



PERÚ

Ministerio
de la Mujer y
Poblaciones Vulnerables



“60 Años y Más”

Boletín Vol. 14, N° 1. Enero 2014

Trastorno Cognitivo

• ¿Qué es la demencia?

Es el deterioro progresivo de las funciones mentales que interfiere con las actividades sociales y laborales del individuo. No hay alteración de la conciencia o atención, es decir, uno puede estar atento y despierto pero lo que se afecta es la memoria y hay un trastorno cognitivo.

• ¿Qué alteraciones de tipo cognitivo se presentan?

- Incapacidad total o parcial para usar el lenguaje escrito, lenguaje hablado, comprender lo que se escucha o lo que se lee.
- Todos estos trastornos se dan sin que haya lesión de los sentidos, por lo que se les denomina Afasia.
- Dificultad para llevar a cabo acciones voluntarias, es decir, la persona tienen la fortaleza, habilidades físicas y el deseo de concretar los movimientos, pero no logra hacerlo, a esta dificultad se le conoce como Apraxia.
- No puede reconocer los estímulos ya aprendidos y tampoco puede aprender nuevos.
- No siente olores, no reconoce si es liso o áspero, etc. A este trastorno se le conoce como Agnosia.



• Enfermedad de Alzheimer

Es una de las causas más frecuentes de demencia a nivel mundial, es una alteración del sistema nervioso central; suele aparecer a partir de los 65 años, pero también se presenta en personas más jóvenes. Cuando se analiza el tejido cerebral se observa la pérdida de una sustancia denominada acetilcolina. Esta sustancia permite que las neuronas se comuniquen entre sí, ayudando así a realizar actividades cognitivas como el aprendizaje, memoria y pensamiento.

• ¿Qué causa el Alzheimer?

Aún es difícil determinar la causa específica, pero hay estudios sobre los diferentes factores que inician la enfermedad, uno de ellos es el factor genético, como por ejemplo en personas con Síndrome de Down la presencia de esta enfermedad es mayor.

• ¿Existen otras causas de demencia?

Después del Alzheimer tenemos como segunda causa de demencia, a los comúnmente denominamos “derrames”, que son alteraciones de las arterias y venas del cerebro que se obstruyen o se rompen dejando zonas del cerebro sin sangre y por ende sin oxígeno. De esta manera estas zonas dejan de funcionar afectando nuestra memoria, sensibilidad, movimiento y otras funciones cerebrales.



• ¿Sabía Ud. que la práctica del estudio, después de los 60 años mejora la salud?

El realizar actividades intelectuales como estudiar, ayuda a prevenir enfermedades mentales propios de la edad, reduce el riesgo de depresión y permite recuperar roles sociales.

Un estudio realizado en la Universidad Nacional de Lomas de Zamora (Argentina), comprobó que retomar los estudios a los 60 años no sólo rejuvenece el cerebro, sino también ayuda a prevenir enfermedades mentales de la edad, como las demencias, la depresión y la fragilidad emocional. Permite recuperar y mejorar la calidad del envejecimiento.

Los especialistas concluyen que las Personas Adultas Mayores (PAM) tienen la misma capacidad de aprendizaje que en otras épocas de la vida; la diferencia está en que obedecen a conocimientos previos, estudios finalizados, ritmo de estudios, horarios, interés y motivación por la tarea.

Finalmente, el 91% de las PAM entrevistadas aseguraron que la formación les permitió mejorar su calidad de vida.



• ¿La alimentación influye en el mantenimiento y desarrollo de la memoria de las PAM?

Un estudio realizado por la Universidad de Rush (Chicago – USA) a un grupo de 121 residentes del Proyecto: “Salud para la vejez”. Demostró que la influencia de la vitamina B12 en el mantenimiento de la memoria y el conocimiento de las personas adultas

mayores es muy importante, ya que no consumir esta vitamina es un factor de riesgo para que el cerebro disminuya su desarrollo. Una fuente habitual y natural de vitamina B12, advierten los investigadores, son los alimentos de origen animal: el pescado, la carne, en especial el hígado, la leche, los huevos y las aves de corral.

Por lo tanto, la alimentación juega un rol muy importante en la prevención de diferentes trastornos. En este caso el desarrollo de nuestro cerebro y su funcionamiento.

• ¿Cuál es la situación del Alzheimer en el Perú y en el mundo?

Las cifras de atención de este mal neurológico se van incrementando cada año en nuestro país, así el 2011 los casos atendidos se elevaron en un 37.4% con respecto al 2010 y el 2013 son 500 los casos diagnosticados, como informa la Dirección de Salud Mental del MINSA.

El Seguro Integral de Salud (SIS) ahora financia la atención de esta enfermedad y se está incorporando en la actualización del Plan Esencial en Salud (PEAS) que hasta el momento solo atendía algunos trastornos psiquiátricos como la depresión, alcoholismo entre otros.

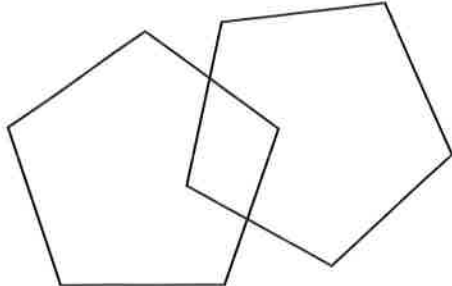
Estudios realizados dan cuenta que a nivel de la población mundial es la enfermedad de Alzheimer y las demencias vasculares, las que constituyen el 80% del total de las demencias atendidas.

