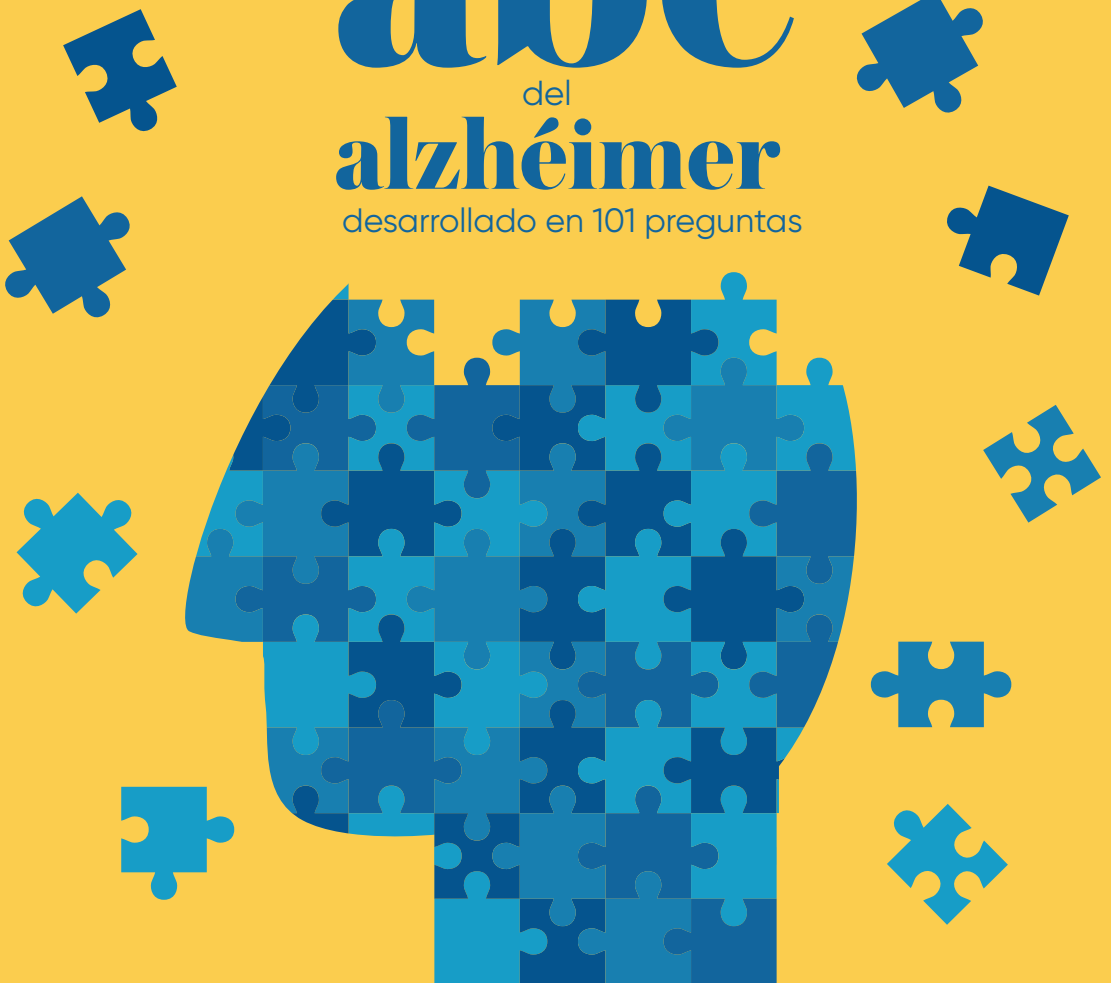




Universidad  
Continental

El  
**abc**  
del  
**alzhéimer**  
desarrollado en 101 preguntas



Carlos **Sandoval Cáceres**

**El abc del alzhéimer  
desarrollado en 101 preguntas**



Universidad  
Continental

El  
**abc**  
del  
**alzhéimer**  
desarrollado en 101 preguntas

Carlos Sandoval Cáceres

**SANDOVAL CÁCERES, Carlos**

*El ABC del alzhéimer desarrollado en 101 preguntas* / Carlos Sandoval Cáceres. 1a ed. Huancayo: Universidad Continental. Fondo Editorial, 2019.

