



## Brindan recomendaciones sobre la enfermedad del Alzheimer

La Dirección General de Recursos Humanos, a través de la Dirección de Bienestar del Personal y la División de Asistencia Médica del Poder Judicial, lleva adelante el Programa de Medicina Preventiva “Juntos Por Nuestro Bienestar”, que busca informar y concienciar a funcionarios y usuarios de justicia en general sobre la importancia del cuidado de la salud física y mental.

Bajo el lema “Juntos Por Nuestro Bienestar”, los profesionales médicos de la institución brindan recomendaciones de interés para funcionarios y usuarios de justicia. Estas se realizan en el marco del programa de medicina preventiva impulsado por la Corte Suprema de Justicia.

En ese sentido, en el Día Mundial del Alzheimer, que se conmemora cada 21 de septiembre, el doctor Oscar Ojeda, refirió que es una enfermedad neurodegenerativa, progresiva, irreversible que comienza con la pérdida leve de la memoria. Involucra a las partes del cerebro que controlan el pensamiento, la memoria y el lenguaje, pudiendo afectar la capacidad de una persona para realizar las actividades de la vida diaria.

Los síntomas de la enfermedad pueden aparecer por primera vez después de los 60 años de edad y el riesgo aumenta al pasar los años. En las Américas, 10 millones de personas viven con demencia.

Es probable que las causas incluyan una combinación de cambios en el cerebro relacionados con la edad, junto con factores genéticos, ambientales y de estilo de vida.

### Los síntomas principales incluyen:

- **Pérdida de memoria:** Olvidar eventos recientes o información importante.
- **Desorientación:** Confusión sobre el tiempo o el lugar.
- **Dificultad para encontrar palabras:** Problemas para seguir o participar en conversaciones.
- **Pérdida de interés:** Menor interés en actividades que antes disfrutaba

Además, las personas con la enfermedad de Alzheimer también pueden experimentar insomnio, depresión, ansiedad, agitación y otros síntomas conductuales y psicológicos, y con el progreso de la enfermedad llegar al encamamiento y dependencia total de terceros.

El profesional mencionó que una dieta nutritiva, la actividad física, la interacción social y las actividades que estimulan la mente podrían ayudar a reducir el riesgo de deterioro cognitivo y de la mencionada enfermedad.