

FUNDACIÓN  
**ALZHEIMER**  
**VENEZUELA**



*CUIDAMOS CON AMOR*

**1989 - 2016**

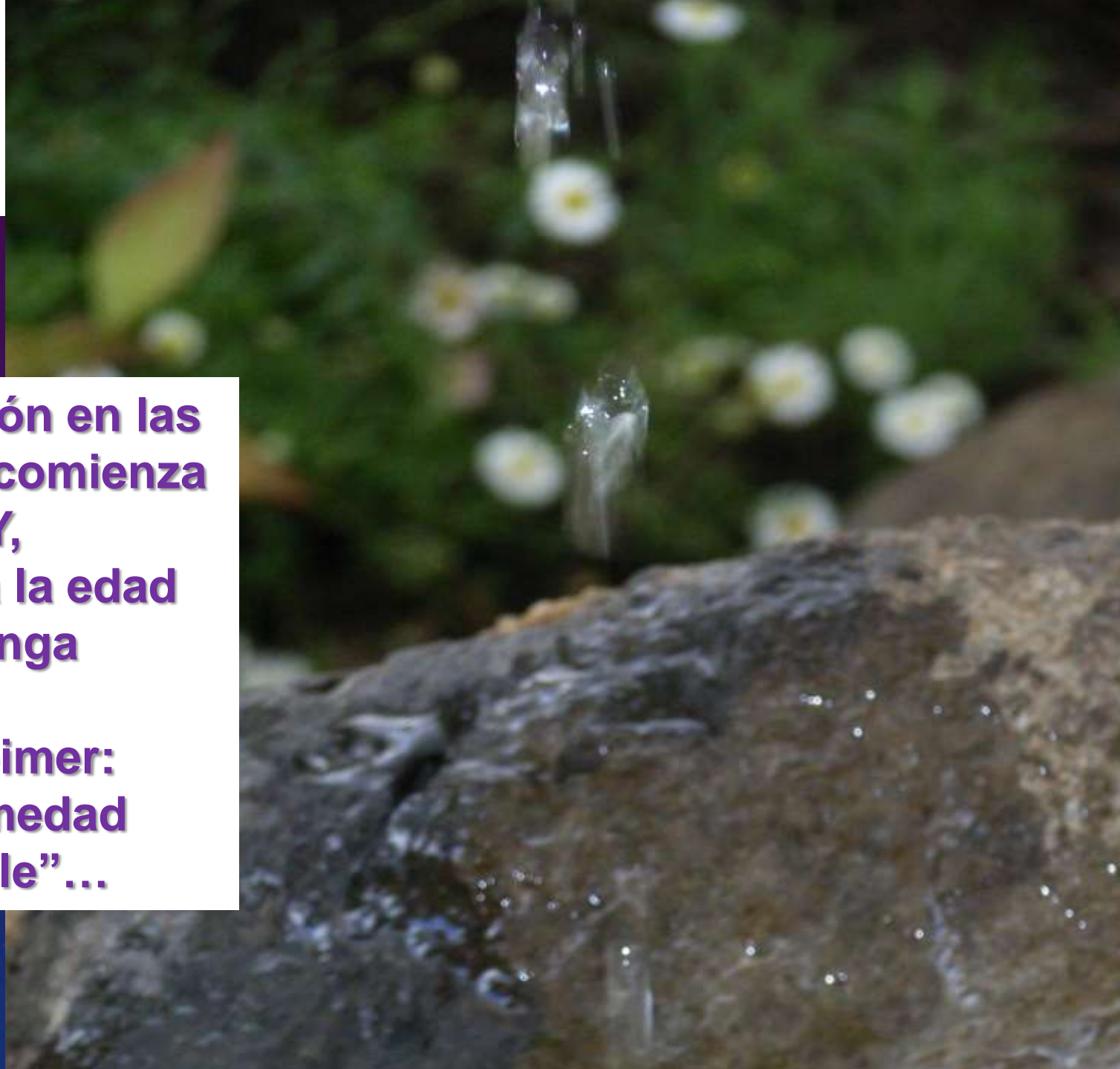
**27 años de solidaridad**

# Como Seleccionar a un Especialista en un proceso de Demencia.

**Mira Josic de Hernández**  
**Presidenta Consejo Directivo**

**La prevención en las  
Demencias comienza  
HOY,  
no importa la edad  
que tenga**

**El Alzheimer:  
la enfermedad  
“invisible”...**





# Mandamientos Para cuidar su cerebro



## **1 Cuide su Dieta**

Goce de buena Alimentación e hidratación. Evite los alimentos grasos y la obesidad, coma pescados y alimentos ricos en antioxidantes.

## **2 Cuide sus Cheques de salud**

Prevenga y controle la diabetes, obesidad e hipertensión.

## **3 Cuide su Mente**

Estimúlela o piérdala, haga ejercicios de oxigenación y estimulación cognitiva, solucione problemas matemáticos demandantes o realice nuevas actividades.

## **4 Cuide su Cuerpo**

Haga ejercicio físico rutinario y no eventualmente.

## **5 Cuide su Espiritu**

Fortalezca la espiritualidad, la relajación y el orden cotidiano.

## **6 Cuide su Cabeza**

Use casco si monta moto o bicicleta, y el cinturón de seguridad en el carro.

## **7 Cuide sus Hábitos**

No fume, modere el Alcohol.

## **8 Cuide su Vida Social**

Frecuente Grupos Sociales, prevenga la depresión, la soledad y el stress.

## **9 No se preocupe**

La preocupación no ayuda, relájese y disfrute.


**RECUERDE: LO QUE ES BUENO PARA SU CORAZON, TAMBIEN LO ES PARA SU CEREBRO**

# ¿Qué es la Fundación Alzheimer?

- **La primera Institución sin fines de lucro que se constituye en una ayuda efectiva para las Familias, afectadas por Demencia u otro Trastorno Neurológico de alguno de sus miembros.**
- **Fundada el 16 de Noviembre de 1989.**