ISBN 978-612-4443-03-9

1. Enfermedad de Alzheimer 2. Enfermedades mentales 3. Signos y síntomas  
616.8311 (SCDD)

Datos de catalogación Universidad Continental

Es una publicación de Universidad Continental

*El ABC del alzhéimer desarrollado en 101 preguntas*

Carlos Sandoval Cáceres

Primera edición

Huancayo, julio de 2019

Tiraje: 500 ejemplares

© Del autor

© Universidad Continental SAC

Av. San Carlos 1980, Huancayo, Perú

Teléfono: (51 64) 481-430 anexo 7863

Correo electrónico: [fondoeditorial@continental.edu.pe](mailto:fondoeditorial@continental.edu.pe)

[www.universidad.continental.edu.pe](http://www.universidad.continental.edu.pe)

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú nro. 2019-09039

ISBN 978-612-4443-03-9

Registro de Proyecto Editorial nro. 31201011900698

Cuidado de edición: Jullisa del Pilar Falla Aguirre

Diseño de cubierta y diagramación: Yesenia Mandujano Gonzales

Impresión: Tarea Asociación Gráfica Educativa

Pasaje María Auxiliadora 156-164, Breña-Lima

Julio, 2019

Impreso en el Perú / *Printed in Peru*

El contenido de esta obra es responsabilidad exclusiva del autor. No refleja necesariamente la opinión de la Universidad Continental. Prohibida la reproducción por cualquier medio, total o parcialmente, sin permiso expreso del editor.



# Índice

Presentación	15
Prólogo	17
Introducción	19

## **Capítulo I. Conociendo un poco más al «enemigo».**

### **Algunas definiciones importantes**

1. ¿Qué son las demencias?	23
2. ¿Cuántos tipos de demencia se conocen?	25
3. ¿Es normal presentar demencia durante el envejecimiento?	27
4. ¿Por qué se le denomina enfermedad de Alzheimer?	29
5. ¿Demencia senil y enfermedad de Alzheimer son lo mismo?	33
6. ¿Es la enfermedad de Alzheimer un problema de salud pública?	35
7. ¿Olvidarse es un síntoma de demencia?	37
8. ¿Qué es el deterioro de la memoria asociado a la edad (DMAE)?	40
9. ¿Qué es el deterioro cognitivo leve?	42
10. ¿Qué es la enfermedad de Alzheimer?	45

## **Capítulo II. ¿Cuánto sé y qué esperar? El alzhéimer y su impacto**

11. ¿Cuáles son los síntomas y signos principales en el alzhéimer?	51
12. ¿Cómo se diagnostican las demencias?	54
13. ¿Qué enfermedades debemos descartar para no confundirnos con el alzhéimer?	57

14. ¿Es cierto que la enfermedad de Alzheimer es más frecuente en mujeres que en hombres?	59
15. ¿Es contagioso el alzhéimer?	61
16. ¿Es la pérdida del olfato un signo precoz de la enfermedad de Alzheimer?	63
17. ¿Existen algunos exámenes para diagnosticar las demencias?	65
18. ¿Cuál es la prevalencia y distribución de la enfermedad de Alzheimer a nivel mundial?	72
19. ¿Existen etapas en la enfermedad de Alzheimer?	74
20. ¿Existe alguna relación entre el síndrome de Down y el alzhéimer?	79

### **Capítulo III. ¿Aquí están, estas son! Clasificación de las demencias**

21. ¿Qué es la demencia vascular?	83
22. ¿Qué es la demencia de cuerpos de Lewy?	86
23. ¿Qué es la demencia frontotemporal?	88
24. ¿Qué es la demencia por hidrocefalia a presión normal?	90
25. ¿Qué es la demencia pugilística?	92
26. ¿Existe una demencia por alcoholismo?	94
27. ¿Existe alguna demencia por la deficiencia de vitaminas?	96
28. ¿Existe la demencia por trastorno de la glándula tiroides?	98
29. ¿Puede haber demencia por hematoma subdural?	100
30. ¿Existe la demencia por Sida?	102
31. ¿Se puede presentar demencia en personas jóvenes?	104

