

Rincón médico

## ¿Qué hacer cuando el paciente con demencia presenta agitación?

**Dra. Luz Elena Navares Moreno**

Cuando nos acercamos a la etapa de envejecimiento, por lo general evitamos pensar en ello. Y cuando el contexto y mi persona cambian, porque ya rebasé la línea de esa tercera edad, vemos que somos más lentos en el hacer, nos entristecemos porque ni familiares ni viejas amistades se acercan como antes a nuestras casas por diferentes motivos; no recordamos dónde dejamos la cartera, etcétera, entonces la añoranza de esos tiempos mejores nos invade, al grado de ocasionarnos vértigo y desesperanza. Pero nada, nada se compara al pánico de llegar a esa edad y a que quien me acompañe sea, como decimos popularmente, «mi primo el alemán», es decir, la enfermedad de Alzheimer, o cualquier otro tipo de demencia.

Padecer demencia o cuidar un familiar que la padece, es doloroso, confuso y muy estresante.

Pero, ¿cómo definir la demencia, cómo entenderla? En esta primera parte del Rincón Médico hablaremos sobre la demencia, sus causas y cómo en muchas ocasiones se acompaña de un estado que los médicos llaman ‘agitación’, que es provocada por algunos factores que en esta corta sección tomaremos en cuenta. En la segunda parte hablaremos de cómo podemos ayudar a prevenir esta agitación en nuestros familiares con demencia.

### **¿Qué es la demencia?**

La demencia es la pérdida severa de las habilidades del pensamiento, principalmente la memoria. Es frecuente en las personas mayores de 85 años.

Debemos aclarar que cierta pérdida de la memoria, el ser un poco olvidadizo o con mentes ausentes, es normal conforme envejecemos, de ahí que frecuentemente nos preocupemos por empezar a ser «seniles», pero estos cambios en realidad no llegan a afectar nuestro funcionamiento en las actividades cotidianas.

Por su parte la demencia, la pérdida de la memoria, avanza más y más, causando serios problemas, situación que se desarrolla con el transcurrir de los años.

Se sabe que la demencia es causada siempre por una enfermedad oculta que daña el tejido del cerebro y ocasiona disturbios en su funcionamiento. Las causas más comunes de este problema de salud son, principalmente, la enfermedad de Alzheimer y la enfermedad vascular cerebral. Otras causas menores son la enfermedad de Parkinson, alcoholismo y lesiones en la cabeza, etcétera.

En la enfermedad de Alzheimer se presenta la muerte gradual del tejido cerebral por problemas bioquímicos (sustancias químicas cerebrales) en las células, pero hasta el momento se desconoce el porqué de estos cambios.

En la enfermedad vascular, los vasos cerebrales se bloquean y lesionan, causando una disminución del oxígeno en esa sección del cerebro, provocando daño o muerte del tejido infarto cerebral, o cuando son pequeños y numerosos, se conocen como microinfartos cerebrales.

Cuando una persona anciana empieza a tener mayores problemas con la memoria o en el razonamiento, es importante una evaluación médica completa, ya que mediante ésta se puede determinar si el problema es temporal o reversible (por ejemplo, secundario a una infección por efectos secundarios a algún medicamento), o si en realidad está evolucionando hacia la demencia. Una vez que la demencia es diagnosticada, es importante conocer más de esta enfermedad: sus síntomas, qué otros problemas la acompañan, la importancia de un buen seguimiento por su médico y de una adherencia terapéutica (tanto en los cuidados como en la toma de medicamentos).

### **Cuando la demencia se acompaña de agitación**

Muchas personas con demencia sufren estrés emocional o cambios de conducta, mejor conocidos como ‘agitación’, una palabra médica de uso común, pero a su vez bastante confusa y tal vez equívoca (procedente del latín *agitatio*, ‘efecto de mover’). Cuando la agitación es leve, se observan ciertos cambios de personalidad, ya que la persona actúa en formas que no son propias de ella, tales como terquedad y nerviosismo. Si la agitación se hace más severa, obliga a los cuidadores a una constante supervisión o sobreprotección a la persona. Estos síntomas dolorosos pueden ser desordenados, hasta peligrosos. La agitación tiende a persistir y crecer con el tiempo de manera severa, lo que provoca muchas veces que la familia eventualmente decida colocar al paciente en una casa o asilo donde se le brinde cuidado.

### **Posibles problemas de conducta**

Se presentan estas conductas: irritabilidad, frustración y enojo excesivo; estallidos fuera de proporciones; demandar atención y protección constantes; preguntas repetitivas y llamadas por teléfono; rechazo constante para hacer cosas e ir a lugares; movimientos constantes: caminar tratando de alcanzar algo; gritar, decir obscenidades, amenazar, golpear, morder, patear.

### **Lo que puede causar la agitación**

Ahora enfocaremos principalmente cuatro problemas:

**1. Problemas físicos y médicos.** Si la persona inicia con agitación, lo primero que se debe buscar es un problema físico o médico, como infecciones, desnutrición, deshidratación, complicaciones de enfermedades crónicas degenerativas (hipertensión o diabetes), incremento de lesiones cerebrales, efectos secundarios de medicamentos, estreñimiento, etcétera. Una vez que se detecta el problema, la agitación puede disminuir.

**2. Estrés ambiental.** Las personas con demencia son muy sensibles al ambiente donde viven, por lo que son menos capaces de manejar cambios u otras situaciones que sí podían cuando estaban bien. El ambiente calmado y la rutina son muy importantes para evitar la agitación.

**3. Problemas para dormir.** Son comunes en la demencia. Padecen de insomnio (no pueden dormir de noche o caminan durante la noche). En ocasiones se pueden identificar las causas y corregirse. Condiciones como la depresión, el nerviosismo o dolor físico también lo pueden ocasionar. La persona puede despertar y estar hiperactiva durante la noche, pensando que es de día y tratando de hacer sus actividades. Esta falta de sueño termina afectando al paciente con demencia, provocando este estado de agitación.

#### **4. Síndromes psiquiátricos.**

- a) Psicosis: vivir fuera de la realidad, donde se imaginan cosas como si fueran reales.
- b) Enojo y agresión: con la demencia, la capacidad del cerebro para controlar los impulsos del enojo se pierde, y el enojo se puede volver agresión; cuando el paciente está bajo estos sentimientos puede amenazar a otra persona verbal o físicamente, o inclusive dañarse a sí mismo. Los factores que llevan a la persona a estos sentimientos son muchos, como la frustración, sentirse ignorada o malinterpretar algunas acciones; a veces no existe causa alguna.
- c) Depresión: las personas con demencia se pueden sentir tristes o perder el interés en cosas que anteriormente disfrutaban. Aunque la depresión es comprensible, no es una reacción normal y debe ser tratada; se puede manifestar con sentimientos de tristeza, llanto continuo, desinterés, apatía, pérdida del apetito o problemas para dormir.
- d) Ansiedad: el paciente sufre preocupación, temor, nerviosismo, inquietud; al estar con ansiedad, se encuentra incapacitado para expresarse y empieza a mostrar una actitud tensa o tener síntomas como taquicardia, náusea, etcétera. Esta ansiedad puede surgir al cambiar de ambiente, horarios, cuando se separa a los ancianos de sus cuidadores, se les apresura o están cansados.

Hemos visto en esta primera parte cómo se produce la demencia; sobre todo, el estado que se produce, llamado ‘agitación’, y qué factores lo provocan. En la segunda parte abarcaremos cómo cuidar y prevenir en la medida de nuestras posibilidades este estado en el paciente con demencia.