**USTED NO ESTÁ SOLO**

# ¿Cual es nuestra Misión?

-  **Aumentar el nivel de calidad de vida de los enfermos afectados por alguna Demencia (Enfermedad de Alzheimer-EA) u otro Desorden Neurológico, mediante la coordinación en la detección, evaluación, diagnóstico, rehabilitación y apoyo a los Cuidadores/ Familia/ Comunidad en este largo proceso**



# ¿Cual es nuestra Visión?

 **Contribuir en beneficiar a la Sociedad, creando un mundo compatible en la convivencia comunitaria y familiar de las enfermedades neurológicas incapacitantes del individuo.**

# ¿Cuales son nuestros Objetivos?

- **Apoyar a los Enfermos y a sus Cuidadores**
- **Concientizar a la población y a los Gobiernos para que participen en el mejoramiento cualitativo de la SALUD MENTAL en nuestro país.**
- **Fomentar la labor científica e investigadora**



**Ayudamos entre otras cosas, a proveer referencias y fuentes de información que la familia necesita , tratando de optimizar y canalizar servicios tanto públicos como privados a través de los programas que ejecutamos.**

# Si su familiar está ENFERMO UD va a necesitar de

## ESPECIALISTAS EN DEMENCIAS

**Diferentes tipos de profesionales pueden estar involucrados en el proceso**

- **Médicos: puede ser un Internista o Geriatra o Neurólogo o Psiquiatra u otras especialidades**
- **Psicólogos, Terapeutas, Fisiatras y Trabajadores Sociales**
- **Enfermeras , Auxiliares y Cuidadores**
- **Abogados**



# Lo primero es el **DIAGNOSTICO**

## Buscar a un Médico:

- En el que tenga confianza
- Que tenga conocimientos y experiencia sobre Demencias.
- Que esté dispuesto a trabajar con usted y su familiar durante el proceso de la enfermedad.
- Que pueda orientar en la obtención de servicios necesarios para su ser querido

# PASO 1

- a) **Razones para consultar un médico**
- b) **Alerta: Cambios en habilidades y comportamiento**
- c) **Registrando los síntomas**





