

¿Le preocupan su razonamiento y su memoria?

He aquí lo que puede hacer





¿Ha notado usted cambios en su razonamiento? ¿Le preocupa el creciente aumento de los lapsos en su memoria?

¿Quizás ha notado estos cambios en un familiar o amigo?

Muchos factores pueden provocar cambios en el razonamiento o en la pérdida de la memoria. Estos incluyen:

- estrés
- dolor
- enfermedad crónica
- algunos medicamentos
- alcohol
- fatiga.

A veces, los síntomas son un signo de demencia temprana.

Los cambios importantes en la memoria no son normales a ninguna edad.

Si usted tiene dificultades, debería consultar a un médico.

Conversaciones con su médico

No existe una prueba médica única que demuestre que alguien tiene demencia.

Hable con su médico sobre las dificultades que está experimentando. Su médico le hará un examen físico y neurológico. También es posible que le derive a un especialista para que investigue otras causas posibles de sus síntomas.

Durante su visita, usted debería:

- Llevar una lista de sus preocupaciones
- Decirle a su médico cuánto tiempo ha tenido problemas y si han empeorado.
- Llevar una lista de los medicamentos, vitaminas y suplementos que toma.



Aproveche su cita al máximo

- Reserve una cita más extensa.
- Acompáñese de un amigo o familiar.
- Haga preguntas y avísele a su médico si no entiende algo.
- Tome notas durante la visita.
- Pregúntele si necesita una evaluación adicional por parte de un especialista.



Fue un alivio recibir el diagnóstico. Lo peor era no saberlo. ”

Fred, diagnosticado con la enfermedad de Alzheimer

Cuanto antes actúe, mejor es

Es posible que sus síntomas no los cause la demencia. Pero si es así, será útil un diagnóstico temprano.

Usted puede acceder al apoyo y la información para comprender cómo puede vivir bien con la demencia y tomar control de su vida. Puede planificar con anticipación y tomar medidas positivas par vivir la mejor vida posible.

“

Estamos muy contentos de haber tenido ese diagnóstico temprano. Tuvimos la oportunidad de cambiar nuestro estilo de vida para adaptarlo a mis capacidades. Hicimos planes definidos para el futuro.”

María, diagnosticada con demencia vascular

¿En qué consiste la demencia?

La demencia es el término que se utiliza para describir los síntomas de un amplio grupo de enfermedades que provocan un deterioro progresivo en el funcionamiento de una persona. Existen muchos tipos conocidos de demencia. La enfermedad de Alzheimer es el tipo más común.

La demencia puede afectar a cualquiera. Es más común a partir de los 65 años, y especialmente a los 85 años.

Solo un médico o especialista puede diagnosticar adecuadamente la demencia.



Lista de verificación si le preocupan su razonamiento y su memoria

Si le preocupan los cambios en su razonamiento o en su memoria, o en un familiar o amigo, complete la siguiente lista de verificación.

Tengo problemas para recordar eventos recientes

Rara vez A veces A menudo

Tengo problemas para encontrar la palabra correcta

Rara vez A veces A menudo

Tengo problemas para recordar el día y la fecha

Rara vez A veces A menudo

Olvido donde se guardan las cosas

Rara vez A veces A menudo

Se me hace difícil adaptarme a los cambios en mi rutina

Rara vez A veces A menudo

Tengo problemas para entender textos o una película en la televisión

Rara vez A veces A menudo

Se me hace difícil seguir y unirme a una conversación, especialmente en grupos

Rara vez A veces A menudo

Tengo problemas para manejar mis finanzas, como realizar operaciones bancarias o calcular el cambio

Rara vez A veces A menudo

Tengo problemas con actividades diarias, como encontrar mi camino a la tienda local

Rara vez A veces A menudo

Estoy perdiendo interés en actividades que normalmente disfruto

Rara vez A veces A menudo

Se me hace difícil resolver problemas

Rara vez A veces A menudo

Familiares y/o amigos han hecho comentarios sobre mi mala memoria

Rara vez A veces A menudo

Si la mayoría de la veces ha marcado “A veces” o “A menudo”, debería ver a su médico.



Acerca de Dementia Australia

Dementia Australia es la fuente de información, educación y servicios confiables para el medio millón de australianos que se estima que viven con demencia y los casi 1,6 millones de personas involucradas en su cuidado.

Abogamos por un cambio positivo y apoyamos la investigación vital. Estamos aquí para apoyar a las personas afectadas por la demencia y permitirles vivir lo mejor posible.

No importa cómo le afecte la demencia, estamos aquí para ayudarle.

National Dementia Helpline **1800 100 500**



Para ayuda en castellano
llame al **131 450**

Visítenos en línea en
dementia.org.au