Analizando por rango de edad se observa que el Alzheimer está presente en el 1% de la población de 60 años, y en un 32.2% de la población de 94 años a más; es decir a mayor edad, mayor es la probabilidades de padecerla.

Finalmente cabe señalar que en personas menores de 75 años la presencia de la enfermedad es ligeramente mayor en hombres y en mayores de 75 años esta presencia es mayor en las mujeres.



¿Existe algún examen con el que nosotros podamos vigilar nuestro estado cognitivo?

EXAMEN MINI MENTAL COGNITIVO		Puntaje
ORIENTACIÓN		
“Dígame el: Día.....Fecha.....Mes.....Estación.....Año.....”		5 puntos
“Dígame el lugar donde nos encontramos En qué piso Ciudad.....Prov.....Nación.....”		5 puntos
FIJACIÓN		
“ Repita estas tres palabras: Presenta – Caballo _ Manzana” (Repetirlas hasta que las aprenda)		3 puntos
CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO		
“Si tiene 30 soles y me va dando de 3 en 3 ¿Cuántas le van quedando?”		5 puntos
“Repita estos números: 5-9-2 (hasta que los aprenda) “Ahora hacia atrás”		3 puntos
Recuerda las tres palabras que le he dicho antes?		3 puntos
LENGUAJE Y CONTRUCCIÓN		
Mostrar un bolígrafo “ ¿Qué es esto?”		2 puntos
“Repita la frase” “En un trigal había 5 perros”		1 punto
“Una manzana y una pera son frutas ¿verdad? ¿Qué son el rojo y el verde?” ¿ Qué son un perro y un gato”		2 puntos
“Coja este papel con la mano derecha, dóblelo y póngalo encima de la mesa”		3 puntos
“Lea esto y haga lo que dice” CIERRE LOS OJOS		1 punto
“Escriba una frase”		1 punto
“Copie el dibujo”		1 punto
		

• Calificación

Para la calificación tomar en cuenta lo siguiente:

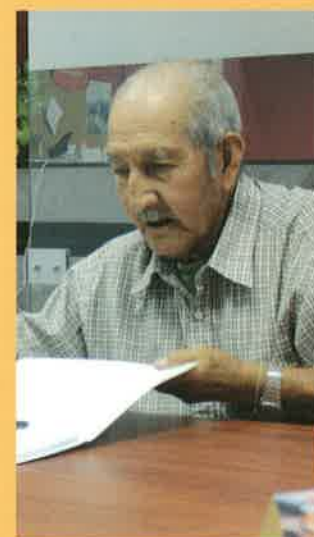
- La puntuación máxima es 35.

- Las personas mayores o de 65 años que obtienen 24 puntos o más se considera que no tienen deterioro cognitivo pero si obtiene puntuaciones de 23 o menos probablemente lo habría.

- De igual forma en personas menores de 65 años con puntuación de 28 o más no hay trastorno cognitivo y con 27 puntos o menos este sí lo presentarían.

• Recomendaciones

Recordar que este es un examen de apoyo y vigilancia del estado cognitivo y no un diagnóstico definitivo de trastornos del conocimiento que debe ser respaldado de una evaluación clínica por un profesional de la salud.



Plan Nacional para la prevención y el tratamiento del Alzheimer

• ¿Qué es el Plan Nacional para la prevención y el tratamiento del Alzheimer y cuáles son sus objetivos?

Con fecha 13 de mayo del 2013 se promulgó la Ley N° 30020 que crea el Plan Nacional para la Prevención y Tratamiento del Alzheimer y otras Demencias, que tiene como objetivos:

- a) Crear y mantener un sistema nacional integral de salud para prevenir y atender a las personas con la enfermedad de Alzheimer.
- b) Promover proyectos de investigación básica y aplicada en las universidades, centros de investigación e instituciones vinculadas con el estudio del mal de Alzheimer y otras demencias.
- c) Garantizar el acceso a un protocolo de evaluación que facilite el diagnóstico, un plan de atención y rehabilitación de los pacientes con la enfermedad de Alzheimer.
- d) Garantizar los derechos de las personas con esta enfermedad y otras demencias a una vida digna y de calidad.
- e) Fomentar campañas de prevención primaria y promoción en los niveles nacional, regional y local para la detección temprana de estas patologías.
- f) Promover la formación de recursos humanos profesionales y técnicos para la evaluación, el diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de los pacientes con la enfermedad.
- g) Crear y fortalecer un sistema nacional de centros de atención integral para los pacientes con enfermedad de Alzheimer y otras demencias.



• ¿Qué instituciones están comprometidas en la elaboración del Plan Nacional para la prevención y el tratamiento del Alzheimer?

El Ministerio de Salud como ente rector en el ámbito de la salud se encuentra comprometido con la elaboración del Plan Nacional para el Alzheimer y otras demencias, en coordinación con el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables.



Trabajamos junto a ti, por una mejor calidad de vida

Cendoc MIMP

Hecho el depósito legal en la Biblioteca Nacional del Perú
N° 2013-03280

Tiraje: 2000 ejemplares

Enero 2014

Lima, Perú

Impresión: CorpoGrafem/Jr. Ica N° 759 Of. 201-Lima



PERÚ

Ministerio
de la Mujer y
Poblaciones Vulnerables

Viceministerio de
Poblaciones Vulnerables

Dirección General
de la Familia y
la Comunidad

Dirección de Personas Adultas Mayores

Jr. Camaná 616, Cercado de Lima
Teléfono: 626-1600 anexo 5020

www.mimp.gob.pe