ya que la persona va notando que ya no es quien solía ser.

Además, muchas veces la enfermedad lleva a una desconexión total con el entorno, lo que significa que la persona deja de reconocer no solo a familiares y amigos, sino también su propio reflejo o el lugar en el que vive. Esta pérdida de identidad personal puede ser una de las consecuencias más dolorosas del Alzheimer. En las etapas avanzadas, el paciente puede perder la capacidad de hablar, de caminar o incluso de tragar, lo que lo deja en un estado de completa vulnerabilidad.

1. Deterioro cognitivo severo

- Pérdida de memoria a corto y largo plazo.
- Dificultad para hablar, entender y razonar.
- Incapacidad para reconocer rostros, incluso de familiares.
- Desorientación total en tiempo y espacio.

2. Pérdida de habilidades funcionales

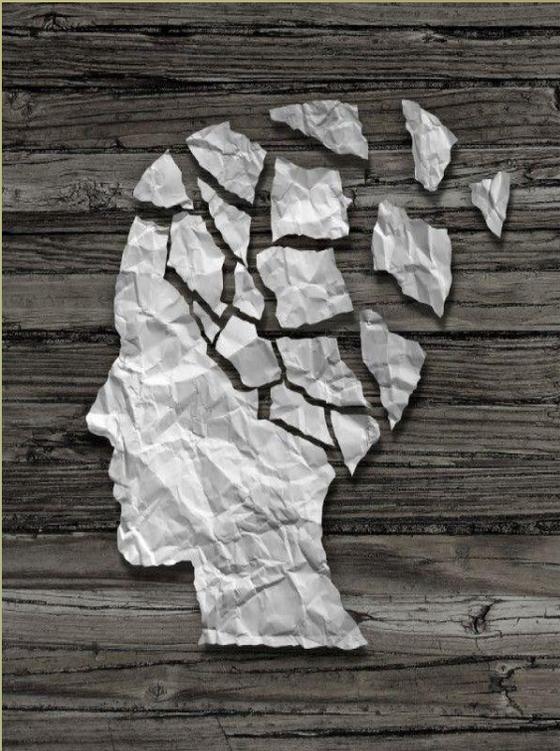
Ya no pueden realizar actividades diarias como:

Vestirse

Comer solos

Usar el baño

Necesitan asistencia total en las etapas avanzadas.



¿QUÉ PROVOCA EL ALZHEIMER?



Uno de los grandes misterios de la enfermedad de Alzheimer es por qué afecta a los adultos mayores la investigación sobre el envejecimiento normal del cerebro está explorando esta cuestión. Por ejemplo, los científicos están aprendiendo cómo los cambios en el cerebro relacionados con la edad pueden dañar las neuronas y afectar a otros tipos de células cerebrales, resultando en el daño que causa la enfermedad de Alzheimer.

Los cambios relacionados con la edad incluyen:

- Encogimiento de ciertas regiones del cerebro
- Inflamación a los vasos sanguíneos
- Producción de moléculas
- Disminución de la producción de energía

ALZHEIMER LEVE

La primera fase del Alzheimer se denomina fase leve y se estima que dura entre 1 y 3 años, aunque estos datos son muy variables ya que dependen de cada persona

Pérdida de memoria. La persona comienza a sufrir pequeños olvidos diarios que no afectan de manera importante a su vida o no recordar citas médicas, preguntar varias veces sobre algo o la pérdida de objetos de uso cotidiano son algunos de los indicadores del Alzheimer en su fase leve.

Dificultades con el lenguaje. Cada vez con más frecuencia no es capaz de encontrar las palabras para expresar correctamente lo que quiere decir.

Cambios en su comportamiento diario. Se va reduciendo la capacidad para decidir por sí mismo, lo que le lleva a perder iniciativa a la hora de realizar actividades. En muchas personas esto afecta a su humor provocándoles altibajos y tendencia al aislamiento.



ALZHEIMER MODERADA



En la etapa moderada de la enfermedad de Alzheimer, las personas experimentan un deterioro cognitivo y funcional más pronunciado, con dificultad para recordar eventos y detalles de su historia personal, así como para realizar tareas cotidianas que requieren más de un paso.

La confusión se vuelve más notable, y las personas pueden tener problemas para reconocer a familiares y amigos

Cuidados en la etapa moderada: Apoyo a la persona con Alzheimer y ayuda para realizar tareas diarias, facilitar la comunicación, y ofrecer un entorno seguro y familiar.

Apoyo a los cuidadores: Es importante que los cuidadores cuenten con apoyo emocional, información y recursos para manejar la enfermedad.

Comunicación clara y simple: Hablar de forma pausada y con frases cortas, utilizando un lenguaje sencillo y evitando demasiadas opciones.

Estimulación cognitiva: Actividades que ayuden a mantener la mente activa, como juegos de memoria, lectura o música.

