

¿Qué es la demencia?

La demencia es un trastorno del cerebro en el que una persona experimenta capacidades cognitivas decrecientes.

El cerebro es un órgano complejo importante para el pensamiento y el comportamiento. Las enfermedades que afectan el cerebro a menudo causan la incapacidad de procesar o retener información nueva. La demencia es un ejemplo.

La demencia es una afección médica en la que hay un empeoramiento de las capacidades cognitivas de una persona en comparación con varios meses o años antes. Una persona con demencia tiene dificultades con varios tipos de habilidades cognitivas, la mayoría de las veces con memoria pero también con lenguaje, atención, orientación, juicio y planificación.

Causas

La demencia es causada por una enfermedad o lesión cerebral. Puede ser causada por afecciones médicas que comienzan en otras partes del cuerpo. Por ejemplo, un ritmo cardíaco anormal puede hacer que se forme un coágulo de sangre en el corazón, viaje al cerebro y bloquee el flujo de sangre a una región del cerebro, lo que afecta el pensamiento de una persona. Algunas enfermedades que causan demencia comienzan en el cerebro mismo. Una de las más comunes es la enfermedad de Alzheimer, que afecta a unos 5 millones de personas en los Estados Unidos. El riesgo de enfermedad de Alzheimer aumenta a medida que una persona envejece. Con mayor frecuencia, la demencia se desarrolla cuando el cerebro se ve afectado por 2 o más enfermedades comunes del envejecimiento, como la enfermedad de Alzheimer y el accidente cerebrovascular.

Síntomas

Aunque la mayoría de las personas no desarrollan demencia, envejecer aumenta sustancialmente el riesgo de demencia. La demencia generalmente comienza en la séptima u octava década de la vida y empeora con el tiempo. El síntoma más común que debe observarse primero, por la persona afectada, la familia u otras personas, es la pérdida de memoria a corto plazo. Los ejemplos incluyen olvidar dónde se colocan cosas en el hogar y olvidar conversaciones recientes. En la demencia, estos problemas ocurren con frecuencia (varias veces al día y durante muchos meses o años) y afectan la capacidad de actuar correctamente en la vida cotidiana. Otros problemas incluyen abandonar los pasatiempos o eventos sociales, ansiedad o depresión, dificultad con las tareas diarias, como recordar tomar medicamentos, y dificultad con las instrucciones, como conducir.

Evaluación de diagnóstico

El diagnóstico de demencia requiere que un clínico tome los antecedentes médicos para identificar si las habilidades cognitivas han empeorado con el tiempo y si este empeoramiento se asocia con problemas funcionales como las tareas cotidianas (compras, pagar facturas, conducir). Un familiar o amigo debe confirmar la presencia de problemas de deterioro cognitivo y funcional. El clínico debe realizar una breve prueba cognitiva (memoria) y un examen físico para evaluar la fuerza, los reflejos y otros signos neurológicos. Por lo general, también se realizan algunos análisis de sangre y un escáner cerebral. Pocas veces se necesitan otras pruebas.

Autores: Zoe Arvanitakis, MD, MS; David A. Bennett, MD

Afiliaciones de los autores: Rush Alzheimer's Disease Center and Department of Neurological Sciences, Rush University Medical Center, Chicago, Illinois.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de interés: El Dr. Arvanitakis informa la recepción de subsidios de National Institutes of Health (Institutos Nacionales de la Salud). No se informó ninguna otra divulgación de conflictos.

Fuente: Arvanitakis Z, Shah RC, Bennett DA. Diagnosis and management of dementia: a review (Diagnóstico y manejo de la demencia: una revisión) [publicado el 22 de octubre de 2019]. *JAMA*. doi:10.1001/jama.2019.4782

Posibles signos tempranos de demencia



Si le preocupa que pueda tener demencia:



Tratamiento

El tratamiento de la demencia varía para distintas personas. Un médico considera los antecedentes médicos y la situación específica antes de recomendar un plan de atención centrado en el paciente y la familia. Los medicamentos pueden ayudar con las capacidades de pensamiento o cambios en el estado de ánimo o comportamientos, pero los beneficios son moderados. Dos clases de medicamentos pueden proporcionar cierto alivio de los problemas de memoria, pero estos no impiden el avance de la enfermedad. Es importante tratar los factores que aumentan el riesgo de accidente cerebrovascular, como la presión arterial alta y la diabetes. Las medidas de seguridad incluyen procedimientos para evitar caídas o perderse. Deben elaborarse directivas anticipadas con respecto a las decisiones médicas y financieras, ya que las personas con demencia a menudo pierden la capacidad de tomar decisiones. Otras recomendaciones para una buena salud cerebral incluyen ser mental, física y socialmente activo, comer comidas nutricionalmente equilibradas y beber alcohol solo con moderación, y dormir lo suficiente, con una mejor calidad del sueño. Los médicos pueden brindar educación a familiares y cuidadores sobre la demencia y pueden ayudar con la planificación de la atención a largo plazo.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Institute on Aging (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento) www.nia.nih.gov/health
- Alzheimer's Association (Asociación sobre la Enfermedad de Alzheimer) www.alz.org

La Hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.