

FALLAS EN LA MEMORIA

Equipo editorial:

MARÍA CECILIA FERNÁNDEZ

CARLOS FINKELSZTEIN

JOSÉ R. JAUREGUI

ANDREA LOO

DANIEL MATUSEVICH

DANIEL SEINHART

Colección: **PROBLEMAS FRECUENTES**

Director: **Dr. Esteban Rubinstein**

Editora asociada: **Dra. Paula Carrete**

 *delhospital*
ediciones

Diseño gráfico: Renato Tarditti
Ilustraciones: Renato Tarditti
IMPRESO EN ARGENTINA
ISBN: 978-987-1639-07-6

Fallas en la memoria / María Cecilia Fernández ... [et.al.] ; dirigido por Esteban Rubinstein ; edición a cargo de Paula Carrete.
- 1a ed. - Buenos Aires : delhospital ediciones, 2011.
126 p.: il. ; 20x14 cm. - (Problemas frecuentes)

ISBN 978-987-1639-07-6

1. Medicina preventiva. 2. Memoria. I. Fernández, María Cecilia
II. Esteban Rubinstein, dir. III. Paula Carrete, ed.
CDD 616.83

Impreso en Buenos Aires - Argentina
Fecha de impresión: mayo de 2011
Tirada: 1000

Queda hecho el depósito que dispone la ley 11.723.

Todos los derechos reservados.

Este libro o cualquiera de sus partes no podrán ser reproducidos ni archivados en sistemas recuperables, ni transmitidos en ninguna forma o por ningún medio, ya sean mecánicos o electrónicos, fotocopiadoras, grabaciones o cualquier otro, sin el permiso previo de la Sociedad Italiana de Beneficencia en Buenos Aires.

© delhospital ediciones

Departamento de Docencia e Investigación

Instituto Universitario Escuela de Medicina

Hospital Italiano de Buenos Aires

Sociedad Italiana de Beneficencia en Buenos Aires

delhospital ediciones

Gascón 450 1er piso, Departamento de Docencia e Investigación
CABA (1181)

Tel: (005411) 4959-0200 interno 2997

Web: www.hospitalitaliano.org.ar/docencia/editorial

Mail: delhospital.ediciones@hospitalitaliano.org.ar

Índice

CONOCER EL PROBLEMA	9
La queja cognitiva	11
La memoria	13
Los olvidos	18
Diferentes escenarios clínicos en los que se encuentra afectada la memoria	22
La demencia	26
LA CONSULTA CON EL MÉDICO.....	35
MEDIDAS PARA PRESERVAR Y ESTIMULAR LA MEMORIA	57
Medidas generales.....	60
Medidas específicas	63
TRATAMIENTO DE LAS PERSONAS CON DEMENCIA.....	77
Medidas generales.....	79
Medicamentos utilizados	85
EN EL CONSULTORIO	91
MISCELÁNEAS.....	111
La depresión y las fallas en la memoria	113
Prevención y herencia de la demencia	115
El trabajo con los familiares de las personas con demencia	117
El manejo de la información en las personas y familiares que consultan por queja cognitiva	123

EQUIPO EDITORIAL

María Cecilia Fernández: Médica neuróloga. Especialista en Trastornos de Memoria y Conducta. Servicio de Neurología del Hospital Italiano de Buenos Aires.

Carlos Finkelsztein: Médico psiquiatra. Jefe del Servicio de Psiquiatría del Hospital Italiano de Buenos Aires.

José R. Jauregui: Médico geriatra y de familia. Servicio de Medicina Familiar y Comunitaria del Hospital Italiano de Buenos Aires.

Andrea Loo: Terapeuta ocupacional. Miembro del Área Comunitaria del Plan de Salud del Hospital Italiano de Buenos Aires.

Daniel Matusevich: Médico psiquiatra. Coordinador del equipo de Psicogeriatría del Hospital Italiano de Buenos Aires.

Daniel Seinhart: Servicio de Clínica Médica. Sub Jefe de Geriatría. Jefe de Evaluación Cognitiva del Anciano. Hospital Italiano de Buenos Aires.

CONOCER EL PROBLEMA

La queja cognitiva

Es común que algunas personas mayores (y los familiares o seres queridos de esas personas) se quejen porque tienen problemas de memoria, porque perciben una disminución o una falla en sus capacidades intelectuales, porque se equivocan frecuentemente al utilizar el dinero, porque se pierden en la calle, porque no encuentran las palabras cuando hablan, etc. Al conjunto de todos estos problemas los médicos le hemos puesto el nombre de “queja cognitiva”.

Las causas de queja cognitiva pueden variar desde un trastorno de la memoria benigno y asociado con la edad hasta una condición seria llamada demencia. Una de las causas de demencia más comunes es la enfermedad de Alzheimer.

LA "QUEJA COGNITIVA" ES UN TÉRMINO UTILIZADO POR LOS PROFESIONALES DE LA SALUD QUE SE REFIERE A TODAS AQUELLAS SITUACIONES EN LAS QUE UNA PERSONA (O SU FAMILIAR) CONSULTA PREOCUPADA PORQUE ALGO RELACIONADO CON LA MEMORIA NO ANDA BIEN.