Atención médica: Es importante que la persona con Alzheimer reciba atención médica regular y que sus cuidadores se informen sobre los tratamientos disponibles.

ALZHEIMER GRAVE



También conocido como etapa tardía o severa de la enfermedad de Alzheimer, se caracteriza por una pérdida significativa de las capacidades cognitivas y funcionales, con una dependencia total de otros para las actividades diarias en esta fase, la persona con Alzheimer puede perder la capacidad de comunicarse, requiere asistencia constante para el cuidado personal y puede pasar la mayor parte del tiempo en cama debido al deterioro físico

La etapa más avanzada de la enfermedad, donde la persona experimenta una pérdida significativa de habilidades cognitivas, funcionales y físicas, requiriendo cuidados constantes y completos por parte de otros.

La pérdida de memoria es el síntoma clave de la enfermedad de Alzheimer, en la primera etapa de la enfermedad, las personas pueden tener problemas para recordar eventos o conversaciones recientes. Con el tiempo, la memoria empeora y se manifiestan otros síntomas al principio, es posible que alguien con la enfermedad reconozca problemas para recordar las cosas y pensar con claridad a medida que los signos y síntomas empeoran, hay más posibilidades de que un familiar o amigo note los problemas.

La enfermedad de Alzheimer dificulta concentrarse y pensar, en especial sobre conceptos abstractos, como los números hacer más de una tarea a la vez resulta especialmente difícil gestionar la economía, poner al día las cuentas y pagar las facturas a tiempo puede ser complicado

FASES DEL ALZHEIMER

Las fases del Alzheimer sirven para entender la progresión de la enfermedad, lo que permite planificar mejor los cuidados y tomar decisiones informadas. Estas etapas ayudan a prever los cambios en la memoria, el comportamiento y las habilidades diarias de la persona afectada, aunque cada individuo experimenta la enfermedad de manera única.

Las pruebas genéticas también pueden indicar si tienes un riesgo más alto de tener la enfermedad de Alzheimer, en particular la aparición temprana de la enfermedad.

Estas pruebas no se recomiendan a todo el mundo pero se puede consultar con un médico para llevar un control médico mejor.

Algunas de estas personas pueden necesitar ayuda para elegir la ropa apropiada para la ocasión o el clima, y para bañarse, afeitarse, usar el baño y otros cuidados personales. Estas personas pierden ocasionalmente el control de los esfínteres lo que puede llevar a una muerte.



¿CUÁNTOS AÑOS VIVE UNA PERSONA?

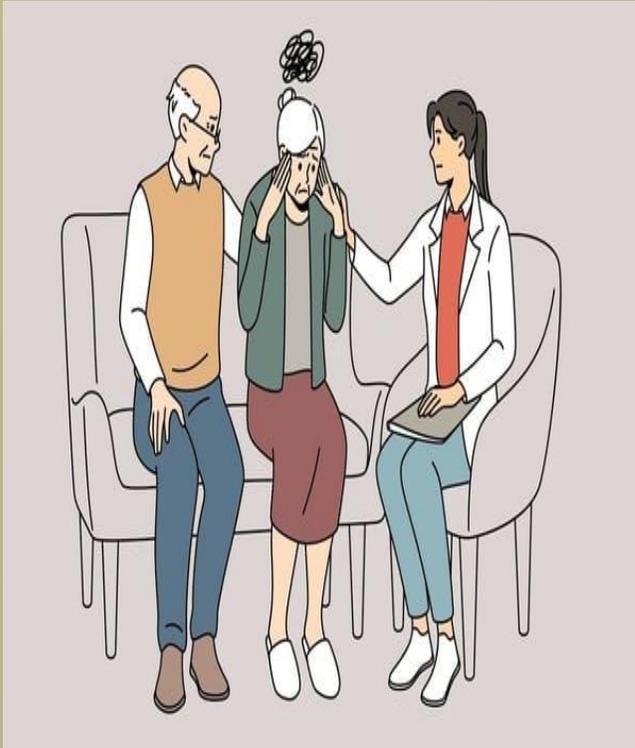


Por lo general, la enfermedad de Alzheimer se diagnostica en la etapa de demencia leve, cuando se hace evidente para la familia y los médicos que una persona está teniendo problemas importantes con la memoria y el pensamiento que afectan el funcionamiento diario.

La duración de la vida de una persona con enfermedad de Alzheimer varía considerablemente, pero en promedio, viven entre 3 y 11 años después del diagnóstico, aunque algunos pueden vivir 20 años o más, la progresión de la enfermedad y la expectativa de vida pueden verse afectadas por diversos factores, incluyendo la edad al momento del diagnóstico o la gravedad de los síntomas iniciales y la presencia de otras enfermedades.

No todas las personas con deterioro cognitivo leve tienen enfermedad de Alzheimer el deterioro cognitivo leve a menudo se diagnostica en función de la revisión de los síntomas y el juicio profesional del proveedor de atención médica pero, si es necesario los mismos procedimientos utilizados para identificar la enfermedad de Alzheimer asintomática pueden ayudar a determinar si el deterioro cognitivo leve se debe a la enfermedad de Alzheimer.

