

# *Recuérdame*

---



21 de septiembre. Día que la Asociación Mundial de Alzheimer y la Organización Mundial de la Salud escogieron para celebrar el día Mundial de Alzheimer. Al menos hoy detente, lee estas líneas, quizás ayuden a que cada uno de nosotros comprenda, un poquito mejor, la importancia de detectar y diagnosticar de manera temprana la demencia.

Te mira a los ojos, con la extrañeza insistente de quien le cuesta entender el quién, el dónde, el cómo... Preguntas en círculos una y otra vez. Te nota el cansancio, no entiende porqué te agota contestar interrogantes que ¿ya hizo?

Mira ahora tú a sus ojos, busca, y verás que está todo allí. Puede ser, lo es, difícil. Pero tan solo debes dar alguna pista. Los recuerdos suelen en estos casos perderse, emborronarse tanto que dejan en algún punto de ser. Más no, recuerda tú, recuerden juntos. Rendirse no es la opción, solo un segundo alcanza para revivir.

\*\*\*

21 de septiembre. Día que la Asociación Mundial de Alzheimer (ADI) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) escogieron para celebrar el día Mundial de Alzheimer. Al menos hoy detente, lee estas líneas, quizá ayuden a que cada uno de nosotros comprenda, un poquito mejor, la importancia de detectar y diagnosticar de manera temprana la demencia.

Demencia, sí, esa palabra que viene a ser un término genérico para referirse a diversas enfermedades progresivas del cerebro que afectan la memoria, a otras capacidades cognitivas y al comportamiento, y que hacen que la persona sea cada vez más dependiente de su familia en la medida que se incrementan las dificultades para la comunicación, el pensamiento, la conducta y el deterioro físico. Así la define el Doctor en Ciencias Juan de J. Llibre Rodríguez, profesor e investigador titular del Grupo de Estudios del Alzheimer.

Y el Alzheimer, la forma más común de demencia, que puede, dijo a este rotativo el experto, representar entre un 60 % y 70 % de los casos.

«Todos experimentamos temor a desarrollar en el futuro una demencia, cuidar a nuestros seres queridos con esta condición o interactuar con personas con esta discapacidad». Es digamos, un sentimiento humano.

Pero, aclara, la demencia no es parte del envejecimiento normal, diversas señales de alarma, como la pérdida de la memoria, dificultades en realizar tareas familiares, desorientación en tiempo y espacio, problemas con el lenguaje, juicio disminuido o pobre, dificultad para mantener la secuencia de las cosas, guardar objetos fuera de lugar, cambios de ánimo o conducta, problemas con la relación visoespacial y aislamiento de actividades sociales y de trabajo, deben alertar a la familia para buscar ayuda médica.

\*\*\*

Hay, como él, como ella, 50 millones de personas en todo el mundo que viven con demencia. La mayoría, dos tercios, dicen las estadísticas que son más precisas, lo hacen en los países de bajos y medianos ingresos, y se espera un incremento en cinco veces para el 2050 de las personas que padecen esta enfermedad.

Las apreciaciones hablan incluso de que el costo mundial causado por la demencia alcanzará el trillón de dólares en el 2018, y excederá el valor en el mercado de grandes compañías, como Google, Exxon y Apple. Sí, es mucho el dinero en juego.

Pero el mayor costo, lo sabes, no es ese. Es psicológico, social, de vida...

Los médicos insisten en que un diagnóstico temprano de la demencia es fundamental. Lo avalan las diversas investigaciones que demuestran que solo la mitad de los pacientes están diagnosticados, por lo general en los estadios moderados y más severos de la enfermedad.

«Un diagnóstico temprano permite descartar otras condiciones que pueden causar deterioro cognitivo, empodera a la persona y a sus familiares a estar mejor preparados para lidiar con la progresión de la condición, y con ello la oportunidad de vivir vidas productivas y de mejor calidad por más tiempo. Individuos diagnosticados temprano, tienen la oportunidad única de participar en investigaciones, que puedan identificar nuevos tratamientos, para ayudar a encontrar una cura o mejorar el cuidado», comenta el doctor Llibre Rodríguez.

Y es así. La detección temprana incrementará además la conciencia y la educación sobre la demencia a nivel nacional, y puede ayudar a mejorar el acceso al diagnóstico, tratamiento y cuidado, promoviendo una mejor calidad de vida para las personas que viven con demencia. También contribuye a disminuir el impacto económico de la demencia para las familias, el sistema de salud y la sociedad.

\*\*\*

Tienes miedo. Que esté solo, sola, no es una buena idea. Lo sabes, lo vives, lo sufres.

Eres consciente más que nadie que la persona con demencia depende por lo general de su familia y amigos para su cuidado.

«Con el envejecimiento de la población y el incremento en el número de personas que viven con demencia, es de esperar un aumento en el número de las personas que cuidan y en las necesidades de instituciones de cuidados a largo plazo.

«Los cuidadores proporcionan ayuda en un amplio rango de actividades de la vida diaria desde el manejo del dinero hasta actividades más íntimas como comer, el baño o el vestirse. Los cuidadores, en su inmensa mayoría proporcionan estos cuidados sin recibir compensación económica y en los estadios más avanzados de la enfermedad, sin recibir afecto por el familiar al que dedica la mayor parte de su vida en el cuidado», apunta el experto.

Es, cuántas veces te lo has dicho, de todas las partes, quizá, la más dura.

«El 40% de los cuidadores, sobre todo las hijas, abandonarán su trabajo en la época más productiva de su vida para cuidar».

\*\*\*

Las familias son la piedra angular del cuidado en la mayor parte del mundo y necesitan por tanto educación acerca del cuidado físico y emocional que requiere la persona con demencia. También deben preocuparse por su propia salud, ello mejorará su bienestar y el de la persona que cuida, insiste el doctor Llibre.

Asegura también que el estigma que rodea a la demencia permanece siendo un problema mundial. «Las comunidades amigables, están siendo establecidas en todo el mundo, para educar a las personas acerca de la demencia y para que las comunidades provean una red de apoyo para aquellos afectados y luchar contra el estigma que aún prevalece».

En Cuba, refirió, las investigaciones realizadas sitúan en 160 000 personas, lo que significa que el 1,2% de la población cubana vive con demencia. No es todo, esta cifra alcanzará las 300 000 personas en el año 2040, de no alcanzarse la cura de la enfermedad; o una mayor conciencia de los gestores de salud y de la población acerca de que la prevención mediante estilos de vida saludables y manejo adecuado de las enfermedades crónicas vasculares y sus factores de riesgo, podría reducir el número de enfermos a la mitad en un periodo de cinco a diez años.

No es una afirmación fortuita. Estudios en diversos países europeos están demostrando que el número de casos con demencia está disminuyendo y ello está en relación con cambios en los estilos de vida, que incluye la práctica de ejercicios físicos, la prevención y el mejor tratamiento de las enfermedades cardiovasculares y sus factores de riesgo (fumar, obesidad, colesterol alto), las relaciones sociales y el efecto protector de la educación.

Mientras tanto, vuelva a intentarlo, mire a sus ojos. Recuerden juntos. Y no seas tú quien olvide. A fin de cuentas, él, ella, siguen siendo los mismos.

Escrito por: Lisandra Fariñas Acosta/Granma.



**Radio Habana Cuba**