

Guía de recursos sobre demencia para cuidadores familiares

Un recurso para los cuidadores de personas que están pasando por cambios cognitivos.



Etapas de la enfermedad de Alzheimer



Señales de alerta tempranas	Comportamiento que la persona podría experimentar	¿Qué puedo hacer?	Recursos en línea	
Cambios cognitivos no relacionados con el envejecimiento normal que causan un deterioro lento de la memoria, del pensamiento y de las habilidades de razonamiento.	<ul style="list-style-type: none"> • Pérdida de memoria que impide las actividades diarias • Dificultades en la planificación o resolución de problemas • Problemas para completar tareas que resultan familiares • Confusión temporal o espacial • Problemas para comprender las imágenes visuales y las relaciones espaciales 	<ul style="list-style-type: none"> • Problemas nuevos con las palabras, al hablar o escribir • Pérdida de objetos y de la capacidad de volver sobre los propios pasos • Juicio disminuido o toma de malas decisiones • Abstracción del trabajo o de actividades sociales • Cambios en el estado de ánimo y la personalidad 	<ul style="list-style-type: none"> • No ignore las señales de alerta • Programe una cita con su proveedor de atención primaria • Lleve a un familiar/amigo de confianza • Esté preparado para una derivación para pruebas/servicios adicionales 	<p>Conozca las 10 señales de alerta del Alzheimer y en qué se diferencian del envejecimiento normal.</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.alz.org/10signals (en español)
Progreso/Etapas	Qué esperar/Síntomas	Comportamiento que la persona podría experimentar	¿Qué puedo hacer?	Recursos en línea
Enfermedad de Alzheimer (EA) preclínica	<ul style="list-style-type: none"> • Sin síntomas, pero con posibles cambios biológicos en el cerebro 	Puede tener cambios medibles en el cerebro que indiquen los primeros signos de EA, pero aún no ha desarrollado síntomas.	10 formas de amar tu cerebro (en inglés)	www.alz.org/alzheimers-dementia/what-is-alzheimers/brain_tour (en inglés)
Trastorno neurocognitivo leve- Deterioro cognitivo/vascular leve (DCL) (Por posible Alzheimer u otro tipo de demencia)	<ul style="list-style-type: none"> • Disminución apenas perceptible en las capacidades cognitivas de la persona, que puede detectar ella misma o familiares/amigos cercanos. • Los cambios podrían confundirse con el envejecimiento normal. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reducción del vocabulario. • Incapacidad de encontrar las palabras correctas • Más lentitud para el procesamiento de la información • Dificultad para mantener el hilo de las ideas • Dificultad para recordar nombres, fechas y otra información nueva 	<ul style="list-style-type: none"> • Póngase en contacto con su médico de atención primaria • Póngase en contacto con la Asociación de Alzheimer • Reúnase con un abogado para abordar las decisiones legales y financieras 	<p>Una persona con DCL tiene un mayor riesgo de desarrollar Alzheimer u otras formas de demencia.</p> <p>La detección temprana es clave.</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.alz.org/mci (en español) • www.alz.org/wi/helping-you/care-consultation (en inglés)

Para obtener más información sobre las diversas etapas de la demencia y encontrar recursos locales:

Asociación de Alzheimer

www.alz.org/wi

Línea directa de ayuda las 24 horas, los 7 días de la semana 800.272.3900

ADRC del condado de Waukesha

www.waukeshacounty.gov/adrc

262.548.7848



Guía de recursos sobre demencia para cuidadores familiares

Un recurso para los cuidadores de personas que están pasando por cambios cognitivos.



Progreso/Etapas	Qué esperar/Síntomas	Comportamiento que la persona podría experimentar	¿Qué puedo hacer?	Recursos en línea
Demencia en etapa temprana	<p>La persona puede seguir viviendo de forma independiente. Aún puede conducir, participar en actividades sociales, ser voluntario e incluso trabajar.</p> <p>Puede experimentar una variedad de emociones, como negación, miedo, confusión, estrés/ansiedad, ira/frustración, dolor/depresión.</p>	<p>Dificultades comunes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recordar las citas médicas • Recordar palabras/nombres • Recordar personas o lugares conocidos • Administrar el dinero, planificar y organizar • Hacer un seguimiento de los medicamentos • Detectar cambios espaciales visuales 	<ul style="list-style-type: none"> • Ayude al paciente a planificar para el futuro • Evalúe la conducción y otras preocupaciones de seguridad • Ayude al paciente a tener a una vida sana y un estilo de vida activo • Infórmese sobre los recursos comunitarios disponibles para mantener a las personas activas 	<p>Los cuidadores con frecuencia comienzan a sentir más altibajos emocionales o ansiedad por el futuro.</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.alz.org/help-support/caregiving/stages-behaviors/early-stage (en español) <p>Educación gratuita en línea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.alz.org/education (en español) o llame al 800.272.3900
Demencia en etapa media (moderada)	<p>El daño al cerebro puede dificultar la expresión de los pensamientos y las tareas rutinarias.</p> <p>Episodios crecientes de confusión que pueden provocar ansiedad y otros cambios conductuales y psicológicos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cambios en la comunicación: Palabras confusas, problemas para vestirse • Cambios en el comportamiento: Ira o frustración inesperadas • Problemas de higiene personal Podría necesitar ayuda para trasladarse 	<ul style="list-style-type: none"> • Sea flexible y paciente • Establezca rutinas diarias • Piense en unirse a un grupo de apoyo en persona o virtual • Piense en crear un plan de salud del comportamiento • Comuníquese con un Especialista en Atención de Demencia a través del ADRC. 	<p>Esta etapa suele ser la más larga; puede durar muchos años. A medida que la enfermedad avanza, la persona requerirá un mayor nivel de atención.</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.alz.org/help-support/caregiving/stages-behaviors/middle-stage (en español) • www.alz.org/help-support/caregiving/caregiver-health (en español)
Demencia en etapa tardía (grave)	<p>A medida que la enfermedad avanza, por lo general, se requerirán cuidados exclusivos todo el día. Podría necesitar una ubicación alternativa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para comer/tragar • Dificultad para caminar • Requiere ayuda con todas las actividades de la vida diaria • Vulnerable a infecciones; especialmente la neumonía 	<ul style="list-style-type: none"> • Céntrese en preservar la calidad de vida y la dignidad • Cuídese, acepte la ayuda de los demás 	<p>Esta etapa puede durar semanas o años.</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.alz.org/careoptions (en español) - www.alz.org/help-support/caregiving/stages-behaviors/late-stage (en español)

Para obtener más información sobre las diversas etapas de la demencia y encontrar recursos locales:

Asociación de Alzheimer

www.alz.org/wi

Línea directa de ayuda las 24 horas, los 7 días de la semana 800.272.3900

ADRC del condado de Waukesha

www.waukeshacounty.gov/adrc

262.548.7848

Rev. 7/23

