

Demencia: 7 Etapas

La demencia es un grupo de síntomas que progresa con el tiempo. Las personas con demencia tienen problemas para pensar, con la memoria, razonamiento y pierden la capacidad de llevar a cabo las tareas de la vida cotidiana. También se pueden tener cambios en la personalidad, estados de ánimo y comportamiento. La demencia se define típicamente en siete etapas.

La enfermedad de Alzheimer es la forma *más* común de demencia. Otros tipos de demencia incluyen la Demencia con Cuerpos de Lewy, Demencia Vasculares, y Demencia Frontotemporal. Los diferentes tipos de demencia tienen sus propios síntomas y patrones de progresión. Conocer las etapas de demencia le puede ayudar a planificar sus cuidados de salud, o los de su ser querido. Las siguientes etapas están relacionadas con personas con Alzheimer:

Ninguna o Poca Demencia

Etapas 1: Comportamiento Externo Normal. Sin Demencia. *Calidad de Vida: Sin efecto alguno.*

Usted *no* notará ningún cambio en su ser querido.

¿Cómo Puede Usted Ayudar?

Si usted y su ser querido están preocupados(a) por la demencia, empiece a planificar *ahora* mismo. Utilice nuestro Juego de Herramientas para ayudarle a su ser querido a documentar sus *valores* y *prioridades* personales sobre el tipo de cuidados de salud que desea durante las diversas etapas de demencia. Usted también puede estar observando nuevas señales de comportamiento que quizás no había notado anteriormente.

Etapas 2: Cambios muy leves. Sin Demencia. *Calidad de Vida: Poco, o ningún efecto.*

Es posible que aún no observe ningún cambio en su ser querido. Usted notará problemas de memoria diarios que aparentan ser una parte *normal* del envejecimiento.

Usted puede notar que su ser querido muestra:

- Cierta dificultad para encontrar las palabras adecuadas.
- La capacidad de compensar los problemas de memoria, como el sustituir una palabra por otra.
- Funcionamiento normal dentro del hogar, en la comunidad y en el trabajo.

¿Cómo Puede Usted Ayudar?

Al igual que en la Etapa 1, empiece a planificar *ahora* mismo. Utilice nuestro Juego de Herramientas para ayudarle a su ser querido(a) a documentar sus valores y prioridades personales sobre el tipo de cuidados de salud que desea durante las *diversas* etapas de demencia. También puede usted estar atento a nuevas señales de comportamiento que quizás *no* haya notado anteriormente.

Etapa 3. Cambios Leves. Calidad de Vida: Muy poco efecto

Es probable que empiece a notar cambios en la forma de pensar y el razonamiento de su ser querido. También notará algo de pérdida de memoria. Puede observar en su ser querido lo siguiente:

- Muestra algunas señales de olvido, como perder un objeto y no poder recordar los pasos para encontrarlo.
- Cierta dificultad para encontrar las palabras adecuadas o los nombres correctos.
- Hace un esfuerzo adicional para recordar citas, administrar su dinero y tener control de sus medicamentos.
- Siempre tiene problemas para poner atención.
- Empieza a tener problemas en el trabajo.

¿Cómo Puede Usted Ayudar?

Si aún no lo ha hecho, usted puede ayudar a su ser querido a planificar para cuando llegue a tener una demencia *severa*. Utilice nuestro Juego de Herramientas para crear un documento que enumera los valores y prioridades personales de su ser querido, para las diversas etapas de demencia. De ser así, ayude al equipo de cuidados médicos a darle seguimiento a las preferencias personales de cuidados de su ser querido.

Usted también puede ayudar con:

- Organizar sus citas.
- Pagar las cuentas financieras.
- Organizar el manejo de los medicamentos, con el uso de un pastillero.
- Ayudar a poner en orden los documentos legales y financieros.
- De ser posible, empiece a manejar el automóvil de su ser querido, con más frecuencia.

Demencia en Etapa Temprana

Etapa 4: Cambios Moderados/Demencia Leve

Calidad de Vida: Muy poco impacto

Su ser querido recordará todo o la mayor parte de su pasado y podrá reconocer a sus seres queridos. Usted tiene la capacidad de tomar sus propias decisiones de cuidados médicos. También podrá observar en su ser querido lo siguiente:

- Olvido de palabras frecuentes y nombres de ciertos artículos.
- Olvido de dónde quedaron las cosas, como sus lentes o su teléfono.
- Problemas con las tareas diarias, como el lavado de ropa, el cocinar y el hacer compras.
- Comete más errores al conducir el automóvil y se siente incómodo(a) en lugares desconocidos.
- Tiene más problemas para mantener las finanzas al día.
- Más a menudo, no encuentra las palabras correctas para expresarse.
- Disminución del conocimiento de eventos recientes.
- Incremento de dificultad para resolver problemas.

¿ Cómo Puede Usted Ayudar?