# a) Razones para consultar un Médico

- **Para obtener un Diagnóstico.**
- **Es necesario que su doctor principal y demás profesionales eliminen cada una de las posibles causas.**
- **Evaluaciones médicas que pueden tardar más de un día.**

## **b) Cambios en habilidades y Comportamiento**

- **Al principio los síntomas son imperceptibles, atribuidos a la tensión, depresión, a otra enfermedad física, o simplemente a la edad.... Y ESTO NO ES ASÍ, PUEDE SER EL PRINCIPIO DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER**
- **ALERTA: Divagar o perderse, al caminar o conducir, nos indicará una situación seria y demandará atención inmediata.**

## **b) Cambios en habilidades y Comportamiento**

- **Pérdida de memoria**
- **Pérdida del habla y de la comunicación.**
- **Desorientación**
- **Falta de concentración**
- **Cambios de personalidad**
- **Descuido personal y aislamiento**
- **Irritación y reacciones extremas**

# c) Registrando los síntomas

Le será muy útil para una Evaluación, observar y apuntar los incidentes, fechas y frecuencia:

- ¿Cuál es el problema?
- ¿Cuándo comenzó el problema?
- ¿Con qué frecuencia ocurre?
- ¿Cómo han afectado los problemas la vida personal?



# PASO 2

- a) Conociendo a su Doctor**
- b) Comunicación y Confianza**
- c) Respeto y Participación**
- d) Disponibilidad y Acceso**
- e) Honorarios.**

# a) Conociendo a su Doctor

**Además que le inspire confianza, lo más importante es que tenga conocimiento y experiencia para evaluar la EA, dando:**

- **Un Diagnóstico.**
- **Una guía y administración médica, recetando y ajustando los medicamentos, y logrando al máximo el bienestar del paciente.**

## **b) Comunicación y Confianza**

**Es la base para una buena relación, UD debe hacer a un lado los prejuicios y platicar abiertamente, tomando en cuenta:**

- ¿Se siente bien hablando de la situación?**
- ¿Escucha el médico atentamente lo que UD dice?.**
- ¿Puede el médico discutir su situación en palabras que usted puede entender?**

# c) Respeto y Participación

- **¿Le parece que el médico quiere trabajar con UD y con su paciente?**
- **¿Respeto el médico sus ideas y las opiniones de los demás cuidadores y EME?**
- **¿Se siente UD como si estuviera involucrado en las decisiones del tratamiento.**



# d) Disponibilidad y Acceso

- **¿Cuáles son las horas de Consulta en su Consultorio?**
- **¿Hay transporte disponible?**
- **¿Hay lugar cercano para estacionar?**
- **¿Tiene suplente, caso que no se presente?**
- **¿Pasa el tiempo adecuado con el paciente, cuidador y demás familiares?**

## e) Honorarios

- **¿Cuáles son sus honorarios?**
- **¿Qué está incluido en este pago?**
- **¿Acepta pagos a través de Seguros?**
- **¿Se espera pagar al momento de la visita inicial? Si su médico no cumple con alguno de los criterios antes mencionados o UD quiere una 2da opinión.**

# ✓ Como Buscar a “su Médico”

- **En el listado de la Fundación**
- **En las Páginas Amarillas**
- **Por recomendación**
- **En su Centro de Salud más cercano y que le merezca más confianza.**

# PASO 3

- a) Preparándonos para la primera visita**
- b) Historia Médica**
- c) Artículos que debe llevar con UD.**



# a) Preparándonos para la primera visita

- **Puede que su querido familiar no sea cooperativo a causa de la ansiedad, temor, incertidumbre, o por la inhabilidad de expresarse adecuadamente. El acompañante debe conocer bien las circunstancias y sus datos .**

# a) Preparándonos

....Continuación

- **Si se siente incómodo asistiendo con su querido familiar, por ciertas situaciones que impiden comunicar al médico la realidad del problema, concrete una cita para hablar con el médico en privado. Es difícil hablar de cosas vergonzosas delante del paciente.**