Para poder entender por qué se producen fallas en la memoria y en otras funciones mentales es necesario conocer qué es y cómo funciona esta compleja capacidad del ser humano.

La memoria

**LA MEMORIA ES LA CAPACIDAD DE OBTENER,
ALMACENAR Y RECUPERAR INFORMACIÓN.**

Para que la memoria pueda funcionar es necesario que la **atención**, que es la capacidad de dirigir la actividad mental hacia un punto determinado, esté intacta. Es decir, si la atención falla, la memoria también. No se puede recordar aquello que no se registró, aquello a lo que no se le prestó atención. Aclaremos esto porque hay situaciones en las que una persona tiene dificultades para recordar y cree que el problema está en su memoria pero en realidad está en su capacidad para prestar atención. Un ejemplo muy frecuente de esta situación se da cuando una persona está deprimida. La depresión suele acompañarse de fallas en la memoria que se deben, en parte, a que el individuo deprimido tiene disminuida la capacidad de prestar atención, de modo que no obtiene la

información y, por supuesto, no es capaz de recordarla después.

PARA QUE UNO PUEDA RECORDAR ALGO PRIMERO DEBE PODER PRESTAR ATENCIÓN. MUCHAS PERSONAS DEPRIMIDAS SE QUEJAN DE FALLAS EN LA MEMORIA, PERO EN REALIDAD TIENEN DIFICULTAD PARA PRESTAR ATENCIÓN Y POR ESO NO PUEDEN ACORDARSE DE LO QUE PASÓ.

En un intento por simplificar el complejo funcionamiento de la memoria, podemos clasificarla en inmediata y de largo plazo. La **memoria inmediata** trabaja con la información sin procesar que se tiene en la conciencia en un momento dado. Permite obtener y retener pequeñas cantidades de información durante segundos o minutos. Es la que se utiliza, por ejemplo, cuando nos dicen el precio de algo que queremos comprar y nos disponemos a buscar el dinero en la billetera para efectuar el pago. Nos permite ser conscientes de lo que acaba de suceder, de lo último o lo más reciente. Podemos decir que la memoria inmediata actúa como un almacén transitorio de información. Para que esta información se consolide debe ser transferida al sistema de **memoria**

de largo plazo, espacio donde la información obtenida es retenida durante más tiempo y que sería algo así como un almacén donde se guardan recuerdos, imágenes, conocimientos acerca del mundo, conceptos, etc. Esta memoria de largo plazo tiene una capacidad y duración ilimitadas y puede clasificarse en reciente y remota.

La **memoria de largo plazo reciente** permite obtener, almacenar y recuperar la información recibida hace poco tiempo y contextualizada en tiempo y lugar (algunos ejemplos típicos de este tipo de memoria son acordarnos de qué película vimos la semana pasada o qué comimos ayer). A medida que envejecemos, la memoria de largo plazo reciente normalmente se deteriora un poco y por eso muchas personas mayores se quejan habitualmente de que les falla la memoria. Estas fallas se llaman **olvidos** y no constituyen una anomalía o una enfermedad a menos que sean muy frecuentes y afecten las tareas cotidianas de la persona.

En la **memoria de largo plazo remota** se guardan conocimientos del pasado distante, como por ejemplo: la fecha de nuestro cumpleaños, el nombre de un héroe patrio o una

anécdota de la adolescencia. Generalmente se trata de hechos de la juventud o de la infancia. La información de la memoria de largo plazo remota está muy consolidada, se mantiene estable con el paso del tiempo y no se deteriora en los ancianos normales (por eso muchas personas mayores suelen decir que pueden acordarse perfectamente de cosas que ocurrieron hace muchos años pero no logran recordar un hecho puntual que ocurrió la semana anterior).

NO ACORDARSE DE ALGO QUE PASÓ HACE POCO, COMO POR EJEMPLO, UNA NOTICIA QUE UNO LEYÓ EN EL DIARIO DE AYER, CONSTITUYE UN "OLVIDO". ES LA QUEJA MÁS COMÚN EN RELACIÓN CON LA MEMORIA Y LO QUE ESTÁ FALLANDO (SI ES QUE NO FALLÓ LA ATENCIÓN) ES LA MEMORIA DE LARGO PLAZO RECIENTE.

La memoria contribuye a definir la manera como cada persona es y está en el mundo. Es un componente fundamental de la identidad de los individuos porque permite guardar acontecimientos, situaciones y experiencias de la vida pasada que le dan significado al presente y sentido al futuro.

En la memoria participan distintas estructuras y sistemas cerebrales compuestos por múltiples células nerviosas. Estas células se llaman neuronas y tienen la capacidad de recibir y analizar la información y transmitirla a otras neuronas en forma de señales eléctricas. Debido a sus múltiples componentes, la memoria es una función muy compleja y vulnerable.