

[ESPAÑOL](#)

Problemas médicos comunes en las personas con Alzheimer

[English](#)

A medida que pasa el tiempo, una [persona con Alzheimer](#) puede tener otros problemas médicos, al igual que todas las personas. Estos problemas pueden causar más confusión y cambios en su conducta. Es posible que la persona no tenga la capacidad de decirle qué es lo que le pasa. Esté atento a signos de otras enfermedades y dígame al médico lo que usted observa.

Los problemas médicos más comunes

Fiebre

Tener fiebre significa que la temperatura de una persona está 2 grados arriba de la temperatura normal.

Una fiebre puede ser una señal de:

- Infección, causada por gérmenes
- Deshidratación, causada por falta de líquidos
- Insolación
- Estreñimiento (detalles más adelante en esta sección)

No use un termómetro de vidrio porque la persona puede morder el vidrio. Use un termómetro digital, el cual puede comprar en un supermercado o farmacia.

Gripe y neumonía

Estas enfermedades son transmitidas rápidamente de una persona a otra y las personas con Alzheimer tienen mayor riesgo de contraerlas. **Asegúrese que la persona con Alzheimer reciba una vacuna contra la gripe cada año y una vacuna contra la neumonía una vez después de que cumpla 65 años. Algunas personas mayores necesitan recibir más de una vacuna contra la neumonía.** Las vacunas reducen la posibilidad de que una persona contraiga gripe o neumonía. Para más información sobre estas enfermedades, visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention) en www.cdc.gov (inglés y español).

Llame al médico

Llame al médico inmediatamente si la persona con Alzheimer tiene fiebre.

La gripe y la neumonía pueden causar:

- Fiebre (No todas las personas con neumonía tienen fiebre.)
- Escalofríos
- Dolores y molestias
- Vómito
- Tos
- Problema para respirar

Asegúrese que la persona visite al médico

Asegúrese que la persona con Alzheimer vea a un profesional de salud regularmente. Esto es lo mejor que usted puede hacer para prevenir los problemas médicos.

Caídas

A medida que la enfermedad de Alzheimer empeora, la persona puede empezar a tener dificultades para caminar y mantener el balance. Su sentido de percepción y **profundidad** también puede ser alterado, lo cual afecta su habilidad de calcular distancias. Por ejemplo, una persona con Alzheimer puede tratar de tomar un paso hacia abajo al caminar de un piso alfombrado a un piso con azulejo, como si hubiese un escalón. Esto pone a la persona en riesgo de sufrir caídas.

Para reducir el riesgo de una caída:

- Limpie el desorden.
- Quite los tapetes.
- Use sillas con brazos.
- Instale barras de apoyo en el baño.
- Use buena iluminación.
- Asegúrese que la persona use zapatos resistentes con buena tracción.

Deshidratación

Nuestros cuerpos deben tener cierta cantidad de agua para funcionar bien. Si una persona está enferma o no bebe suficiente líquido, se puede deshidratar.

Ponga atención a los siguientes signos de deshidratación:

- Boca seca
- Mareos
- Alucinaciones (No olvide que las alucinaciones pueden ser causadas por la misma enfermedad de Alzheimer.)
- Palpitaciones cardíacas rápidas

Esté al tanto de cuánto líquido está bebiendo la persona. Esto es aún más importante en la temporada de calor o en los hogares sin aire acondicionado. También note si hay signos de deshidratación durante los meses de invierno,

cuando la calefacción en el hogar puede crear mucho aire seco.

Estreñimiento

Una persona puede sufrir de estreñimiento —la dificultad para lograr evacuaciones intestinales—cuando:

- Cambia lo que come
- Toma ciertos medicamentos, incluyendo Namenda®
- Hace menos ejercicio de lo normal
- Bebe menos líquidos de lo normal
- Trate de hacer que la persona beba por lo menos 6 vasos de líquido al día.



Además de agua, otras buenas fuentes de líquidos incluyen:

- Jugo, especialmente jugo de ciruela
- Gelatina, como Jell-O®
- Sopa
- Leche o helado derretido
- Café y té descafeinados
- Cereal en forma líquida, como Cream of Wheat® (crema de trigo)

Trate de que la persona coma alimentos altos en fibra. Comidas como albaricoques secos, pasas o ciruelas y algunos cereales secos o frijoles de soya pueden aliviar el estreñimiento.