## **b) Historia Médica**

**Es útil hacer:**

- **Una lista de todos los medicamentos que toma recetados y otros (vitaminas y remedios caseros)**
- **Nombres y direcciones de todos los médicos que se han consultado con anterioridad.**

## **b) Historia Médica ... Continuación**

**Lleve cualquiera de las siguientes pruebas  
que se haya hecho el paciente:**

- **Exámenes de Laboratorio**
- **Rayos "X" de pecho**
- **Tomografía Computarizada**
  - (Visualiza la estructura interna del cuerpo).
- **Electrocardiograma**
  - ( Registra la actividad eléctrica o impulsos del corazón).
- **Electroencefalograma**
  - ( Registra la actividad eléctrica o impulsos del cerebro).
- **Resonancia Magnética y otras**



## **b) Historia Médica ... Continuación**

● **Si ha estado hospitalizado o ha tenido operaciones, fecha y operación realizada.**

● **Recuerde:**

● **Vacunas**

● **Heridas**

● **Alergias**

● **Consumo de alcohol, café o tabaco**

● **Dieta.**

● **Hábitos**

● **Traumas y lo que UD piense que pueda ayudar.**

## **c) Artículos que debe llevar con UD.**

- **Copias de resultados médicos**
- **Artículos personales y cambio de ropa si el paciente es incontinente**
- **Lentes y aparato auditivo, dientes postizos y aparatos de apoyo para caminar**
- **Algo para mantenerlo ocupado**
  - **Bocaditos si le gusta comer.**
  - **Manualidades sencillas que le gusten.**

# PASO 4

- a) ¿Que es el Diagnóstico y que involucra?**
- b) Identificando otras posibles causas**
- c) Recibiendo los resultados.**

# a) ¿Que es el Diagnóstico y que involucra?

**El diagnóstico se obtiene por eliminar las otras causas posibles que también tiene como síntomas la pérdida de memoria, incluye:**

- **Historia detallada.**
- **Examen Físico.**
- **Examen Neurológico.**
- **Examen Psicológico.**



# □ Historia Detallada.

El médico entrevista a los familiares para identificar los cambios de personalidad, en el comportamiento y obtener una historia médica sobre:

- ❖ **Los cambios que ha sufrido.**
- ❖ **Los síntomas que ha tenido.**
- ❖ **Los cambios de personalidad y comportamiento.**
- ❖ **Desorientación de tiempo y de lugar.**

# Examen Físico

- Revisión de los ojos y los oídos
- Una prueba de sangre.
- Una observación del estado de salud para detectar deficiencias de vitaminas B-12 o enfermedades como cáncer, diabetes, enfermedad del hígado o riñones.
- Un análisis de orina
- Rayos “X” del pecho.

# Examen Neurológico.

**Observación de las habilidades motrices y reflejos, alteraciones de funcionamiento de células nerviosas.**

## ■ Tomografía Computarizada

- (para identificar tumores, embolias, heridas, acumulación de sangre...)

## ■ Resonancia Magnética (\*)

## ■ Electroencefalograma. (\*)

## ■ Electromiograma (\*)

## ■ Electrocardiograma (\*)

**(\*) Únicamente si son necesarios**

# □ Examen Psicológico.

- Depresión.
- Esquizofrenia.
- Abuso de alcohol.
- Pruebas observando frustración, enojo....
- Orientación de lugar
- Orientación de tiempo.
- Memoria  
(a largo y corto plazo)
- Habilidad para hacer cálculos.
- Habilidad para leer y escribir.
- Pruebas de lenguaje.
- Nombrar cosas.
- Terminación de oraciones.
- Fluidez del lenguaje.



## **b) Identificando otras posibles causas**

(Que puedan ocasionar síntomas similares)

- **Un golpe o heridas en la cabeza.**
- **Enf. infecciosas** (pulmonar, de riñones)
- **Enf. del corazón** (arteriosclerosis, alta presión..)
- **Desórdenes metabólicos y endocrinos**
- **Reacciones adversas a algunos medicamentos**
- **Problemas físicos o emocionales**  
(Depresión, Esquizofrenia...)

