No olvides el mal de alzhéimer - Levante Castellón - 31/05/2015

Reportaje. El mal de alzhéimer se ha hecho visible tras la aparición de casos de personajes conocidos, como el exalcalde de Barcelona y expresidente de la Generalitat, Pasqual Maragall, pero como él hay miles de personajes anónimos que pasan por todas las fases de esta enfermedad que acaba con los recuerdos de quien la padece. Enfermedad que también pasan los familiares que se convierten en su sombra y su memoria.

No olvides el mal de alzhéimer

▶ El primer síntoma de la enfermedad es la pérdida de memoria a corto plazo

ESTER DE LA PAZ MONTAÑÉS CASTELLÓ

■ Seguro que si te has parado a leer este reportaje es porque conoces a alguien que padece el mal de alzhéimer. Y, por desgracia, en la actualidad es algo de lo más común ya que según la Organización Mundial de la Salud (OMS), cerca de 50 millones de personas están diagnosticadas alrededor del mundo.

Pero en este reportaje no vas a encontrar un estudio neurológico que te explique detalladamente por qué uno de tus conocidos ha dejado de reconocerte. No, para eso ya están los médicos.

Ellos te dicen cómo se va deteriorando el cerebro, y con él, el resto de órganos. Te explican a qué se debe la pérdida de habla, de la memoria o del juicio. Pero si quieres encontrar todos los motivos científicos de por qué pasa esto (bueno, los pocos que se saben) debes buscar entre los ensayos clínicos que los neurólogos se dedican a publicar para poder parar una de las enfermedades neurodegenerativas más desconocidas del planeta.

En este reportaje vas a encontrar unos consejos básicos de cómo hacerte más fácil cuidar a un enfermo de alzhéimer. Porque, créeme, sencillo no es. Pero, antes de poder aplicar las pautas que se van a presentar a continuación, debes tener claro en qué fase de la enfermedad está tu familiar porque no es lo mismo una persona que ha sido diagnosticada hace quince años y ya está en fase vegetativa, que una persona que acaba de ser diagnosticada y apenas tiene pérdidas de memoria.

Yolanda Salvador, trabajadora del Centro de Día de la Asociación de Alzhéimer de Torreblanca, explica que uno de los principales problemas en los enfermos acabados de diagnosticar es que no quieren aceptarlo. Es decir, achacan a la edad y a que siempre han sido olvidadizos los primeros síntomas de la enfermedad neurodegenerativa. En este caso, Yolanda Salvador recomienda a los familiares recordar que sí padecen esta enfermedad. Además, hay que animarlos a ir a los centros de día para ejercitar la memoria mediante ejercicios simples como escribir los nombres de familiares, el día de los cumpleaños o pequeñas actividades matemáticas de sumas y restas.

Usuarios en la unidad de respiro de AFA Castelló. ACF

Otro de los consejos básicos es no llevar la contraria a los enfermos. Es decir, al principio se van perdiendo las facultades muy lentamente, por lo que cuesta más vestirse o arreglarse. No te empeñes en ayudar en todo momento claramente, si no que hazlo cuando no se dé cuenta. Si no se puede poner los zapatos, cuando no mire, se los acabas de colocar. Aunque tu familiar sepa que tiene alzhéimer, no le dejes que piense que ya es un estorbo y completamente dependiente.

A medida que la enfermedad avanza, también se complican las funciones involuntarias del cuerpo humano. Aquí podemos englobar desde las incontinencias, donde tienes que convencer a tu familiar de usar compresas hasta la función de tragar los alimentos. Alba Martínez, graduada en logopedia, aconseja que en cuanto la epiglotis pierde su función, los alimentos deberían tomarse en forma de gelatina para evitar atragantarse.

En el momento en el que ya se ha perdido la memoria, la paciencia tiene que ser la mayor de tus virtudes. Cuando tu familiar ya ha olvidado quién eres (y, con ello, de todo en general) se vuelve dependiente. Según la Confederación Española de Asociaciones de Familiares de personas con alzhéimer y otras demencias (CEAFA), el 80 % de los enfermos de Alzheimer recaen en sus familias.

En conclusión, se están haciendo grandes avances en la investigación pero hasta ahora no hay forma de curar el alzhéimer. Por estos motivos es necesario que todos los familiares seáis pacientes con ellos y les intentéis hacer la vida más fácil con vuestros cuidados.