Si es posible, asegúrese que la persona haga algo de ejercicio cada día, como caminar. Llame al médico si usted nota un cambio en los hábitos de las evacuaciones intestinales de la persona.

Diarrea

Algunos medicamentos, incluso los medicamentos para tratar el Alzheimer, pueden causar diarrea, o sea, evacuaciones intestinales flojas. Ciertos problemas médicos también pueden causar diarrea. Asegúrese que la persona tome mucho líquido cuando tenga diarrea. Además, infórmele al médico sobre este problema.

Incontinencia

La incontinencia significa que una persona no puede controlar su vejiga y/o intestinos. Esto puede pasar en cualquier etapa de la enfermedad de Alzheimer, pero frecuentemente tiende a ser un problema en las etapas más avanzadas. Las señales de estos problemas son goteos de orina, problemas vaciando la vejiga y ropa interior y sábanas sucias. Infórmele al médico si esto pasa. A veces los médicos pueden tratar la causa de este problema.

Estos son unos ejemplos de cosas que pueden ser tratadas:

- Una infección urinaria
- Una glándula prostática agrandada
- Muy poco líquido en el cuerpo (deshidratación)
- Una diabetes que no está siendo tratada
- Si la persona toma muchos diuréticos
- Si la persona bebe mucha cafeína
- Si la persona toma medicamentos que hacen difícil retener la orina

Cuando usted hable con el médico, esté listo para contestar las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles medicamentos está tomando la persona?
- ¿La persona gotea orina cuando se ríe, tose o levanta algo?
- ¿La persona orina con frecuencia?
- ¿La persona puede llegar a tiempo al baño?
- ¿La persona orina en lugares que no son el baño?
- ¿La persona está ensuciando su ropa o las sábanas cada noche?
- ¿Estos problemas pasan cada día o de vez en cuando?

Estas son algunas maneras de enfrentar la incontinencia:

- Recuérdele a la persona de ir al baño cada 2 a 3 horas.
- Muéstrela cómo llegar al baño o llévela.
- Asegúrese de que la persona use ropa suelta y cómoda que sea fácil de quitar.
- Limite los líquidos después de las 6 de la tarde, si la persona tiene problemas en la noche. No le dé líquidos con cafeína, como café o té.
- Si la persona tiene sed antes de la hora de dormir, dele fruta fresca en vez de líquidos.
- Marque la puerta del baño con un letrero grande que diga “Inodoro” o “Baño”.
- Use un asiento especial para la taza del inodoro que sea estable y que esté a una altura adecuada. Usar un asiento colorido puede ayudar a la persona a identificar el inodoro. Los asientos elevados para el inodoro se pueden comprar en las tiendas de suministros médicos.
- Si es necesario, ayude a la persona cuando tenga que usar un baño público. Esto puede significar que usted tenga que meterse en el propio cubículo individual del baño con la persona o usar un baño de familia o privado.

Cosas que usted puede querer comprar y usar:

- Ropa interior o calzones desechables para adultos, protectores de cama y protectores de colchones resistentes al agua. Usted puede comprar estos productos en las farmacias y tiendas de suministros médicos.
- Una bolsa sanitaria drenable para la persona que ya no puede controlar sus evacuaciones intestinales. Hable con una enfermera sobre cómo usar este producto.

Algunas personas encuentran útil mantener un registro de cuántos alimentos y líquidos la persona consume y qué tan seguido van al baño. Usted puede usar esta información para hacer un horario de cuándo la persona necesita ir al baño.

Alerta sobre el dolor

Recuerde siempre que es posible que la persona con Alzheimer tenga dolor, pero no pueda decírselo. Observe la cara de la persona para ver si muestra signos de dolor o de que no se siente bien. También esté atento a cualquier cambio brusco en la conducta de la persona, tal como gritos o golpes. Si no está seguro de qué hacer, llame al médico y pídale ayuda.

Problemas dentales

A medida que el Alzheimer empeora, las personas que padecen de esta enfermedad necesitan ayuda para cuidar de sus dientes o dentaduras.

