

# Hoja de ruta sobre la demencia de Virginia: una guía para las personas afectadas por la demencia

La demencia no es parte del envejecimiento normal. Si cree que estos problemas están afectando su vida diaria, o la vida de alguien que conoce, debe hablar con su médico o buscar más información en su asociación nacional de la enfermedad de Alzheimer o demencia.



## Demencia en etapa inicial:

### ¿Qué debe esperar en esta etapa?

Su ser querido tiene dificultades para completar algunas actividades.

### Puede:

- Tener problemas con el tiempo o la secuencia de eventos.
- Olvidar nombres de personas y cosas conocidas.
- Tener un rendimiento deficiente en situaciones laborales o sociales.

### Pasos a seguir en la etapa inicial:

- Obtenga una evaluación médica para averiguar qué puede estar causando los problemas.



## Demencia en etapa intermedia:

### ¿Qué debe esperar en esta etapa?

La confusión se hace más evidente. Su ser querido tendrá cada vez más necesidades de atención y supervisión.

### Puede:

- Tener más problemas para recordar su propia dirección o historia personal.
- Olvidar cómo iniciar las tareas rutinarias o cómo completarlas, incluidos los cuidados de salud e higiene.

- Carece de criterio y desarrolla los siguientes comportamientos:
  - Problemas para dormir
  - Irritabilidad, hablar de forma agresiva
  - Aferrarse a los demás
  - Preguntas repetitivas
  - Deambular

### Pasos a seguir en la etapa intermedia

- Anime a familiares y amigos cercanos a aprender consejos y técnicas de comunicación. Refiéralos al sitio web de [HealthyBrainVA.com](http://HealthyBrainVA.com).



## Demencia en la última etapa:

### ¿Qué debe esperar en esta etapa?

En la última etapa, su ser querido depende completamente de otros para las actividades de cuidado personal.

### Puede:

- No reconocerse a sí mismo ni a los demás por su nombre. Esto no significa que no sepa (o no sienta) quién es usted.
- Experimentar cambios en las capacidades físicas, incluida la capacidad para caminar, sentarse y, eventualmente, tragar.

- Tiene cada vez más dificultades para comunicarse: puede usar una “ensalada de palabras” (confundir palabras) o quedarse sin palabras. La comunicación no verbal puede funcionar mejor.

### Pasos a seguir en la última etapa:

- Mantenga rutinas sencillas con una combinación de descanso y actividad. Salga a tomar aire fresco: salga a caminar, siéntese en el porche.
- Recuerde eventos o logros importantes de la vida: use fotos o videos.

# Qué es y qué no es la demencia



Señales de advertencia de enfermedad de Alzheimer/ demencia	Cambios típicos relacionados con la edad
Falta de criterio y toma de decisiones irracionales	Tomar una mala decisión de vez en cuando
Incapacidad para administrar un presupuesto	Atraso en un pago mensual
Perder la noción de la fecha o la temporada	Olvidar qué día es y recordarlo más tarde
Dificultad para tener un conversación	Olvidar a veces qué palabra usar
Extraviar cosas y no poder volver sobre sus pasos para encontrarlas	Perder cosas de vez en cuando

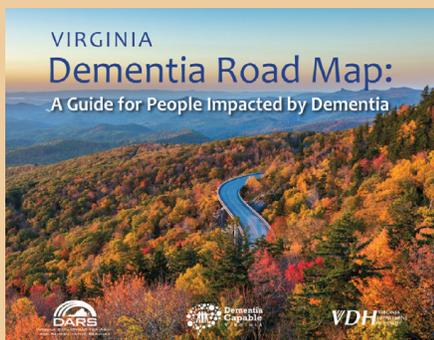


- La demencia es un término general que se refiere a una pérdida de la función cognitiva (recordar, pensar y razonar) lo suficientemente grave como para interferir con la vida cotidiana.
- La demencia no es una enfermedad específica, sino un término general que describe una amplia gama de síntomas. No es un envejecimiento normal. La demencia es causada por daños en el cerebro como consecuencia de una enfermedad o un traumatismo.
- La enfermedad de Alzheimer es la causa más frecuente de demencia. Otras causas incluyen la demencia vascular, la demencia con cuerpos de Lewy y la demencia frontotemporal.

## Recursos:

**Alzheimer's Association**  
Línea de ayuda 24/7: 800-272-3900

- Visite el sitio web [HealthyBrainVA.com](http://HealthyBrainVA.com)
- **Servicios para la demencia del DARS: 804-662-9154**



La información fue adaptada de la Hoja de ruta sobre la demencia en Virginia:  
**una guía para las personas afectadas por la demencia**

Escanee el código QR:  
Para obtener más información sobre lo que puede hacer para ayudar a alguien que pueda estar experimentando síntomas o que pueda estar diagnosticado con una forma de demencia, visite: [HealthyBrainVA.com](http://HealthyBrainVA.com).



Financiado a través del Acuerdo de Cooperación de los CDC #NU58DP006925. El contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).