### **Capítulo IV. Curar o no curar... he allí el problema.**

#### **Tratamiento convencional**

32. ¿Tiene cura el alzhéimer?	107
33. ¿Qué medicinas disponemos para tratar el alzhéimer?	109
34. ¿Existe algún tipo de tratamiento no farmacológico?	111
35. ¿Son buenos los irrigadores cerebrales para la enfermedad de Alzheimer?	115

36. ¿Se debe tratar a un enfermo de alzhéimer que presenta alucinaciones?	118
---	-----

#### **Capítulo V. Siglo 21, ¿estamos avanzando? Nuevas tecnologías**

37. ¿Existe la vacuna contra el alzhéimer?	121
38. ¿Existe el tratamiento con células madre en el alzhéimer?	123
39. ¿Existe algún análisis de laboratorio para detectar precozmente el alzhéimer?	125
40. ¿Cuáles son los biomarcadores en el alzhéimer?	127

#### **Capítulo VI. ¿Dime quién te cuida? El cuidador y el alzhéimer**

41. ¿Qué cuidados requiere un enfermo con alzhéimer?	131
42. ¿Qué es un cuidador de paciente con alzhéimer y cuáles son sus requisitos?	134
43. ¿Qué actividades realiza el cuidador de un enfermo con alzhéimer?	136
44. ¿Qué es el estrés de cuidador?	139
45. ¿Se debería llevar a todos los pacientes con alzhéimer a una residencia geriátrica?	143
46. ¿Se le debe decir la verdad a un paciente con alzhéimer?	146

#### **Capítulo VII. Desacostumbrando las costumbres. Se pueden alterar algunas costumbres del enfermo con alzhéimer**

47. ¿Se recomienda alguna dieta en especial para el alzhéimer?	149
48. ¿Ayudan las vitaminas en la enfermedad de Alzheimer?	152
49. ¿Puede beber café un enfermo con alzhéimer?	154
50. ¿Puede beber alcohol un enfermo con alzhéimer?	156
51. ¿Existe algún tratamiento de la demencia con el cannabis?	158
52. ¿Qué hacer si mi familiar con alzhéimer no desea comer?	161
53. ¿Qué hacer si mi familiar con alzhéimer tiene incontinencia urinaria?	166
54. ¿Puede fumar un enfermo con alzhéimer?	169

**Capítulo VIII. Sí se puede... Otras opciones**

55. ¿Cómo identificar si presenta dolor el paciente con alzhéimer?	173
56. ¿Es útil la medicina natural?	177
57. ¿Ayudan las terapias psicológicas en el tratamiento de la enfermedad de Alzheimer?	179
58. ¿Es útil la musicoterapia en la enfermedad de Alzheimer?	182
59. ¿Es beneficiosa la fisioterapia en la enfermedad de Alzheimer?	185
60. ¿Es beneficioso el ejercicio físico en el enfermo con alzhéimer?	187
61. ¿Puede beneficiar la práctica del taichí en el alzhéimer?	189

**Capítulo IX. Dudando ando, doctor. Problemas frecuentes del enfermo con alzhéimer**

62. ¿El abuso de ciertos medicamentos podría ocasionar el alzhéimer?	191
63. ¿La hipertensión podría ser causa del alzhéimer?	195
64. ¿Qué es el delirium?	197
65. ¿Qué son los factores protectores para disminuir el riesgo de adquirir el alzhéimer?	200
66. ¿Cómo enfocar los aspectos sexuales del enfermo con alzhéimer?	203
67. ¿En dónde debería fallecer un enfermo con alzhéimer?	206
68. ¿Debería recibir pastillas para dormir un enfermo de alzhéimer?	209
69. ¿Qué es el vagabundeo y cómo debemos afrontarlo en un enfermo con alzhéimer?	212