## **c) Recibiendo .... Continuación**

**Una vez concluida la investigación  
su médico le dará:**

- El contenido de las investigaciones.**
- Los resultados de todas las pruebas.**
- Un diagnóstico específico.**
- Una explicación general del desarrollo de la enfermedad.**

## **c) Recibiendo .... Continuación**

- **Aclare y comprenda los resultados**
- **Pregunte sobre los medicamentos.**
- **Averigüe sobre los servicios de apoyo.**
- **Pida referencias para ponerse en contacto con un trabajador social o psicólogo.**
- **Forme un plan con él referente a los servicios médicos y cuidados futuros de su querido familiar**

# **\* Importante**

## **La Enfermedad de Alzheimer NO ES:**

- **Envejecimiento normal**
- **Nombre novedoso dado a una etapa.**
- **Endurecimiento de las arterias.**
- **La segunda niñez, enfermedad mental o retraso mental.**
- **Deficiencia nutricional.**
- **Falta de oxigenación del cerebro.**
- **Debido a un trauma emocional o conflicto.**



# PASO 5

- a) El Cuidador Familiar y la Participación Familiar**
- b) Cambios en la Vida Familiar**
- c) La Fundación Alzheimer, una ayuda para usted**

# **a) El Cuidador Familiar y la Participación Familiar**

- **Usted no podrá solo, busque reunirse con sus familiares y amigos o pidanos ayuda, explique lo que padece su querido familiar.**
- **Planifiquen como les gustaría participar y cuanto tiempo.**
- **Es importante hablar de asuntos financieros y legales**

## **b) Cambios en la Vida Familiar**

- Impacto emocional, cambios en la vida familiar y social para responder a necesidades del enfermo y su familia.**
- No guarde sus sentimientos, es muy importante comunicar (Grupos de Apoyo).**

# ❖ Cambios en El Medio

- ❑ **Seguridad en el baño.**
- ❑ **Atención en el cuidado personal.**
- ❑ **Guardar los medicamentos.**
- ❑ **Asegurar las llaves de la casa y vehículo.**
- ❑ **Supervisar muy de cerca las actividades de su querido familiar.**
- ❑ **Auxiliares de memoria.**



# Para dar la mejor atención ✓ ¡LAS FAMILIAS NECESITAN AYUDA!

Cuidar puede ser una tarea agotadora, confusa y frustrante. Se necesita Asesoramiento Profesional

## **Entienda sus emociones**

**La mayoría de los miembros de la familia siente :**

- **Culpa: La EA no tiene nada que ver con lo que usted ha hecho o dejado de hacer.**
- **Vergüenza: Trate de recordar que el o ella no está tratando de avergonzarle.**
- **Temor: Combata el temor con los Datos e información.**
- **Ira y resentimiento: Entérese de las maneras positivas de controlar y expresar sus emociones.**

# Hay muchas maneras en que ✓ **LA FAMILIA PUEDE AYUDAR**

Una familia considerada puede crear una gran diferencia para la seguridad, confort y participación. continua del paciente en el mundo.

## **LAS ACTIVIDADES**

**Pueden ayudar a que su familiar este alerta y comunicado**

- **Ejercicio Físico: Una caminata habitual, bailar .....**
- **Recreación: Aunque las facultades estén fallando, mientras pueda disfrutar que lo haga.**
- **Grupos Sociales: Centros para personas de edad avanzada, Centros Diurnos**
- **Tareas Caseras: Sencillas, pueden elevar la autoestima.**

# ✓ **Comprensión**

**Comprender lo que la persona siente es el primer paso para dar el mejor cuidado posible**

## **Un enfermo siente**

- Confusión:** porque se dan cuenta de lo que les está ocurriendo.
- Frustración:** porqué no pueden hacer las cosas que solían hacer.
- Ira:** ¿Por qué esto me está ocurriendo a mi?
- Temor:** La EA puede hacer que el mundo sea un lugar temible.
- Incertidumbre y Depresión:** ¿Qué me espera?

