

Diagnóstico de demencia y siguientes pasos

Recibir un diagnóstico de deterioro de la memoria puede resultar abrumador. Obtener información precisa y apoyo puede ayudarlo a comprender qué esperar y qué pasos tomar. Alzheimer's San Diego ofrece muchos programas diseñados para educar y apoyar a las personas con demencia y a sus cuidadores.

Diagnóstico de demencia

Los médicos usan varios métodos y herramientas para determinar si los síntomas de la persona están causados por la enfermedad de Alzheimer. Para diagnosticar a un paciente, los médicos pueden:

- Hacer preguntas a la persona o cuidador sobre su estado general de salud, historial médico, capacidad para llevar a cabo actividades cotidianas y cambios en el comportamiento y la personalidad
- Realizar pruebas para detectar problemas de memoria, resolución de problemas, atención, cálculo y lenguaje
- Ordenar análisis de sangre y orina para identificar otras posibles causas del problema
- Realizar escáneres cerebrales, como tomografías computarizadas (CT), resonancias magnéticas (MRI) o tomografías por emisión de positrones (PET), para descartar otras posibles causas de los síntomas

Estas pruebas pueden repetirse para proporcionar a los médicos información sobre la evolución de la memoria y otras funciones cognitivas a lo largo del tiempo. La enfermedad de Alzheimer solo puede diagnosticarse con certeza después de la muerte.

Las personas con problemas cognitivos o de memoria deben hablar con su médico para averiguar si sus síntomas se deben al Alzheimer o a otra causa, como un ictus, trastornos del sueño, efectos secundarios de medicamentos o una infección. Algunas de estas afecciones pueden ser tratables o reversibles.

Si el diagnóstico es la enfermedad de Alzheimer, empezar el tratamiento en cuanto antes puede ayudar a preservar el funcionamiento diario por un tiempo. Sin embargo, la evolución de la enfermedad no puede detenerse ni revertirse. Un diagnóstico precoz también ayuda a las familias a planear el futuro y brinda a las personas oportunidades de participar en estudios de investigación o ensayos clínicos.

Pasos a seguir tras el diagnóstico

Informarse sobre la enfermedad de Alzheimer y el apoyo local

- Alzheimer's San Diego ofrece muchas clases educativas sobre los aspectos básicos de la enfermedad y sobre los recursos locales.
- Si la persona con un diagnóstico reciente o su cónyuge son veteranos, póngase en contacto con Asuntos de Veteranos (VA).
- Haga citas médicas periódicas de atención primaria y/o especializada con un neurólogo, un neuropsiquiatra o un psiquiatra geriátrico.



alzsd.org
858.492.4400

 Alzheimer's
SAN DIEGO

   
@AlzheimersSD

Diagnóstico de demencia y siguientes pasos

Hacer planes legales, financieros y de cuidados a largo plazo

- Tenga listos y actualizados los documentos legales pertinentes, como testamentos, documentos sobre preferencias de tratamientos médicos y poderes notariales.
- Explore la posibilidad de solicitar ayuda para pagar los medicamentos, la vivienda, el transporte, etc. Infórmese sobre el programa Benefits Check Up del National Council on Aging en www.benefitscheckup.org.

Obtener la ayuda necesaria para las tareas cotidianas

- Use ayudas sencillas para la memoria, como notas adhesivas donde apuntar recordatorios, un pastillero para mantener los medicamentos organizados y un calendario para anotar las citas.
- Pida ayuda a familiares o amigos para cocinar, pagar facturas, el transporte y la compra. Los servicios locales también pueden proporcionar ayuda con estas tareas; llame al 211 o visite www.211.org para encontrar programas en su zona.
- Considere la posibilidad de usar recursos tecnológicos para el manejo de los medicamentos, la seguridad y otros cuidados.

Seguridad en casa y en la carretera

- Si le preocupa manejar por miedo a confundirse o perderse, o bien necesita mucha ayuda para encontrar una dirección, hable con el médico.
- Participe en una evaluación de conducción a través del Departamento de Vehículos de Motor (DMV) u otros programas de conducción.
- Hable con un trabajador social de Alzheimer's San Diego sobre los recursos locales, como las evaluaciones gratuitas de seguridad en casa.
- Considere la posibilidad de unirse a MedicAlert® San Diego y de inscribirse en el Registro Take Me Home de San Diego.

Vida saludable

- Haga ejercicio con regularidad para levantar el ánimo y mantener la salud de los músculos, las articulaciones y el corazón.
- Inscríbese a un gimnasio o a un grupo de caminatas local.
- Siga una dieta equilibrada que incluya frutas, vegetales y cereales integrales.
- Siga disfrutando de las visitas a familiares y amigos, de las aficiones y de salir de casa.

Quienes viven solos

- Identifique a alguien que pueda visitarlo regularmente y que pueda ser un contacto de emergencia.
- Adquiera un sistema de respuesta de emergencia si hay riesgo de caídas. Estos sistemas consisten en un colgante o pulsera especial que sirven para pedir ayuda en caso de caída cuando la persona no puede acceder al teléfono.
- Considere la posibilidad de hablar con su médico para que lo refiera a un terapeuta ocupacional. Los terapeutas ocupacionales pueden ayudar con estrategias para llevar una vida independiente.
- Simplifique su vida cotidiana ciñéndose a lugares, personas y rutinas familiares.

Quienes trabajan

- Considere la posibilidad de reducir las horas de trabajo o cambiar a un puesto menos exigente si el rendimiento laboral se le dificulta.
- Consulte con el departamento de RRHH o el programa de asistencia al empleado de su trabajo. Pueden facilitarle información sobre permisos familiares, beneficios por incapacidad y otros beneficios para los empleados.
- Infórmese sobre los beneficios por incapacidad del Seguro Social a través del programa de subsidios compasivos (Compassionate Allowances). Visite www.ssa.gov/compassionateallowances o llame al 1-800-722-1213 para averiguar si es elegible.

Actualizado 20.2.2025



alzsd.org
858.492.4400

 Alzheimer's
SAN DIEGO

   
@AlzheimersSD