**Capítulo X. Y ahora, ¿quién podrá defenderlo? Sobre leyes y derechos**

70. ¿Existe en el Perú algún tipo de legislación que proteja al enfermo de alzhéimer?	215
71. ¿Existen entidades públicas que protejan al enfermo con alzhéimer?	219
72. ¿Existen instituciones privadas que protejan al enfermo con alzhéimer?	222
73. ¿Qué hacer si el enfermo con alzhéimer desea dejar herencia o vender alguna propiedad?	225



74. ¿Cuáles son los aspectos bioéticos en el cuidado de un enfermo con alzhéimer?	228
75. ¿Qué puede hacer un paciente que no desea ser sometido a procedimientos invasivos o a terapias que le prolonguen la vida inútilmente cuando presenta el alzhéimer?	230
76. ¿Cuándo debe dejar de conducir un enfermo con alzhéimer?	233
77. ¿Qué es calidad de vida en un enfermo con alzhéimer?	236
78. ¿Es correcta la administración de la nutrición e hidratación a través de sondas en un enfermo de alzhéimer en la fase terminal?	238

### **Capítulo XI. Doctor, doctor, ¿qué hago si...? Preguntas frecuentes que realizan los hijos de los pacientes**

79. ¿Cuáles son las señales de alarma de la enfermedad de Alzheimer?	241
80. ¿Cómo convive la familia de un enfermo con alzhéimer?	244
81. ¿Qué debo hacer si ya no le tengo paciencia a mi familiar con alzhéimer?	247
82. ¿Qué medidas de seguridad debo adoptar en casa si mi familiar tiene alzhéimer?	249
83. ¿El enfermo de alzhéimer puede presentar además otras enfermedades?	253
84. ¿Qué especialista debe atender al enfermo con alzhéimer?	256
85. Mi mamá rechaza las pastillas, ¿qué debo hacer para que las tome?	259
86. ¿Qué es la afasia? ¿Qué es la apraxia? ¿Qué es la agnosia?	261

### **Capítulo XII. Respuestas de la terapeuta ocupacional**

#### **Lic. Amelia Olórtogui Moncada**

87. ¿Ayuda la terapia ocupacional? ¿Qué nos ofrece esta disciplina?	263
88. Si el alzhéimer es una enfermedad que no tiene cura, por qué el médico me insiste en que lleve a mi madre a terapia, si igual no se va a curar?	266
89. ¿En época de frío, debo permitir que mi familiar con alzhéimer se quede en cama?	268

90. ¿Cuáles son las cosas que jamás se deberían hacer en un paciente con alzhéimer?	270
91. Si mi paciente con alzhéimer no durmió durante toda la noche, debo dejarle dormir durante el día.	274
92. Mi paciente con alzhéimer no permite que le cambie de ropa, debo dejarlo en pijama todo el día o lo cambio y lo hago dormir con la ropa de diario. ¿Qué hacer si el paciente no acepta que lo bañen?	277
93. ¿Por qué el paciente con alzhéimer hace siempre las mismas preguntas a cada rato? ¿Qué debo hacer con tanta pregunta repetitiva?	281
94. Estimulación cognitiva en casa	283
95. ¿Cómo ayudar a conservar la autonomía de la persona con alzhéimer?	286
96. ¿Cómo utilizar adecuadamente el tiempo libre de una persona con alzhéimer?	289

### **Capítulo XIII. Datos interesantes sobre el alzhéimer.**

#### **La vida es muy curiosa.**

97. ¿Existe el alzhéimer en perros u otros animales?	293
98. ¿¿Qué celebridades han sufrido de alzhéimer?	296
99. ¿Existe alguna película del cine que trate sobre el alzhéimer?	298
100. ¿Existen obras teatrales que aborden el alzhéimer?	302
101. ¿Hay alguna esperanza a la vista?	306

<b>Palabras finales</b>	309
-------------------------	-----

<b>Bibliografía</b>	313
---------------------	-----

*A mis queridos padres, quienes,  
gracias a Dios, se conservan lúcidos y sanos.*



# Prólogo

La demencia afectará a millones de personas a lo largo de los próximos años. Muchas de ellas serán personas diagnosticadas de demencia, pero otras serán sus parejas, hijos, sobrinos, nietos, amigos, vecinos, médicos, enfermeros, terapeutas, etc.