Revise la boca de la persona para ver si tiene algunos de los siguientes problemas:

- Llagas
- Dientes con caries
- Comida atrapada en el cachete o en el paladar
- Bultos

Asegúrese de llevar a la persona a sus chequeos dentales. Algunas personas necesitan medicamentos para calmarse antes de ver el dentista.

Otros problemas médicos

Una persona con Alzheimer puede tener los mismos problemas médicos que muchas de las personas mayores. Las investigaciones sugieren que algunos de estos problemas médicos pueden estar relacionados con el Alzheimer.

Por ejemplo, algunos de los problemas circulatorios del corazón y la sangre, los derrames cerebrales y la diabetes son más comunes en personas con Alzheimer que en la población general. Las enfermedades causadas por infecciones también son comunes.

Visitar al médico

Es importante que la persona con Alzheimer reciba atención médica regularmente.

Estos son algunos consejos para ayudarle a prepararse para una visita al médico:

- Haga una cita durante el mejor tiempo del día para la persona y cuando la oficina no esté muy llena.
- Informe al personal de la oficina antes de la visita que la persona padece de Alzheimer. Pídale ayuda para hacer que la visita se realice sin contratiempos.
- Si la persona con Alzheimer se pone nerviosa con las visitas al médico, no le informe sobre la visita hasta el día de la cita o incluso justo antes que sea tiempo de ir al médico. Sea positivo y directo.
- Lleve a la visita algo que le guste comer o beber a la persona y cualquier objeto o actividad que disfruta.
- Pídale a un amigo o familiar que lo acompañe, para que uno de ustedes se pueda quedar con la persona mientras el otro habla con el médico.
- Lleve un resumen breve del historial médico de la persona que incluya información sobre su médico de cabecera y una lista de todos los medicamentos que actualmente toma.

Ir a la sala de emergencias

Un viaje a la sala de emergencias puede ser muy estresante para ambos, la persona con Alzheimer y la persona que la cuida.

Estas son algunas maneras para enfrentar las visitas a la sala de emergencias:

- Lleve una lista de los medicamentos, tarjetas de seguro médico, el nombre y número de teléfono del médico de cabecera y una copia de las directrices anticipadas. Las directrices anticipadas son documentos firmados tales como un testamento vital, que detallan los deseos del paciente sobre el cuidado médico al final de su vida.
- Pídale a un amigo o familiar que lo acompañe a o se encuentre con usted en la sala de emergencias. Él o ella puede quedarse con la persona enferma mientras usted contesta las preguntas del personal.
- Esté listo para explicar los síntomas y eventos que ocurrieron antes de la visita a la sala de emergencias. Es posible que tenga que repetir esto más de una vez a diferentes miembros del personal.
- Dígale al personal de la sala de emergencias que la persona tiene Alzheimer. Explíqueles cuál es la mejor forma de hablar con la persona.

Si la persona con Alzheimer tiene que pasar la noche en el hospital, trate de que un amigo o familiar se quede con él o ella.

Para más información

NIA Alzheimer's and related Dementias Education and Referral (ADEAR) Center (Centro de Educación y Referencia sobre el Alzheimer y las Demencias Relacionadas)

800-438-4380

adear@nia.nih.gov

www.nia.nih.gov/health/alzheimers (en inglés)

www.nia.nih.gov/health/spanish/alzheimer (en español)

El Centro ADEAR del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento ofrece información y publicaciones impresas gratuitas sobre la enfermedad de Alzheimer y las demencias relacionadas para familias, cuidadores y profesionales de la salud. El personal del Centro ADEAR responde a las solicitudes hechas por teléfono, por correo electrónico y por escrito, y dirige a las personas hacia recursos locales y nacionales.

Alzheimers.gov

www.alzheimers.gov/es (en español)

Explore el sitio web Alzheimers.gov para obtener información y recursos del gobierno federal sobre la enfermedad de Alzheimer y las demencias relacionadas.

Mayo Clinic

(Clínica Mayo)

www.mayoclinic.org/patient-care-and-health-information

www.mayoclinic.org/es-es/patient-care-and-health-information

Alzheimer's Association

(Asociación de Alzheimer)

800-272-3900

866-403-3073 (TTY)

info@alz.org