Si aún no lo ha hecho, usted puede ayudar a su ser querido a planificar para cuándo llegue a tener una demencia *severa*. Utilice nuestro Juego de Herramientas para crear un documento que enumera los valores y prioridades personales de cuidados de salud, para las *diversas* etapas de demencia. De ser posible, ayude al equipo de cuidados médicos, para darle seguimiento a las preferencias personales de cuidados de salud de su ser querido. Usted también puede hacer lo siguiente:

- Tome control del manejo del automóvil de su ser querido.
- Ayude con las tareas diarias.

Demencia en Etapa Media

Etapa 5: Deterioro Mental Moderadamente Severo/Demencia Moderada

Calidad de Vida: Impacto Moderado

Es probable que su ser querido recuerde algo de su pasado y aún reconozca a sus seres queridos. Él(a) puede tener problemas para tomar decisiones de cuidados de salud. Es probable que necesite algunos cuidados dentro del hogar para las actividades diarias. Usted puede notar en su su ser querido lo siguiente:

- Cambios de personalidad y estados de ánimo.
- Repite las mismas preguntas una y otra vez.
- Tiene lagunas mentales y se confunde con las fechas, dónde se encuentra, no recuerda su domicilio y número de teléfono.
- Necesita ayuda para comer o utilizar el baño.
- Tiene problemas para elegir su ropa, como lo que se debe usar para la estación del año.
- Tiene problemas de la vejiga.

¿Cómo Puede Usted Ayudar?

Si aún no ha hecho, ayude a su ser querido a documentar sus deseos personales de cuidados de salud. Platique con el equipo de cuidados médicos, para que le den seguimiento a las preferencias personales de sus cuidados médicos.

Usted puede hacer lo siguiente:

- Ayudarle a vestirse, ir al baño y con otras actividades diarias.
- Responda con paciencia a las preguntas *repetitivas*.

Etapa 6: Deterioro Mental Severo/Demencia Moderadamente Severa

Calidad de Vida: Impacto Severo

Su ser querido no recordará mucho o nada del pasado y es posible que el(a) no lo(a) reconozca, así como a otros familiares y amigos. Él(a) puede tener dificultades para tomar decisiones personales de cuidados de salud. Es posible que necesite cuidados médicos dentro del hogar las 24 horas, para las actividades diarias.

Usted puede observar en su ser querido, lo siguiente:

- Cambios fuertes de personalidad y de estados de ánimo.
- Delirios, como pensar que ya es hora de irse a trabajar, cuando *no* existe un trabajo.
- No puede utilizar el baño o vestirse, sin ayuda.
- Perderse o deambular.
- Problemas para dormir en la noche, pero está durmiendo durante el día.
- No se da cuenta de eventos y vivencias cotidianas.
- Cambios en los hábitos alimenticios.
- Dificultad para hablar.
- Problemas de la vejiga.

¿Cómo Puede Usted Ayudar?

Ayude al equipo de cuidados médicos para darle seguimiento a las preferencias personales de cuidados de salud de su ser querido. Usted puede hacer lo siguiente:

- Ayude a la persona a vestirse, ir al baño y con otras actividades diarias.
- Continúe tratando de mantener contacto con su ser querido. Continúe tratando de comunicarse con su ser querido.
- Continúe intentando comunicarse con su ser querido. También puede ayudarlo de otras formas, como escuchar música, o leerle una historia.
- Responda a su ser querido, con paciencia.

Demencia en Etapa Avanzada

Etapa 7: Deterioro Mental muy Severo/Demencia Severa (Etapa final)

6

Calidad de vida: Impacto muy severo

Su ser querido ya no recordará nada del pasado, ni reconocerá a sus seres queridos. Él(a) probablemente ya habrán perdido la capacidad para tomar decisiones de cuidados médicos. Usted necesitará tener cuidados dentro del hogar las 24 horas.

Podrá observar en su ser querido, lo siguiente:

- Pierde la capacidad para comer o pasar alimentos o líquidos.
- No puede utilizar el baño por sí mismo(a), o vestirse sin ayuda.
- No puede caminar o sentarse sin la ayuda necesaria.
- Pérdida de habilidades lingüísticas a lo largo de esta etapa.
- Pérdida de *todo* el control de la vejiga y del intestino.
- Pérdida del control muscular.
- Deja de caminar y podría estar confinado(a) a una silla de ruedas o a una cama, durante esta etapa.
- No podrá a menudo, reconocer a los miembros de la familia.
- Está casi siempre desorientado(a).

¿Cómo Puede Usted Ayudar?

Ayúdele al equipo de cuidados médicos para que se le dé seguimiento a las preferencias personales de cuidados de salud, de su ser querido.

Usted puede hacer lo siguiente:

- Ayude a vestirlo(a), ir al baño, y con otras actividades diarias.
- Continúe tratando de comunicarse con su ser querido. También puede ayudarlo de otras formas, como escuchar música, o leerle una historia.

- Responda a su ser querido con paciencia.

Si piensa que usted o un ser querido puede estar mostrando señales de demencia, hable con su médico. Entre más rápido se dé un diagnóstico de la enfermedad, más pronto se podrá iniciar el tratamiento médico.