Yo he convivido con la demencia como familiar y como médico. Como familiar lo más duro fue vivenciar cómo la abuela, la tía y la madrina perdían, además de su autonomía, su personalidad y su particular manera de expresar su afectividad, algo que había favorecido un gran vínculo entre nosotras y las había hecho muy «mías». Mi abuela, mi tía y mi madrina padecieron demencia tipo Alzheimer y fallecieron por esta enfermedad. Mis primas, ajenas al mundo sanitario, sin saber nada sobre demencias, fueron las principales cuidadoras. Intentamos facilitarles información; sin embargo, no pudimos encontrar herramientas sencillas y veraces para personas no profesionales de la salud. Así que aprendieron de consejos y, sobre todo, de los cientos de avatares que sufrieron a lo largo de aquellos años, probando y errando. Cuando hablamos de entonces reconocen la gran incertidumbre que sentían cada vez que pasaba algo nuevo.

Como geriatra atendí a muchas personas diagnosticadas de demencia, tanto en consultas como durante la hospitalización. Y lo que sentía con frecuencia era frustración. Frustración por no disponer de suficientes re-

cursos para apoyar a los pacientes y a sus cuidadores en el manejo de la enfermedad en casa. Frustración por ser testigo de eventos prevenibles con una adecuada formación, tanto de profesionales sanitarios como de los cuidadores. Frustración porque se estaban perdiendo oportunidades para mejorar la calidad de vida de las personas diagnosticadas de demencia.

Aunque en los últimos años han surgido algunas herramientas para brindar no sólo información sino también formación sobre la demencia, éstas siguen siendo insuficientes. El *abc del Alzheimer desarrollado en 101 preguntas* es un libro necesario, que se estaba esperando. En este libro, el Dr. Carlos Sandoval repasa de manera sencilla y rigurosa cuestiones teóricas y prácticas sobre las demencias y en especial la enfermedad de Alzheimer. El Dr. Sandoval lleva años trabajando duramente no sólo como eminente geriatra, sino también como comunicador sanitario. Ha participado en numerosos programas de radio y televisión, así como en prensa escrita con una columna semanal y este es ya su tercer libro y la demencia uno de los temas más explorados. Con un contenido veraz, que incluye las publicaciones más recientes, utilizando un estilo ágil y tranquilo logra llevarnos hacia los rincones más recónditos de la enfermedad de Alzheimer. El *abc del Alzheimer desarrollado en 101 preguntas* es un libro que ayudará a todos los que sufren o sufrirán la enfermedad de Alzheimer a entender mejor no solo qué es o de dónde viene su nombre, sino también qué podemos hacer, sea cual sea nuestro rol frente a esta enfermedad, para mejorar la calidad de vida de todos los que sufrimos la demencia.

CRISTINA ALONSO

GERIATRA DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO DE GETAFE (MADRID)

EXASESORA DE ENVEJECIMIENTO SALUDABLE DE OPS/OMS



# Introducción

Como ya lo hemos comentado en otros libros, artículos y entrevistas, estamos asistiendo a un proceso de envejecimiento poblacional, en donde cada vez hay más adultos mayores y menos población joven. Así mismo, estamos asistiendo a otro fenómeno, que es la transición epidemiológica, en que predominaban antes las enfermedades agudas, especialmente las infecciosas, para pasar a un dominio de las enfermedades crónicas degenerativas, también conocidas como enfermedades no transmisibles (ENT). Las ENT no matan rápidamente como antes sí lo hacían las enfermedades infecciosas, pero, al ser enfermedades crónicas degenerativas y progresivas, permiten que el enfermo pase por un proceso de discapacidad para terminar en la dependencia.