## **Medidas Positivas:**

- Haga todo lo posible para que la persona retenga su dignidad y amor propio.**
- Sea “Escuchador”.**
- Estimule a que le hablen de sus sentimientos**
- Asegúrele que aunque las realidades no son nada agradables la vida puede seguir disfrutándose**



# ✓ Mantenga una Actitud Positiva

- ❖ **Obtenga ayuda cuando la necesite:** Pida a sus amigos u otros miembros de su familia ayuda, un poco de distracción le ayudará a ser paciente y comprensivo.
- ❖ **Mantengase saludable:** .Coma bien, descanse y ejercítese para mantenerse en su mejor estado físico y emocional.
- ❖ **Aprenda lo más posible:** Saber que esperar puede ser de gran ayuda .
- ❖ **Haga preguntas, obtenga soluciones:** No tenga miedo de hacer preguntas a su médico o psicólogo. Si bien ser cuidador presenta muchos problemas, igual hay muchas soluciones



# ✓ Procure Asistencia Profesional.

**En las primeras etapas de la EA: Muchos pacientes y sus familiares pueden beneficiarse del asesoramiento profesional. Nuestros profesionales pueden ayudarle con sus emociones y sus temores que a menudo se asocian con el proceso normal del envejecimiento.**

# c) Una Ayuda para UD.....

**PROGRAMA**  
**Centro de Entrenamiento,**  
**Orientación y Asistencia a**  
**las Demencias**  
**(C.E.O.A.D.)**

# **SUB-PROGRAMAS**

## **C.E.O.A.D**

- **Centro de estimulación cognitiva y atención integral al paciente, cuidador y familia.**
- **Cuidarme para Cuidar y Grupos de Apoyo.**
- **Docencia, Capacitación y Entrenamiento .**
- **Centro de Documentación,**
- **Folletos y Publicaciones**

# ★ ATENCIÓN AL PACIENTE, CUIDADOR Y SU FAMILIA

## Servicios:

- **Centro de Estimulación Cognitiva y Atención Integral**
  - **Línea de Ayuda**
  - **Terapia Ocupacional.**
  - **Orientación Médica y Psicológica.**
- **Información de Servicios disponibles**
  - **(Públicos y Privados).**





**Favor ver Programas,  
Boletines, Manuales  
Gratuitos y más en:  
[www.alzheimer.org.ve](http://www.alzheimer.org.ve)**

- Apoyando a los  
Familiares Cuidadores

**GRUPOS DE APOYO**

**Entrada Libre**



# ★ La importancia de a un GRUPO DE APOYO

## El Cuidador Principal, la Segunda Victima



- Aprende a aceptar la realidad y a compartir sentimientos y experiencias
- Aprende sobre la E.A.
- Ayuda a otros
- Fomenta su cuidado personal y autoestima
- Se ofrece un respiro y una oportunidad
- Se dá cuenta que no está solo

# Infórmese sobre nuestras Actividades de

## **DOCENCIA, CAPACITACION Y ENTRENAMIENTO**

- **Entrenamiento para Cuidadores (Familiares y Profesionales).**
- **Entrenamiento para el Cuidado en el Hogar.**
- **Seminarios, Cursos, Talleres y Conferencias.**





# DOCENCIA Y ENTRENAMIENTO

EDUCANDO Y DANDO HERRAMIENTAS A LAS FAMILIAS Y PROFESIONALES.



El conocimiento para  
**APRENDER  
A CONVIVIR**  
con el Alzheimer







# Inserción Social y Calidad de Vida

# ***Personas con Alzheimer***

## ***Actividades***

*Estimulación, Socialización, Risoterapia y otras*





# ***Personas con Alzheimer***

## ***Actividades***

*Estimulación, Socialización, Risoterapia y otras*



# INSERCIÓN SOCIAL DISFRUTANDO EN FAMILIA: LA FAMILIA ALZHEIMER

Cumpleaños

Día de las  
Madres





# ***Beneficiarios del Programa C.E.O.A.D***

- ✓ **Pacientes**
- ✓ **Familiares**
- ✓ **Cuidadores Profesionales**
- ✓ **Profesionales de la Salud**
- ✓ **Otros (Estudiantes y Voluntarios)**

