Día Mundial del Alzheimer: Más de 500 mil personas en Chile vivirán con Alzheimer en 2050

El Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa, que constituye la principal causa de demencia en el mundo, y se caracteriza por generar una pérdida progresiva de memoria y de otros dominios cognitivos como el lenguaje, la atención, las funciones ejecutivas, entre otras. Actualmente, más de 55 millones de personas en el mundo viven con algún tipo de demencia, y se estima que la cifra podría triplicarse al 2050. En Chile, se espera que para ese año lleguen a ser más de 500 mil personas las que padecerán Alzheimer. Actualmente, la prevalencia ya supera el 10% en mayores de 65 años y alcanza cerca del 35% en personas sobre los 85 años.

“El envejecimiento poblacional es la principal razón de este aumento. En nuestro país, los adultos mayores seguirán siendo el grupo etario con mayor crecimiento en las próximas décadas”, explica la Dra. María José Ángel, neuróloga de Clínica Universidad de los Andes.

Anuncio Patrocinado

El Alzheimer no solo afecta a quienes presentan esta enfermedad, también al entorno más cercano de esos pacientes, dado que, al menos, un familiar suele convertirse en cuidador principal. Esto significa que, en 2050, más de un millón de chilenos estará directamente involucrado en labores de cuidado, lo que exige fortalecer el sistema de salud como las redes de apoyo social.

Los factores de riesgo más relevantes son:

- Edad avanzada
- Antecedentes familiares y predisposición genética
- Enfermedades cardiovasculares (hipertensión, diabetes, colesterol alto)
- Estilo de vida sedentario y obesidad
- Escasa estimulación cognitiva en edad tempranas de la vida
- Consumo de tabaco y alcohol

Si bien no existe una forma de prevenir el Alzheimer, adoptar un estilo de vida saludable puede retrasar su aparición o disminuir el riesgo. Algunas de las acciones son realizar actividad física de manera regular, mantener una dieta equilibrada, controlar enfermedades crónicas y estimular la mente, junto con mantener una vida social activa.

Síntomas más frecuentes de la enfermedad:

- Dificultad para recordar hechos recientes, repetir frecuentemente historias o preguntas sobre los mismos temas
- Problemas de comunicación y lenguaje
- Desorientación en tiempo y espacio
- Alteraciones en el juicio y toma de decisiones
- Cambios de conducta como irritabilidad, depresión o apatía
- Pérdida de autonomía en actividades cotidianas

Aunque hoy no existe una cura, sí existen terapias que pueden aliviar síntomas y estrategias que ayudan a mantener la autonomía por más tiempo. La detección temprana es clave para planificar cuidados y enfrentar de la mejor manera esta patología. “Consultar precozmente a un especialista permite iniciar un tratamiento multidisciplinario que ayude a controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida del paciente y de su entorno”, señala la Dra. Ángel.

y tú, ¿qué opinas?