La enfermedad de Alzheimer, descrita por primera vez en 1906 por el neuropatólogo alemán Alois Alzheimer, es una de estas enfermedades no transmisibles que están predominando cada vez más en nuestra sociedad; basta visitar los centros de salud y hospitales de todo el mundo. El alzhéimer se caracteriza por prevalecer en población de adultos mayores. Antiguamente era una enfermedad muy rara, pues antes no se vivía como en la actualidad y no existía la cantidad de adultos mayores que hay ahora. Es una enfermedad tan frecuente que podría afirmar que la mayoría de los lectores de este libro han tenido o tienen algún familiar o persona cercana a sus vidas con el alzhéimer.

A pesar de que se le menciona constantemente en la televisión, radio y periódicos, y es muy popular en la sociedad (incluso hay películas y obras teatrales sobre esta enfermedad), poco se ha avanzado en cuanto al tratamiento y la certeza de su diagnóstico apoyados en investigaciones realizadas hasta la fecha por grandes institutos y universidades.

Dentro de mi especialidad, la geriatría —especialidad que ve las enfermedades del adulto mayor desde la prevención, tratamiento y rehabilitación—, he podido observar muchos casos de enfermos con demencia, en especial con la enfermedad de Alzheimer, lo que me ha permitido ingresar a los hogares de mis pacientes y poder compartir con sus familiares. Como veremos más adelante en este libro, en el mal de Alzheimer no solo se enferma el paciente, también toda la familia. Y, al conversar con ellos, he podido constatar la mucha desinformación que existe sobre esta enfermedad, que a veces hace que tengan falsas expectativas sobre algunos tratamientos muy caros, pues gastarán un dinero que podrían haber usado en otras cosas que también hubiesen beneficiado al enfermo.

Escribir un libro sobre 101 preguntas y respuestas sobre el alzhéimer representa un viaje fascinante para el que lo escribe y, estoy seguro, también para quien lo lea. A lo largo de este recorrido, que comienza con la pregunta número 1 y, progresivamente, continúa con la pregunta 10, luego la 20, 30, 60 y así, hasta llegar a la 101, podremos tener una visión si bien es cierto no muy profunda, sí bastante realista sobre esta enfermedad. Cuando terminé de escribir la última pregunta no lo pude creer, pues pensé que nunca lo iba a terminar, pero queda la sensación de que siguen sobrando preguntas y respuestas que formular y responder y, de paso, continuar aprendiendo.

Desde 1906, año en que Alois Alzheimer describiera el primer caso de su paciente Augusta D., mucho se ha escrito, investigado y publicado al respecto. Lamentablemente, aún no existe la cura para esta terrible enfermedad; es más, no hay un fármaco que detenga su curso. Otro detalle

curioso es que, a pesar de tantas investigaciones, aún no se conoce la causa definitiva, solo nos quedamos con los factores de riesgo, y, para poner la cereza en el pastel, aún no se puede diagnosticar a ciencia cierta con toda la tecnología que contamos; debemos esperar a que el enfermo fallezca para realizarle una necropsia. Recién, entonces, podremos conocer el diagnóstico, de manera que mientras viva el enfermo, nos quedamos en un diagnóstico de probable, aunque ya el cuadro clínico sea manifiesto.

¿Por qué escribir un libro sobre 101 preguntas y respuestas sobre el alzhéimer? Esta es la recopilación de preguntas que he recibido a lo largo de estos últimos 20 años como geriatra, formuladas por mis pacientes, los hijos de mis pacientes, mis alumnos de la universidad —tanto del pregrado como del posgrado— y, finalmente, las personas que me han entrevistado en los diversos medios de comunicación a los que he asistido (radio, televisión y diarios) en los últimos años.

Como la mayoría de las preguntas me las han formulado personas ajenas a la profesión y a la especialidad, las repuestas se han realizado en un lenguaje amigable y fácil de comprender, dirigidas a todo el público interesado en conocer algo sobre este mal. Independientemente de la profesión que tengan, no se necesita tener grandes diplomas o títulos universitarios para comprender este libro. Basta solo desearlo.

