

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Nov 16, 2023

Enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia: ¿qué tratamientos funcionan?

Muchos de nosotros comenzamos a olvidar cosas a medida que envejecemos. Pero si alguien tiene la enfermedad de Alzheimer u otro tipo de demencia, este olvido empeora mucho. Los síntomas empeoran con el tiempo.

No hay cura para la enfermedad de Alzheimer y la mayoría de los otros tipos de demencia. Pero hay algunas maneras de ayudar a sobrellevar la situación. Algunos medicamentos pueden ayudar un poco con el olvido y la confusión. El tratamiento debe basarse en las necesidades individuales de la persona y en su situación (por ejemplo, si vive sola).

Cuando alguien es diagnosticado por primera vez, debe ser remitido a un trabajador social o a un profesional de la salud mental para que reciba el apoyo adecuado. Ellos, sus cuidadores y familiares también deben ser informados sobre los servicios comunitarios que pueden ayudar.

Con el tiempo, las personas con demencia necesitarán mucha ayuda para cuidarse a sí mismas. Para obtener más información sobre lo que sucede en la demencia y sus síntomas, consulte el prospecto *Enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia*.

Tratamientos para ayudar con la memoria y el pensamiento

Es posible que escuche los problemas con la memoria y el pensamiento causados por la demencia llamados "**deterioro cognitivo**". Hay varios tipos de medicamentos que pueden ayudar con estos problemas. Se dividen en dos grupos principales:

- inhibidores de la colinesterasa
- Antagonistas del receptor del N-metil-D-aspartato (NMDA).

Las investigaciones han encontrado que estos medicamentos pueden ayudar a algunas personas con demencia a recordar mejor las cosas. Pueden ayudar a algunas personas a cuidarse a sí mismas durante más tiempo.

Enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia: ¿qué tratamientos funcionan?

Pero estos medicamentos no ayudan a todos, y es poco probable que vea una gran mejora.

Estos medicamentos pueden tener efectos secundarios. Algunos de los más comunes son sentirse enfermo, tener diarrea o no tener ganas de comer. Si los efectos secundarios se convierten en un problema, cambiar a un tratamiento diferente o a una dosis diferente podría ayudar, así que hable con su médico.

Tratamientos no farmacológicos

Algunas personas prueban un remedio herbal llamado Ginkgo biloba para los síntomas de la demencia. Pero los médicos no suelen recomendarlo porque no hay evidencia confiable de que ayude.

Tampoco se recomienda a menudo porque los productos a base de hierbas no se prueban de la misma manera que los medicamentos. No siempre se puede estar seguro de la pureza de un producto.

El ginkgo biloba no tiene muchos efectos secundarios. Sin embargo, las personas que toman Ginkgo deben informar a su médico. Esto se debe a que puede ser perjudicial si se toma con algunos medicamentos, especialmente los medicamentos para prevenir los coágulos de sangre (como la aspirina o la warfarina).

Sacar el máximo provecho de la vida

Para ayudar a las personas con demencia a aprovechar al máximo la vida, los terapeutas a menudo las alientan a ser lo más independientes posible y a hacer cosas que disfruten. Si eres cercano a alguien con demencia, es posible que desees probar algunas de estas ideas tú mismo.

Algunos terapeutas usan cosas como juegos de palabras o números, practicando con dinero o mirando fotos de rostros famosos. A esto se le llama **estimulación cognitiva**. Para ayudar a una persona con demencia a sentirse involucrada en la vida, se le puede animar a hablar sobre las personas en fotografías familiares, jugar o hacer rompecabezas. Se puede usar un calendario grande o una pizarra para recordarle a la gente lo que está sucediendo ese día. Este tipo de enfoque se llama **orientación a la realidad**.

La musicoterapia también se puede usar para tratar de ayudar a alguien con demencia a sentirse más feliz o más relajado. Puede implicar escuchar una grabación, ir a un concierto, bailar o tocar instrumentos. Algunas investigaciones sugieren que la música puede ayudar a las personas a sentirse menos inquietas y molestas.

