



TRASTORNOS DE MEMORIA

Coordinador: DR CARLOS MARSAL ALONSO

**Neurología
IMI TOLEDO**

TRASTORNOS DE MEMORIA

Los olvidos y la pérdida de memoria, constituyen un síntoma muy frecuente en la población que sobrepasa los 75 años de edad y pueden estar ligados a un envejecimiento normal o ser los primeros signos de una Enfermedad de Alzheimer.

Pero también, cada vez con más frecuencia, se dan en sujetos más jóvenes y esto puede estar asociado al estrés y los trastornos del ánimo o a otras patologías neuropsicológicas.

En ambos casos es fundamental llegar a un diagnóstico precoz y poner los remedios oportunos.

PERDIDA DE MEMORIA POR ALTERACION DE LA ATENCIÓN

Es la causa principal en personas de menos de 65 años, y puede deberse a problemas de ansiedad, sobrecarga laboral o familiar, estrés o trastornos depresivos.

Es fundamental un diagnóstico preciso y un tratamiento según la causa detectada.

DETERIORO COGNITIVO LEVE / LIGERO

Existe un problema de memoria que confirman los test neuropsicológicos pero no hay alteraciones añadidas en la esfera cognitiva, conductual o funcional del sujeto y NO es una enfermedad de Alzheimer. Pero hay un riesgo que aumenta con el paso de los años de que acabe siéndolo. Por ello la detección temprana y las medidas terapéuticas oportunas son esenciales. Como no hay ningún tratamiento farmacológico en la actualidad que evite el paso a enfermedad de Alzheimer, hay que usar técnicas de estimulación psicocognitiva, medidas dietéticas (dieta antioxidante) y sustancias que contengan neuroprotectores (ácidos grasos omega 3 y otros). Con todo ello se refuerza la memoria y las habilidades cognitivas.

ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Es la auténtica epidemia del siglo XXI, debido al envejecimiento progresivo de la población y el aumento de la esperanza de vida.

Como aun no hay tratamiento curativo es importante que el tratamiento sintomático y enlentecedor de la enfermedad se instaure lo más precozmente posible, para aumentar el tiempo de mayor calidad de vida de los pacientes.

EJERCICIOS DE MEMORIA

Existen una serie de tareas y protocolos estandarizados , de dietas y de hábitos de vida saludables, para que todos cuidemos nuestra memoria y favorecer con el paso de los años, un envejecimiento satisfactorio.

