

EL HOSPITAL TRES CULTURAS CUENTA CON UNA CONSULTA PIONERA DE MEMORIA

# Cómo prevenir y tratar la pérdida de memoria

El Hospital Tres Culturas ha sido pionero en Toledo en poner en marcha una consulta especial contra el deterioro cognitivo: la Unidad de Memoria. La directora médica de este hospital, María José Salcedo, y la geriatra responsable de la unidad de Memoria, Rocío Menéndez, nos cuentan la interesante labor que desarrollan, dirigida específicamente a pacientes ancianos.

**T**odos estamos expuestos a que la memoria nos juegue alguna que otra mala pasada (olvidamos los nombres de conocidos, salimos de casa sin las llaves, no recordamos dónde hemos aparcado el coche, o si hemos apagado la cocina...) Sin embargo, los pequeños olvidos dejan de ser normales y a convertirse en una patología cuando se hacen cada vez más frecuentes y, sobre todo, cuando comienzan a impedir el desarrollo de las actividades habituales.

El deterioro cognitivo o la pérdida de memoria afectan, sobre todo, a las personas mayores.

—¿Cuáles son las señales de alarma que empiezan a distinguir una pérdida de memoria patológica de una normal?

—(Rocío Menéndez): Hablamos de una demencia cuando la pérdida de memoria afecta a la vida diaria, cuando impide hacer cosas como cocinar o salir a la calle solo. Cuando una persona se da cuenta de que los olvidos son diarios y de que su situación



A la izquierda, María José Salcedo, directora médica del Hospital Tres Culturas y geriatra; a la derecha, Rocío Menéndez, geriatra y responsable de la Unidad de Memoria, una consulta pionera en Toledo dedicada a tratar el deterioro cognitivo en los ancianos.

FOTOS: BARRI

ha cambiado porque no puede recordar cosas como tomarse las medicinas o qué día es de la semana es cuando hay que preocuparse (lo normal es que sea la familia la que se dé cuenta de esta situación antes que la persona afectada). Hay que tener en cuenta que simplemente por la edad la memoria se va perdiendo, pero puede ser una pérdida de memoria benigna, acorde a la edad, o puede evolucionar

hacia una demencia, de las que la más importante es la demencia tipo Alzheimer.

—Llegados a esta situación, ¿qué papel puede desempeñar la Unidad de Memoria del Hospital Tres Culturas?

—Esta Unidad de Memoria es una consulta dirigida a valorar el deterioro cognitivo en un paciente mayor (la edad de referencia es a partir de 70



Rocío Menéndez pasa consulta un día a la semana en la Unidad de Memoria del Hospital Tres Culturas, de Toledo.

años), que se da cuenta de que su memoria va a peor, en el sentido que ya hemos comentado. En la consulta hacemos una serie de test para valorar hasta qué punto se trata de una pérdida de memoria acorde a su edad. En todos casos se hace un seguimiento, ya que un deterioro cognitivo leve que no precisa medicación o actuación en unos meses o años puede evolucionar

## **E**l 8% de las demencias detectadas en Toledo son de tipo 'alzheimer', mientras que el 4'8% son de origen vascular, con carácter reversible

hacia una demencia. Se hacen primero pruebas para descartar que la pérdida de memoria se deban a causas secundarias y se realiza una prueba de imagen, una resonancia craneal que nos ayude a valorar el grado de deterioro cognitivo y la causa subyacente.

—**M<sup>o</sup> José Salcedo:** Es muy importante valorar primero de qué tipo de demencia se trata. En esta unidad de deterioro cognitivo tenemos un porcentaje pequeño de pacientes con patologías con carácter reversible, como un cuadro depresivo, hipertiroidismo, falta de vitamina B12, etc., que son causa de pérdida de memoria que se puede curar, aunque desgraciadamente no son éstos la mayoría de los casos.

Los casos de demencia vascular son reversibles si se tratan los factores de riesgo cardiovascular del paciente (si se maneja la hipertensión, el colesterol, etc.), pero en Toledo —según un estudio que se hizo— apenas representa el 4'8% de los casos.

—¿Y en los casos en los que se detecta una demencia tipo Alzheimer?

—Según ese mismo estudio, en Toledo esta demencia está en torno al 8% de los casos). La etiología en la demencia tipo Alzheimer no está clara y es difícil luchar contra algo que no sabes la causa que lo origina.

—(Rocío) Hubo unos estudios sobre la vacuna para el Alzheimer que se tuvieron que suspender porque causaron encefalitis, aunque ahora se vuelven a retomar las investigaciones de la vacuna. Los fármacos de los que disponemos para la demencia pueden retrasar la evolución, pero no frenarla.

—¿Con qué medios cuentan en esta novedosa consulta de deterioro cognitivo?

—Rocío: La unidad de memoria es multidisciplinar y cuenta con apoyo de psicólogo (hay veces que una depresión puede simular una demencia), asistente social, médico... se puede ralentizar la evolución de la demencia,



## **Los Trucos Banquetes de Boda**

(Paraje natural de las Barrancas)  
Ctra. Comarcal 4.000 / km.23  
Teléfono 925 78 93 18  
BURUJON (Toledo)

**Olrey S.L.**  
Ctra. Madrid-Toledo, km. 61  
Telf.: 925 49 01 01



atendiendo a muchos factores, incluso mejorando la alimentación y llevando una dieta adecuada (en el caso de demencia vascular).

Para mejorar el servicio que se ofrece desde esta Unidad pronto vamos a poder hacer un 'spect' cerebral, un estudio funcional del cerebro que permite determinar un tipo de demencia u otro y valorar el deterioro cognitivo, el patrón para la depresión, etc. Esta prueba se hace en medicina nuclear dentro de este hospital y pronto vamos a poder contar con ella en esta consulta.

-¿Qué acogida está teniendo entre los pacientes? ¿Conoce la sociedad

**U**n factor de deterioro cognitivo es tener un bajo nivel cultural. Las personas con nivel cultural alto tienen más recursos y estrategias para solventar la pérdida de memoria

que existen este tipo de consultas médicas especializadas para atender la pérdida de memoria?

-María José: Aún no hay cultura de atención especializada para las personas mayores, como sí la hay en cambio para los niños. Esta unidad es demasiado nueva y le falta implan-

tación. Se habla ahora mucho de la Ley de Dependencia, pero no nos damos cuenta de que estamos creando soluciones para gente que tiene ya la dependencia y, en cambio, no estamos intentando evitar que el anciano se deteriore, que llegue a tener ese grado de dependencia.

## ⇒ Chalets Independientes en 1 planta

CHALETS DE 145 m<sup>2</sup>  
EN PARCELAS DESDE 500 m<sup>2</sup>

Urbanización Puerta de Toledo - Cobis  
(a 5 minutos de Toledo)

**i** INFORMACIÓN Y VENTA  
609 06 21 96

- 3 Dormitorios
- 2 Baños
- Salón 26 m<sup>2</sup>
- Dobles ventanas
- Climait
- Carpintería interior roble
- Armarios empotrados
- Rejas de hierro macizo
- Chalets independientes en 1 planta
- Parcela mínimo 500 m<sup>2</sup>
- Ladrillo rústico toledano
- Zonas verdes
- Pistas de fútbol, baloncesto y tenis
- Piscina



Se acabó subir  
y bajar escaleras

⇒ Más de 300 chalets independientes,