## Grupos de Apoyo.



## Cursos de Cuidadores.



## Conferencias y Charlas



## Día Mundial del Alzheimer Caminata del Recuerdo



A  
C  
t  
i  
v  
i  
d  
a  
d  
e  
s



# PASO 6

- a) Consultas al Médico a Largo Plazo**
- b) Atención y Cuidados a Largo Plazo**
- c) Resumen de los pasos.**

# ✓ Consultas a Largo Plazo

- **¿En que hospital consulta su médico, para casos de emergencia?**
- **¿Cuál es la compañía de ambulancias que sirven a ese hospital?**
- **¿Cómo hacer contacto con su médico en caso de emergencia?**
- **Hablar sobre los deseos expresados por su querido familiar referente a equipos de vida artificial y cuando no pueda expresarse en cuanto al sentir y dolor.**



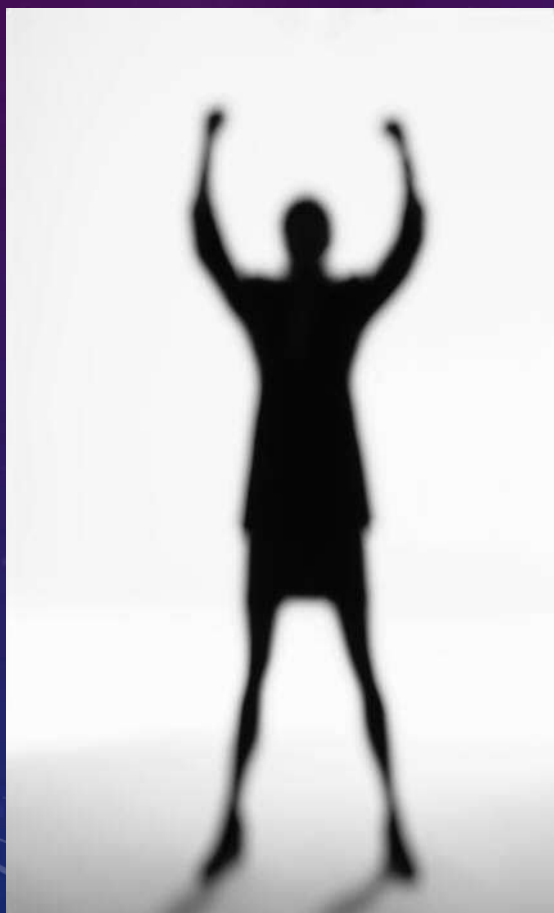
# ✓ Atención y Cuidados a Largo Plazo

- **Responsabilidad de firmar papeles.**
- **Obtención de servicios y equipos para ayudar a cuidar en casa.**
- **Centros de Atención Integral y Estimulación Cognitiva.**
- **Pañales para adultos, silla de ruedas, camas especiales o equipo para ayudar a bañarlo.**

# Resumen de los PASOS

- **Entender las razones para Consultar a un Médico.**
- **Relaciónese con su Médico.**
- **Prepare la primera visita.**
- **Aprenda del Diagnóstico.**
- **Trabaje con sus familiares para cuidar.**
- **Visite al médico a largo plazo**

# Intégrese y Comprométase



- **APRENDA:** lo más posible sobre la enfermedad
- **COMPARTA:** su conocimiento con otras personas.
- **APOYE:** los esfuerzos para hallar la causa y la cura
- **RECUERDE ¡SU TIEMPO Y ENERGIA PUEDEN LOGRAR LA DIFERENCIA!**

# Intégrese a la Red Facebook y Twitter

[www.alzheimer.org.ve](http://www.alzheimer.org.ve)

**E-mail:**

[alzven@gmail.com](mailto:alzven@gmail.com)

**Esta presentación la puede encontrar en**  
<http://alzheimer.org.ve/article/como-seleccionar-a-un-especialista-en-un-proceso-d/>