CUIDADOS DE ENFERMERIA



Los cuidados de enfermería en Alzheimer se centran en mejorar la calidad de vida de la persona afectada y de sus cuidadores, brindando apoyo en diversas áreas, desde el manejo de síntomas hasta la adaptación al entorno esto implica una evaluación integral, monitorización constante, manejo de síntomas y la promoción de actividades estimulantes.

Promoción de la actividad y la Estimulación:

- Estimulación Cognitiva: Se implementan actividades que estimulen la memoria, el pensamiento y la creatividad.
- Actividades Físicas: Se promueve la actividad física para mejorar la salud física y mental.
- Actividades Socialmente Significativas: Se fomenta la participación en actividades sociales para mantener el contacto con el entorno y prevenir el aislamiento.

para mejorar la calidad de la atención y la vida de las personas con demencia sus cuidadores deben informarse bien sobre la enfermedad ya que una de las estrategias importantes a largo plazo y pueden ser útiles los programas que enseñan a las familias sobre las diversas etapas de la enfermedad de Alzheimer y sobre las formas de lidiar con los comportamientos difíciles y otros desafíos del cuidado sobre todo buenas habilidades de afrontamiento, apoyo y cuidado.

CONCLUSIÓN

Al llegar al final de este trabajo puedo decir que hablar sobre el Alzheimer, me eh dado cuenta de que esta enfermedad es mucho más que una simple pérdida de memoria es un proceso doloroso y progresivo que va apagando poco a poco la mente y la vida de una persona que como bien lo dice el tema comienza con olvidos pequeños, como no recordar una fecha o el lugar donde se dejaron algunos objetos pero con el tiempo avanza hasta afectar la capacidad de hablar, de reconocer a la familia, de realizar tareas simples, e incluso de cuidar de uno mismo.

Me impactó saber que no existe una cura definitiva, y que cada vez hay más casos en el mundo eso me hace pensar que es una realidad que no podemos ignorar, el Alzheimer no solo afecta a adultos mayores, también deja una huella profunda en quienes los cuidan hijos, nietos, parejas, hermanos, amigos todos sufren de alguna manera al ver cómo la persona que aman cambia, se confunde, se frustra o ya no los reconoce pero a pesar de lo difícil que es también aprendí que con amor, paciencia y empatía se puede marcar una gran diferencia con la persona que tiene Alzheimer puede no recordar nuestro nombre, pero sí puede sentir si la tratamos con cariño o si la ignoramos por eso cuidar no solo es dar medicamentos o ayuda física, sino también dar afecto, compañía y respeto.

A nivel social, me doy cuenta de que aún falta mucha información sobre el tema a veces, por miedo o por ignorancia la gente se aleja de quienes tienen Alzheimer pero no deberíamos alejarnos al contrario deberíamos acercarnos más y acompañar para hablar con ellos sostenerle la mano, recordar con ellos o simplemente estar ahí porque aunque una persona no nos reconozca, eso no significa que no sienta nuestra presencia.

Esta enfermedad es progresiva y, hasta ahora, irreversible ya que al saber que no tiene cura, y que afecta a millones de personas en el mundo, me hace reflexionar sobre la importancia de estar informados y de actuar desde ahora porque el Alzheimer no solo le puede pasar a un abuelo o a una persona mayor, también puede presentarse en personas más jóvenes y cualquier día nos podría tocar vivirlo de cerca.

Esta enfermedad también nos enseña a valorar más el presente muchas veces damos por hecho que la memoria, los recuerdos o la independencia van a estar ahí para siempre, y no es así el Alzheimer nos recuerda lo frágil que es la mente humana y lo importante que es vivir cada momento con atención, cuidando no solo nuestro cuerpo, sino también nuestro cerebro, además, me doy cuenta de lo fundamental que es la prevención y la educación sobre este tema desde jóvenes podemos hacer mucho para cuidar nuestro cerebro comer saludable, dormir bien, evitar el estrés, hacer ejercicio, leer, aprender cosas nuevas, socializar y mantenernos activos mentalmente son acciones pequeñas pero con el tiempo pueden tener un gran impacto en conclusión hablar del Alzheimer es hablar de una enfermedad difícil, pero también es una oportunidad para aprender a ser más humanos y más comprensivos puede ser como una llamada de atención para cuidar a los demás pero también para cuidarnos a nosotros mismos y aunque el Alzheimer borre los recuerdos de quien lo padece, nosotros no debemos olvidar su valor como persona su historia, su vida y su dignidad siguen siendo importantes hasta el último día.

Bibliografía

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/alzheimers-disease/in-depth/alzheimers/art-20048075>

<https://www.alzheimers.gov/es/puedo-prevenir-demencia>