

#PacientsMFic

PARLEM DE
L'ALZHEIMER



CAMFiC

societat catalana de medicina
familiar i comunitària

L'ALZHEIMER EN XIFRES



IMPACTE GLOBAL:

- Actualment: **50 milions** de persones amb Alzheimer o altres tipus de demència.
- Previsió 2050: **152,8 milions**

Font: Organització Mundial de la Salut (OMS)

A ESPANYA:

- Entre **830.000 i 950.000 persones** pateixen Alzheimer o altres demències

Font: Organització Mundial de la Salut (OMS)



A CATALUNYA:

“Existeix una disparitat de dades en la prevalença de la malaltia, condicionades per una manca d’acord en la taxonomia i en el registre a diferents Comunitats Autònomes, i un diagnòstic tardà”.

- A Catalunya, es calcula que l’any 2020 hi havia 93.702 persones amb algun tipus de demència.

Font: PLADEM CAT, 2022



CAMFiC

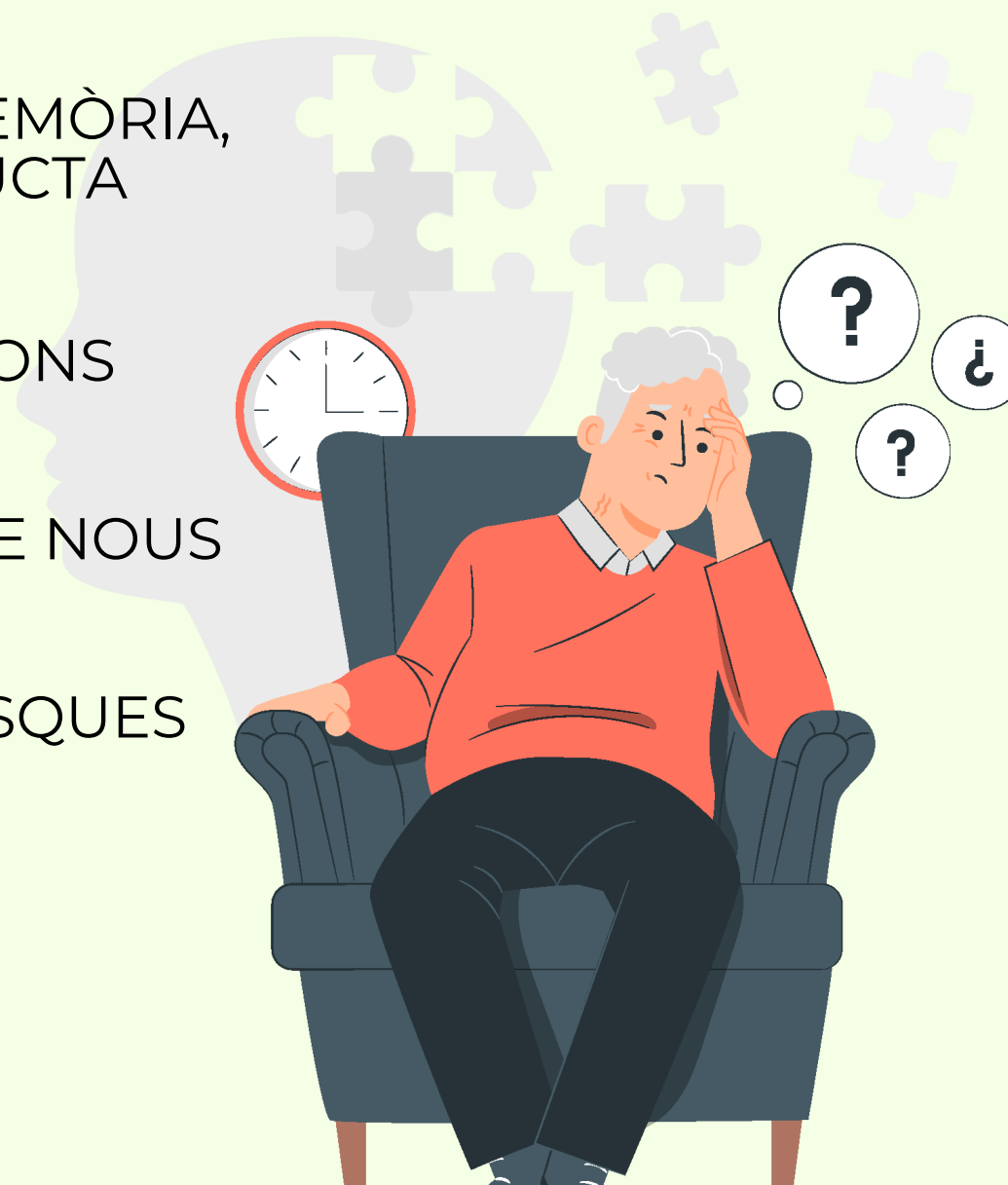
societat catalana de medicina
familiar i comunitària

