

NOTA DE PRENSA

Madrid, miércoles 5 de octubre de 2011



Carretas, 14 8º F 28012 Madrid Tel. 915 221 313
Fax 914 354 888 sefac@sefac.org www.sefac.org

Identificar síntomas premonitorios, asignar un cuidador principal y proporcionar un entorno seguro, medidas clave para la óptima atención al paciente con Alzheimer

- El Alzheimer es la principal causa de demencia y afecta en España a cerca de 700.000 personas, en su mayoría con edades superiores a los 65 años. El progresivo deterioro físico y mental que provoca esta patología en este tipo de paciente le impedirá valerse por sí mismo, por lo que es su entorno cercano quien acaba asumiendo su atención y cuidado.
- Aunque se trata de una enfermedad no prevenible y para la que aún no se dispone de tratamientos curativos, realizar actividades que ayuden a mantener la capacidad mental activa, así como mantener una dieta saludable, son medidas que pueden ayudar a sobrellevar mejor el Alzheimer.
- SEFAC dedica la entrega de octubre de su campaña *Recomendaciones SEFAC a la población* a ofrecer consejos desde la farmacia comunitaria para saber identificar los síntomas del Alzheimer y ayudar a los familiares en el mejor cuidado de los pacientes afectados.

El Alzheimer (enfermedad que toma el nombre del neurólogo alemán que la identificó en los primeros años del siglo XX) es la **principal patología causante de demencia y afecta a cerca de 700.000 pacientes en España**, en su mayoría con edades superiores a los 65 años. Su carácter progresivo y degenerativo **provoca en el afectado un deterioro constante e irreversible de sus funciones cognitivas** (pérdida de memoria y del sentido de la orientación, alteración del lenguaje, etc.) que acabarán impidiéndole valerse por sí mismo. Esta incapacidad supone una dificultad añadida en el abordaje del Alzheimer, ya que **tendrá que ser el entorno del propio paciente quien asuma estas funciones**. Para saber reconocer los síntomas premonitorios y ayudar en la atención del paciente afectado, la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC) dedica la entrega correspondiente a octubre de su campaña *Recomendaciones SEFAC a la población* al Alzheimer, con el objetivo de **ofrecer consejos desde la farmacia comunitaria para que enfermos y cuidadores sobrelleven lo mejor posible esta patología** todavía sin cura conocida.

El Alzheimer es una enfermedad imposible de prevenir. No obstante, **sí existen situaciones que alertarían de un posible padecimiento futuro, lo que permitiría iniciar su tratamiento y supervisión desde la fase inicial** (que suele durar un par de años y en la que el paciente aún ostenta cierta autonomía). Por ello, esta ficha recomienda informar a los profesionales sanitarios de todos aquellos problemas incipientes de memoria, lenguaje, orientación o funciones ejecutivas que surjan en edades próximas a los 65 años. Más allá del

posterior diagnóstico o descarte de un deterioro cognitivo, se recomienda que a estas edades se realicen actividades que ayuden a **mantener la capacidad mental y la memoria activas**, como hacer ejercicio físico, mantener una dieta saludable y una vida social activa, leer, escribir, realizar la lista de la compra, etc.

El rápido deterioro físico y sobre todo mental que sufre el paciente afectado por Alzheimer (apenas cuatro o cinco años después ya presentará dificultades para mantener sus relaciones sociales así como para asearse, vestirse o comer) **otorga desde el primer momento un protagonismo fundamental a sus familiares o allegados**. Ellos serán quienes desde su cercanía y convivencia diaria con el afectado puedan reconocer señales de alerta como cambios de memoria, dificultades para resolver tareas de la casa, desorientación de tiempo o lugar, etc. Y serán ellos quienes, a medida que se desarrolle la enfermedad, tengan que asumir su cuidado. **Esta responsabilidad, según recuerda esta ficha, también provocará a los cuidadores un desgaste físico y psicológico** para el que deben estar preparados.

La ficha recomienda la **designación de un cuidador principal**. Él hará de interlocutor ante los servicios sanitarios, al ser la persona que mejor sabrá describir los efectos de la enfermedad en el afectado. En el día a día, **es importante dotar de seguridad al entorno del paciente afectado por Alzheimer**. Así, se recomienda eliminar obstáculos para caminar, quitar cerrojos, limitar la apertura de puertas o ventanas, ubicar pasamanos, evitar encender braseros, etc. No obstante, la ficha recuerda que los cuidadores pueden apoyarse para su labor en los recursos sanitarios (profesionales sanitarios, centros de día, etc.) y sociales (asociaciones de pacientes, ayudas domiciliarias, etc.) que ofrece el Sistema Nacional de Salud.

Hasta la fecha, no ha sido posible encontrar una forma comprobada de prevenir el Alzheimer. Algunos estudios sí indican la **conveniencia de consumir una dieta mediterránea**, reducir la ingesta de ácido linoleico (presente en productos lácteos) e incrementar el consumo de ácido fólico y de alimentos con antioxidantes (como frutas y verduras de color oscuro). También determinados medicamentos, como algunos inflamatorios (AINE) o las estatinas, pueden contribuir a disminuir el riesgo de padecer Alzheimer, siempre que sea el médico quien valore los pros y contras de su consumo con tal objetivo.

Igual que no existe forma efectiva de prevención del Alzheimer, tampoco la hay para su cura. Actualmente, **los tratamientos existentes están encaminados a retrasar el deterioro físico**, mantener las funciones cognitivas, recuperar alguna de las que se hayan perdido y mejorar la calidad de vida del paciente.

Esta nueva entrega de la campaña *Recomendaciones SEFAC a la población*, reconocida de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, se une a las más de treinta fichas difundidas por SEFAC desde junio de 2008. Las últimas entregas se han dedicado a tabaquismo, insomnio, cicatrización, regeneración de la piel, cefaleas, picaduras de insectos, fotoprotección solar y psoriasis, y **están todas disponibles para su descarga en PDF en www.sefac.org, con objeto de que los medios de comunicación hagan de ella y/o su contenido la difusión que estimen conveniente**.

Sobre SEFAC

Constituida en marzo de 2001, la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC) es una asociación científica y profesional de ámbito nacional con más de 1.600 asociados y siete delegaciones autonómicas, que tiene como objetivo prioritario profundizar en la cartera de servicios asistenciales de la farmacia comunitaria y convertirse en un interlocutor científico de referencia del farmacéutico comunitario con las distintas administraciones y con el resto de las profesiones sanitarias. Más información en www.sefac.org.

Para más información, contactar con Alberto Cornejo en acornejo@sefac.org o en el teléfono 91 522 13 13.