

21 de septiembre

Día mundial del Alzheimer y otras demencias

¿Qué es la demencia?

El término demencia se utiliza para describir un conjunto de síntomas que aparecen de forma progresiva y se manifiesta principalmente en la pérdida de memoria, cambios en la conducta y la afectación de las habilidades sociales. Existen varios tipos de demencia, siendo la más común, la denominada tipo Alzheimer.



¿Cómo identificar la demencia?

La persona que presenta uno o varios de estos síntomas, debe consultar a un médico:

- Olvidos frecuentes que dificultan la vida diaria
- Confusión respecto de la fecha, hora y/o lugar donde se encuentra en el momento
- Dificultad para planificar una actividad o resolver problemas cotidianos como, por ejemplo, seguir una receta o llevar las cuentas financieras del hogar
- No lograr evocar palabras específicas durante una conversación
- Cambios en la conducta, tales como irritabilidad, ansiedad, confusión y aislamiento



¿Dónde acudir?

Actualmente las demencias son parte de las Garantías Explícitas de Salud (GES), por lo que, si tienes más de 60 años, perteneces a FONASA y presentas algunos de estos signos de alerta, acércate a al Centro de Salud más cercano para acceder de forma gratuita a una consulta médica y evaluación diagnóstica.



Convivir bien con una persona con demencia

Generalmente quienes apoyan a la persona con demencia pertenecen al entorno familiar y la comunidad. Si te encuentras cumpliendo ese rol, te aconsejamos:

- Respetar las opiniones y decisiones de la persona.
- Incitar a la persona a establecer y seguir una rutina diaria que contemple actividades variadas, interacción con otras personas y momentos de descanso.
- Propiciar un entorno amigable en el hogar. Se recomienda tener visibles siempre un calendario y reloj actualizados, y usar etiquetas en las puertas de las habitaciones y de los muebles para evitar la confusión y la desorientación.



***Si deseas obtener más herramientas sobre los cuidados de una persona con demencia, visita el siguiente enlace: <http://www.senama.gob.cl/manual-y-videos-de-apoyo-al-cuidador>**