1 QUÈ ÉS L'ALZHEIMER?

És un **trastorn progressiu i degeneratiu** de les **cèl·lules cerebrals**.

EFFECTES

- **DETERIORAMENT** DE LA MEMÒRIA, EL PENSAMENT I LA CONDUCTA
- **DISMINUCIÓ** DE LES FUNCIONS INTEL·LECTUALS
- **DIFICULTAT** PER APRENDRE NOUS CONCEPTES
- **INTERFERÈNCIA** EN LES TASQUES DIÀRIES



2

CAUSES

Existeixen alguns factors de risc que poden augmentar la predisposició:

FACTORS DE RISC NO MODIFICABLES

L'edat, el sexe, la raça i algunes alteracions genètiques són factors de risc per al deteriorament cognitiu **NO MODIFICABLES**

FACTORS DE RISC MODIFICABLES



La **Comissió Lancet de 2024** sobre prevenció, intervenció i atenció de la demència descriu **14 FACTORS DE RISC potencialment MODIFICABLES** que poden prevenir o retardar l'aparició de trastorns cognitius:

- Baix nivell educatiu
- Hipertensió arterial
- Discapacitat auditiva
- Tabaquisme
- Obesitat
- Depressió
- Sedentarisme
- Diabetis mellitus
- Aïllament social
- Consum excessiu d'alcohol
- Lesió cerebral traumàtica
- Contaminació de l'aire
- Pèrdua de visió no tractada
- Alts nivells de colesterol-LDL

SÍMPTOMES

L'Alzheimer **es manifesta amb símptomes variables**, però hi ha patrons comuns.

Només **un/a metge/ssa pot diagnosticar-la** mitjançant proves específiques.

FASES DE LA MALALTIA

- **FASE INICIAL:** Oblits recents freqüents, irritabilitat, depressió lleu, dificultat per retenir informació.
- **FASE MODERADA:** Confusió espaciotemporal, pèrdua de vocabulari, repeticions constants, dificultat per identificar objectes i persones conegudes. Canvis de personalitat, agitació, nerviosisme, depressió, irritabilitat, agressivitat, paranoia i al·lucinacions són freqüents.
- **FASE AVANÇADA:** Dependència total en la cura personal (alimentació, higiene, vestir), pèrdua de la capacitat de parlar, entendre i caminar.



CONVIURE AMB L'ALZHEIMER: ENTORN CUIDADOR

- **CONEIXEMENT MALALTIA:** Un cop rebut el diagnòstic, **és crucial** que el pacient, l'entorn familiar i cuidador **coneguin la malaltia** (evolució, complicacions, possibilitats terapèutiques no farmacològiques i farmacològiques).
- **SOBRECÀRREGA CUIDADOR/A:** Estat d'esgotament emocional, d'estrès i cansament, que **afecta** les **activitats de lleure**, les **relacions socials**, la **llibertat i l'equilibri mental**.
- **SUPORT CUIDADOR/A:** És tan important com l'assistència al pacient.
- **PILARS CUIDADOR/A:** L'exercici regular, la higiene del son i el consell dietètic són fonamentals per a la salut de cuidador/a.
- **GESTIÓ AJUDA:** Cuidadors/res han d'aprendre a demanar ajuda i, sobretot, a no rebutjar-la.
- **RECURSOS EXISTENTS**
 - Targeta Cuida'm - per a persones pacients
 - Targeta Cuidadora (Ajuntament BCN), gratuïta i amb accés a recursos personalitzats dirigits a cuidador/es.



21 de setembre Dia Mundial de l'Alzheimer

Des de la CAMFiC col·laborem
en el desenvolupament d'accions
formatives per millorar el diagnòstic
i la gestió de l'Alzheimer i altres
demències a l'Atenció Primària.



CAMFiC

societat catalana de medicina
familiar i comunitària