

México, D.F. 17 septiembre 2024

Boletín Informativo

Epidemiología

El Día Mundial del Alzheimer, que se celebra cada 21 de septiembre, es un esfuerzo global para crear conciencia y desafiar el estigma en torno a la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.

En 1906, el Dr. Alois Alzheimer, describió el primer caso de una paciente con alteraciones en la memoria y el lenguaje, caso que representó, años más tarde, el padecimiento que llevaría su nombre, enfermedad de Alzheimer.

De acuerdo con el informe mundial sobre enfermedad de Alzheimer publicado en el año 2021, se calcula que existen 55 millones de personas en el mundo con demencia, siendo la enfermedad de Alzheimer la causa más frecuente. Para el 2030 se calcula que existirán 78 millones de casos. La Alzheimer's Disease International (ADI) estima que el 75% de las personas con demencia no son diagnosticadas, y que en países de bajos a medianos ingresos esta cifra podría superar el 90%.

De todos los casos en el mundo, en América se encuentran 9.5 millones de pacientes con demencia. En México, estudios epidemiológicos, han reportado que el 8.5% de la población tiene demencia, lo que representaría aproximadamente de 800,000 - 1;000,000 casos, cifra que podría duplicarse en los siguientes 25 años.

A quién afecta

Los cambios observados en la población a nivel mundial han alcanzado a nuestro país, ya que, en este momento, de acuerdo con el Consejo Nacional de Población, los mayores de 60 años representan el 14% (17;958,707 millones de adultos mayores) de la población.

Otro aspecto importante es que de acuerdo con estimaciones de la Organización Mundial para la Salud (OMS), para el año 2050 más del 35% de nuestra población será mayor de 60 años.

Considerando que la edad es el principal factor de riesgo para padecer la enfermedad, el aumento en la edad de la población en el mundo explicará el incremento de casos nuevos en los siguientes años, estimándose que el número de personas con demencia se duplicará en este periodo de tiempo (74 millones para 2030 y 131 millones para 2050).

Factores de riesgo

Es importante mencionar, que la enfermedad de Alzheimer se expresa en mayores de 60 años, sin embargo, hoy día sabemos que factores de riesgo como, la baja escolaridad (principalmente en etapa temprana de la vida); diabetes mellitus, hipertensión arterial, aumento de colesterol, depresión, tabaquismo, sedentarismo, contaminación, traumatismo cerebral, ingesta excesiva de alcohol (en la etapa intermedia de la vida mayores de 50 años), aislamiento social, pérdida visual, contaminación ambiental (en etapa avanzada de la vida) son los factores de riesgo considerados modificables y que podrían en conjunto sumar más del 40% de riesgo para padecer esta enfermedad además de factores no modificables como los factores genéticos.

Estudios realizados en el Instituto de Nutrición, han demostrado que el inadecuado control de la diabetes mellitus y la hipertensión, infartos cerebrales, entre otros, favorecen la progresión de la demencia.

¿Se puede prevenir?

Cada vez existe mayor evidencia de factores protectores como : tener mayor escolaridad, estimulación social y cognitiva, actividad física y una dieta saludable . Así mismo, existe evidencia de que aún en pacientes con demencia, la terapia cognitiva individualizada, podría mantener o mejorar la función cognitiva en este grupo de pacientes. Otro aspecto relevante, es que la actividad física, también ha demostrado reducir el riesgo de padecer demencia, e inclusive, retrasar la progresión de la enfermedad.

Impacto de la enfermedad

La EA representa una enfermedad que afecta no sólo a quien la padece, sino también a la familia, impactando no sólo en el aspecto emocional, sino también en lo económico.

Reportes mundiales, han demostrado que el 100% de quién cuida a un paciente con demencia tiene algún grado de estrés emocional o físico.

Se calcula que entre el 10 al 20% de quien cuida a un paciente con EA, tiene necesidad de pedir permisos para salir más temprano de su trabajo, renuncia al mismo o rechaza un ascenso laboral. Esto sin duda, agregado a los costos de contratar un cuidador, incrementa los gastos que realiza la familia de un paciente con EA.

Diagnóstico

Es fundamental la detección en etapas tempranas de la enfermedad, ya que, a través del control de los factores de riesgo, es posible retrasar su progresión. Actualmente, se encuentran disponibles el uso de biomarcadores en líquido cefalorraquídeo, estudios de medicina nuclear (PET cerebral) entre otros. El Instituto de Nutrición, es pionero en el uso de estos biomarcadores y de medicina nuclear, lo que permite confirmar el diagnóstico de la enfermedad en etapas tempranas.

La Asociación Alzheimer ha emitido diez signos de alerta que deben considerar familiares o el propio paciente:

- 1.- Cambios de memoria que dificultan la vida cotidiana
- 2.- Dificultad para planificar o resolver problemas
- 3.- Dificultad para desempeñar tareas habituales en la casa, en el trabajo o en su tiempo libre
- 4.- Desorientación de tiempo o lugar
- 5.- Dificultad para comprender imágenes visuales y cómo los objetos se relacionan uno al otro en el ambiente
- 6.- Nuevos problemas con el uso de las palabras tanto para el lenguaje escrito o para hablar o conversar
- 7.- Colocación de objetos fuera de lugar y falta de habilidad para retrasar sus pasos (impulsividad)
- 8.- Disminución o falta del buen juicio
- 9.- Pérdida de iniciativa para tomar parte en el trabajo o en las actividades sociales

10.- Cambios en el humor o la personalidad

Tratamiento

Actualmente existen estrategias para retrasar la enfermedad, como la terapia multi intervención (actividad física, estimulación social y cognitiva, así como el control de las enfermedades) y el uso de fármacos que mejoran la función cognitiva y pueden retrasar la progresión de esta.

Después de 100 años de la descripción de la enfermedad, en el año 2021, por primera vez en la historia de la enfermedad de Alzheimer la Administración de Fármacos en los Estados Unidos (FDA, por sus siglas, en inglés), aprobó el primer fármaco modificador de la enfermedad (un anticuerpo monoclonal), seguido de dos más, en el año 2023 y 2024, con el objetivo de retrasar o curar la enfermedad. Es conveniente mencionar, que aún son necesarios más estudios que demuestren un real beneficio con el uso de estos anticuerpos.

Clínica de Memoria del INCMNSZ

El INCMNSZ, cuenta con una clínica de trastornos de memoria desde 1994, en la cual se proporciona una atención integral, ya que se está conformada por Geriatras, Neurólogos, Rehabilitadores, Neuropsicólogas, Psicologas y Trabajadores Sociales, para proporcionar una atención holística a las personas afectadas por la EA, así como también a sus familiares. La atención de estos pacientes se centra específicamente en el control de los factores de riesgo, fomentar un estilo de vida saludable (actividad física, estimulación social y cognitiva) y terapia farmacológica.

Es importante la difusión de los síntomas de la enfermedad, ya que el adecuado conocimiento y conciencia del problema, podría permitir identificar de forma temprana el problema en la memoria, para de esta manera controlar los factores de riesgo y valorar el uso de los tratamientos disponibles, todo con la finalidad de mejorar la salud cerebral y calidad de vida del paciente.

Dr. Alberto Mimenza Alvarado

Neurólogo

Adscrito a la Clínica de Memoria del INCMNSZ