

Si le diagnostican demencia, pregunte:

- ¿Qué cambios esperar a lo largo del tiempo?
- ¿Hay medicamentos o tratamientos que puedan disminuir, invertir o curar los síntomas?
- ¿Es necesario ver un neurólogo?
- ¿Conviene limitar las actividades diarias?
- ¿Con qué frecuencia es necesario visitar al médico?

### ¿POR QUE ES TAN IMPORTANTE SABER SI TIENE DEMENCIA?

La razón principal es que podría haber tratamiento para para lo que da origen a la enfermedad. Detectarla a tiempo y recibir tratamiento adecuado puede permitirle.

- Los tratamientos le pueden proporcionar algún alivio de los síntomas y ayudarle a seguir siendo independiente durante más tiempo.
- Tomar parte en las decisiones sobre sus decisiones de cuidado.

### ¿CÓMO PUEDEN AYUDAR SUS FAMILIARES Y AMIGOS?

Sus familiares y amigos pueden ayudarle a mantenerse activo. También pueden:

- Informarse sobre la demencia y los recursos disponibles.
- Verifique que en el hogar que no haya ningún problema de seguridad.
- Busque grupos de apoyo.
- Establezca recordatorios a través de:
  - Calendarios grandes
  - Listado de los planes del día
  - Instrucciones de cómo utilizar los artículos del hogar.

#### Referencias: Campaña Hable

Lo que debe saber acerca de los problemas de la memoria y la demencia  
Joint Commission

---

Manatí Medical Center  
Calle Hernández Carrión, Urb. Atenas  
Manatí, Puerto Rico  
Programa Educación a Paciente y Familia  
julio 2022



## CONOZCA ACERCA DE LOS PROBLEMAS DE MEMORIA Y LA DEMENCIA

Speak Up

By:

Joint Commission

La información que se provee en este folleto es solo con fines educativos. Es importante que siempre consulte a su médico sobre la condición, tratamientos, seguimientos y servicios.

Es normal que se nos olviden las cosas de vez en cuando. Sin embargo, olvidar cómo se utilizan unas llaves, cómo se hace una llamada por teléfono cómo volver a casa puede ser señal de un problema de memoria serio.

Este folleto educativo le provee información sobre problemas de memoria y demencia. Incluye consejos para la familia y orientación sobre cuándo debería buscar ayuda y qué preguntas debe hacerle a su médico.

Entre los olvidos más comunes en la etapa de la vejez son:

- Olvidar en ocasiones que palabra utilizar
- Perder algunas cosas de vez en cuando
- Tardar más de lo habitual en aprender algo nuevo

## **¿CUÁNDO DEBERÍA PREOCUPARSE POR LOS PROBLEMAS DE MEMORIA?**

Solicite ayuda cuando los problemas de memoria comiencen a interferir con su vida diaria.

## **¿QUÉ CAUSA LOS PROBLEMAS DE MEMORIA?**

Pueden tener muchas causas. Algunos de ellos pueden ser reversibles si se tratan a tiempo. Por eso, es importante ir al médico si tiene problemas. Entre las causas se incluyen:

- Ciertos medicamentos
- Estrés, ansiedad o depresión
- Infecciones en las vías urinarias o de otro tipo
- Problemas de tiroide, hígado o riñón
- Niveles bajos de vitamina B-12
- Lesiones en la cabeza
- Abuso de bebidas alcohólicas
- Accidentes cerebrovasculares
- Algunas enfermedades cerebrales
- Enfermedades graves o crónicas

Es conveniente que un familiar o amigo le acompañe cuando visite a su médico.

Su médico le hará un examen físico y es posible que le solicite alguna prueba o lo envíe a otro médico especialista.

## **¿QUÉ PREGUNTAS DEBE HACERLE AL MÉDICO?**

Haga una lista de los cambios que ha tenido recientemente en su vida o de las cosas que le causan estrés.

- ¿Qué puede estar causando los síntomas? ¿Podría tratarse de los medicamentos o de alguna enfermedad?
- ¿Qué pruebas será necesario realizar?
- ¿Debería ver un especialista?

## **¿QUÉ ES DEMENCIA?**

Es un deterioro o disminución de las facultades mentales relacionadas con la memoria y la razón. La demencia interfiere en la vida y las actividades diarias de la persona. En ocasiones también se producen cambios de personalidad o comportamiento. Ej. Enfermedad de Alzheimer es la forma más común de demencia.