

DEMÈNCIA: Síntomes inicials i d'alarma.

Els següents 10 símptomes són els més freqüents en l'inici d'una demència, sobretot de la malaltia d'Alzheimer, que és la més prevalent. Cal tenir en compte que d'altres tipus de demència poden tenir símptomes inicials diferents. A més, l'envelliment no necessàriament implica pèrdua de capacitats. Per tant, davant qualsevol dubte es recomana consultar. El professional de referència a qui ens haurem de dirigir és el metge de capçalera, que derivarà a l'especialista si ho considera pertinent.

1- Pèrdua de memòria

La pèrdua de memòria recent és el símptoma més freqüent en fases inicials d'una demència. La persona amb falles de memòria té problemes per aprendre coses noves, oblida fàcilment el que se li diu, pot oblidar on deixa les coses o què anava a fer. La memòria dels fets més antics es manté.

Per exemple, una persona amb demència pot dir que recorda la seva infància com si fos ahir però que no recorda el que va sopar.

2- Dificultats per fer tasques conegudes

En fases inicials d'una demència, la persona té dificultats per fer aquelles tasques que estava acostumada a fer sense problema. Per exemple, li pot costar recordar quins ingredients portava un plat, o tenir problemes per arreglar petites avaries de casa, quan abans ho podia fer bé.

Els problemes amb el maneig dels diners (saber el valor dels diners, saber què ha de pagar, quant costen les coses, comptar el canvi...) i de la medicació (tipus i dosis que ha de prendre) són freqüents en fases inicials, sobretot quan hi ha canvis. Progressivament la persona abandona o simplifica activitats que li són més difícils.

Per exemple, pot evitar agafar el cotxe de nit, quan plou, o quan ha d'anar a algun lloc que no coneix, o pot deixar de cuinar plats elaborats.

3- Problemes de llenguatge

Són freqüents les dificultats per trobar el nom de les coses o de les persones. També pot haver problemes que abans no tenia per comprendre informació més complexa, com notícies o cartes que arribin a casa o també per seguir converses.

Per exemple, en reunions on hi ha vàries persones (trobades familiars, per exemple), s'atabali o no participi i es quedi aïllat.

4- Desorientació en temps i espai

Les persones amb demència inicial poden tenir dificultats per saber quin dia està (dia de la setmana, dia del mes, mes...). També poden haver dificultats per saber on està, però això generalment és menys freqüent en fases inicials.

Per exemple, pot fallar a una visita al metge perquè s'equivoca de dia o d'hora.

5- Capacitat crítica o de raonament disminuïts

En fases inicials, les persones amb demència sovint no tenen consciència de les seves dificultats i falles i poden enfadar-se quan se'ls vol fer veure que tenen problemes. La falta de consciència forma part de la malaltia, no és voluntat de la persona dur la contrària o fer enfadar al seu familiar.

Per exemple, es poden molestar perquè el familiar insisteix en dur-los al metge per valorar les falles de memòria i no entenen el perquè.

6- Dificultats per acabar les tasques

És freqüent que puguin deixar una tasca a mitges i que després no recordin que l'estaven fent. Això sovint és degut a falles de memòria i cal tenir-ho molt present en activitats on hi ha risc, com cuinar, ja que es poden deixar el foc encès i no recordar-ho en absolut.

Per exemple, poden deixar la paella al foc per anar a estendre la roba o contestar el telèfon i no recordar-ho.

7- Perdre coses, deixar-les a llocs incorrectes

És una de les queixes més freqüents en persones que comencen a perdre memòria. Quan es deixa fora de lloc algun objecte, després pot ser molt difícil trobar-lo perquè no recorden on el van deixar. Això no vol dir deixar les coses a llocs estranys, com posar la cartilla a la nevera (que també podria passar), sino amagar-la o deixar-la en un lloc diferent de l'habitual, de forma que després no recorden que ho han fet i no es troba. De vegades també els amaguen i després no recorden haver-ho fet. Cal ser constant i deixar les coses al mateix lloc; aquest consell va bé per tothom, no només per persones amb demència.

Per exemple, guarden coses de valor (diners, joies, cartilles) a llocs poc habituals (torretes, entre llençols, dins les butxaques de la roba), amb el risc que es perdin veritablement.

8- Canvis en l'humor o el comportament

En fases inicials d'una demència sovint hi ha canvis de caràcter, i solen ser en forma d'irritabilitat i susceptibilitat: la persona fàcilment es pot sentir molestada o s'enfada, especialment si se li vol fer veure que té problemes de memòria.

9- Dificultats per entendre què es veu o en calcular distàncies

Comprendre què s'està veient i calcular distàncies són funcions cerebrals que poden veure's afectades en fases inicials de la demència. Són especialment importants quan es fan activitats de risc, com per exemple, conduir.

Per exemple: la persona pot equivocar-se calculant la distància entre el seu cotxe i les columnes del pàrquing o en valorar la distància que separa el seu cotxe del cotxe de davant, amb les conseqüències menys o més greus que pot tenir aquest error.

10- Abandonament de tasques o activitats

La persona amb una fase inicial de demència té dificultats creixents per fer les tasques o activitats que abans feia sense problema. Això fa que progressivament les vagi abandonant o simplificant. També tenen dificultats per solucionar situacions noves o inesperades, i això fa que s'atabalin fàcilment i es puguin posar nerviosos. També hi ha més apatia, amb menys ganes de fer.

Per exemple, poden tenir problemes per saber què han de fer i com demanar ajuda si s'equivoquen de parada d'autobús, o com resoldre alguna averia a casa (que marxi la llum, que hi hagi algun escapament d'aigua...). Les persones que eren molt "manetes" també poden tenir més dificultats per arreglar coses.