

Recurso descargable:

Preguntas sobre la enfermedad de Alzheimer

Antes de ir a la consulta

Anota cualquier cambio que tú o personas cercanas hayan notado, cuándo empezaron y si están empeorando. Algunos ejemplos podrían ser:

- ☐ Hacer las mismas preguntas una y otra vez
- ☐ Olvidar fechas o eventos importantes en forma frecuente
- ☐ Depender de amigos o familiares para tareas que solías hacer sola
- ☐ Dificultad para realizar tareas cotidianas tales como cocinar, pagar cuentas o recordar cómo usar un electrodoméstico
- ☐ Perderse en áreas conocidas
- ☐ Dificultad para encontrar las palabras correctas durante conversaciones cotidianas
- ☐ Cambios de estado de ánimo
- ☐ Alejarte de actividades sociales

Prepara una lista de todos los trastornos médicos que tengas y de todos los medicamentos que tomes, incluyendo fármacos de venta sin receta, vitaminas y suplementos. También indica si algún padre, hermano u otro pariente cercano tiene o tuvo la enfermedad de Alzheimer.

También puedes pedir a un familiar o amigo de confianza que vaya contigo a la consulta. Podría ayudarte, escuchando la conversación, tomando notas, recordándote ciertos asuntos y haciendo preguntas en tu representación, si eso te parece bien.

Durante tu consulta

Hablar con un profesional clínico sobre tus preocupaciones puede ser sobrecogedor porque hay mucho que debes recordar y ya te preocupa tu memoria, esa es la razón de la consulta. Tú o tu acompañante pueden tomar notas o podría ser conveniente que graves la consulta, con el permiso del profesional clínico. De esta forma, podrás oírla nuevamente para ver si hay algo que no escuchaste o que entendiste mal.

Si te interesa someterte a una evaluación cognitiva, puedes solicitar una a tu profesional clínico. Desafortunadamente, algunas personas, incluso en la comunidad médica, se apresuran a restar importancia a problemas de la memoria porque asumen que se asocian al proceso de envejecimiento, especialmente para mujeres que atraviesan la [menopausia](#). Si te preocupa que tu profesional clínico haga esto, podrías explicar por qué deseas una evaluación y pedir que te evalúe formalmente para ver si solo es el proceso de envejecimiento o algo más grave.

Aquí encontrarás una lista de preguntas que podrías hacer durante tu consulta, adicionalmente a cualquier otra pregunta que tengas:

- ☐ ¿Qué podría estar causando mis síntomas?
- ☐ ¿Podrían relacionarse con cualquiera de los medicamentos o suplementos que tomó?
- ☐ ¿Podrían ser mis problemas con la memoria el resultado de dormir mal, depresión, pérdida auditiva u otro problema que puede tratarse?
- ☐ ¿Cómo me evaluará? ¿Qué pruebas de la memoria y de raciocinio utilizará?
- ☐ ¿Necesito análisis de sangre o gammagrafías cerebrales?
- ☐ ¿Necesito una referencia para un especialista, tal como para un neurólogo, geriatra o clínica de la memoria?
- ☐ Si me hacen pruebas, ¿en cuánto tiempo tendremos los resultados y cuándo deberíamos reunirnos otra vez?

Después de un diagnóstico de la enfermedad de Alzheimer

Incluso si sospechas que podrías tener la enfermedad de Alzheimer, escuchar el diagnóstico podría ser difícil. Sin embargo, todavía puedes controlar ciertos aspectos de tu atención sabiendo lo más posible. Esto implica hacer incluso más preguntas, las cuales podrían ser, entre otras:

- ☐ ¿Quién me tratará?
- ☐ ¿Qué cambios podría anticipar en el futuro?
- ☐ ¿Hay algún tratamiento que podría ser útil para retrasar el progreso de la enfermedad?
- ☐ ¿Soy elegible para los tratamientos?
- ☐ ¿Hay algún tratamiento para mis síntomas?
- ☐ ¿Hay algún ensayo clínico para el cual podría ser elegible?
- ☐ ¿Debería implementar algún cambio de mi estilo de vida, tal como dieta y ejercicio, que fomente mi salud general y posiblemente también sea útil para retrasar el progreso de la enfermedad?
- ☐ ¿Qué recursos hay para mí y para las personas que me cuidan?
- ☐ ¿Qué decisiones debería tomar ahora, tales como instrucciones previas o poderes notariales?
- ☐ ¿Puedo seguir conduciendo sin peligro?
- ☐ ¿Qué tipo de asistencia podría necesitar si quiero seguir viviendo en mi hogar?
- ☐ ¿Cuáles son los siguientes pasos que debería tomar?

healthy
women