Al final del libro he colocado las referencias bibliográficas, así el lector podrá, además, ampliar la información. Como es un libro de preguntas y respuesta, no pretendo que sea un tratado de geriatría que abarque todo el conocimiento relacionado con el alzhéimer. Hoy en día hay tratados, revistas propias, congresos a dedicación exclusiva, e incluso, sociedades científicas dedicadas al alzhéimer.

Pienso que en algunos pocos años, muchas preguntas serán resueltas con el tiempo, pues las investigaciones no se detienen, y otras aún continuarán sin resolver. Los invito a recorrer conmigo este viaje de 101 preguntas y respuestas.



La lectura del libro puede iniciarse en cualquier pregunta, en el orden que el lector lo desee, no necesariamente se debe tener como norma comenzar con la primera y continuar de manera progresiva hasta llegar a la última.

Las referencias bibliográficas se han tomado de fuentes muy serias —como el Cochrane Library, informes de la Organización Mundial de Salud y de la Organización Panamericana de Salud, la popular revista *UpToDate*, muy utilizada actualmente por estudiantes de pre y posgrado y de las principales revistas médicas del mundo, pero también se han considerado algunos blogs populares que tratan sobre el alzhéimer o el envejecimiento, diarios de distribución masiva, etc. En la mayoría de los casos, he tratado de consignar el link respectivo para cualquier consulta en línea.

Quiero agradecer a mis pacientes, quienes son mi principal fuente de conocimientos e inspiración; a mis alumnos de la universidad, que me obligan a mantenerme actualizado; a la Lic. Amelia Olórtegui Moncada, amiga y profesora de terapia ocupacional de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, por la revisión del libro, sus correcciones y sugerencias, además de haber colaborado con diez preguntas y respuestas relacionadas con su especialidad; a la Dra. Cristina Alonso Bouzón, geriatra del Hospital de Getafe, Madrid (España) y exencargada del Capítulo de la Persona Adulta Mayor de la Organización Mundial de la Salud, por la elaboración del prólogo; al Dr. Esaú Caro Meza, rector de la Universidad Continental, por su apoyo y por la presentación del libro; al Dr. Oswaldo Sifuentes, a la Lic. Cecilia Justino y a la Sra. Jullisa del Pilar Falla, del Fondo Editorial de la Universidad Continental, por confiar en mí para la edición y publicación del libro, y, en especial, a mis queridos padres.

DR. CARLOS SANDOVAL CÁCERES  
LIMA, AGOSTO DEL 2018

Visite la [página web](#) del Fondo Editorial y conozca los puntos de ventas



El proceso de envejecimiento poblacional, producto de la disminución de la tasa de natalidad y del aumento de la esperanza de vida al nacer (76 años), ha propiciado que la Organización Mundial de la Salud (OMS) declare a la demencia como una *prioridad de salud pública*. Entre estas se encuentra la enfermedad de Alzheimer, que si bien no mata de manera rápida, lo hace lenta y progresivamente, cuyas secuelas incluyen, en un primer momento, deficiencia y discapacidad, para luego postrar al enfermo en un estado de dependencia.

El alzhéimer, una de las demencias que ha cobrado mayor actualidad, no solo compromete a la persona que la padece, sino, además, a la familia, la comunidad y a toda la sociedad en general. Por ello, el libro que tiene en sus manos le permitirá conocer la sintomatología del enfermo de alzhéimer, ser consciente de los cuidados que necesita y comprender cómo esta dolencia afecta tanto a la percepción de su entorno inmediato como a las relaciones que mantiene con las personas que lo rodean.

La obra resultará muy útil para todas aquellas personas que conviven con un enfermo de alzhéimer, en ella podrán hallar explicadas, de manera clara y didáctica, más de cien preguntas que los familiares y amigos se hacen sobre esta dolencia, que van desde la naturaleza de la enfermedad, hasta su prevención y tratamiento, además de algunas anotaciones de orden legal. El Dr. Carlos Sandoval, médico geriatra y docente universitario, nos ofrece respuestas en un lenguaje amigable y ameno, pero con base científica, lo cual redundará positivamente en la claridad y precisión que le permiten una práctica médica de más de veinte años.

ISBN: 978-612-4443-03-9



9786124443039