La terapia ocupacional tiene como objetivo ayudar a las personas a seguir cuidándose durante más tiempo. Un terapeuta ocupacional puede dar consejos sobre cómo facilitar las cosas del día a día. También pueden sugerir cómo adaptar la casa de alguien para ayudarlos a sobrellevar la situación.

Un tratamiento llamado **terapia de reminiscencia** tiene como objetivo ayudar a las personas a ejercitar su memoria. Las personas con demencia a menudo pueden recordar cosas que sucedieron hace mucho tiempo mejor que las cosas que sucedieron

Enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia: ¿qué tratamientos funcionan?

recientemente. Un terapeuta puede hacerle preguntas a alguien sobre su infancia o sugerirle que maneje objetos de su pasado. No hay mucha investigación sobre esto, pero podría ayudar.

Incluso cosas simples, como jugar con una mascota, pueden ayudar a alguien con demencia a sentirse más feliz con la vida.

Tratamientos para personas agitadas o angustiadas

Algunas personas con demencia se angustian mucho a veces. Pueden sentirse molestos y ansiosos, o convencerse de que están sucediendo cosas desagradables a su alrededor. Algunas personas se enojan o se vuelven agresivas. Si estas cosas le suceden a su familiar o ser querido, hay varias técnicas y tratamientos que su médico puede sugerir.

Antes de considerar los medicamentos, puede ser útil pensar si cualquier cambio en la atención de una persona podría ayudarla a estar menos angustiada. Por ejemplo, es posible que a alguien le guste más privacidad o quiera estar ocupado la mayor parte del tiempo. Un ambiente relajante y técnicas como la distracción pueden ayudar. Cualquier otra enfermedad o problema que la persona pueda estar experimentando (por ejemplo, dolor) también debe ser tratada.

Los tratamientos médicos para la angustia y la inquietud pueden tener efectos secundarios peligrosos. La somnolencia es un efecto secundario común y puede ser lo suficientemente grave como para que alguien se desmaye. Asegúrese de hablar con su médico acerca de los efectos secundarios.

Un medicamento diferente o un cambio en la cantidad de medicamento que la persona está tomando podrían ayudar a prevenir los efectos secundarios. Si un médico receta un medicamento para alguien que está angustiado, el tratamiento debe examinarse con regularidad para ver si sigue siendo el tratamiento adecuado. Debe suspenderse si ya no es necesario o ya no ayuda.

Algunos tipos de medicamentos llamados medicamentos antipsicóticos pueden ayudar a las personas que tienen delirios (creen o piensan cosas que no son ciertas). Pero pueden causar efectos secundarios graves. Los medicamentos antipsicóticos aumentan el riesgo de accidente cerebrovascular y muerte prematura cuando se usan para tratar a las personas mayores con demencia. En la mayoría de los casos, los médicos no deben recetar medicamentos antipsicóticos para las personas con demencia.

Otros medicamentos, como los antidepresivos (medicamentos utilizados para tratar la depresión) y los fármacos utilizados para la epilepsia, a veces se utilizan para tratar a las personas con demencia que están alteradas y angustiadas. Pero esto es inusual.

Dónde obtener más ayuda

Si le han dicho que tiene demencia, o si está cuidando a alguien con demencia, asegúrese de obtener toda la ayuda que pueda: por ejemplo, de su familia y de los servicios sociales. También hay grupos de cuidadores locales que pueden brindarle apoyo. Por ejemplo, en el Reino Unido, puedes ponerte en contacto con la Alzheimer's Society (alzheimers.org.uk),

Enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia: ¿qué tratamientos funcionan?

Alzheimer Escocia (alzscot.org), y Carers UK (carersuk.org). Su médico también podrá sugerirle dónde puede acudir para obtener ayuda en su área.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

