

SOCIEDAD

gentemayor



Afaor realiza numerosos talleres con los usuarios de la entidad, además de numerosas actividades.



Noa Gallego reparte información en la calle del Paseo.



La asociación realiza sesiones para usuarios y familiares.

# El mes del alzhéimer con Afaor

Afaor ha salido a las calles de diferentes lugares de la provincia para informar sobre los factores de riesgo que pueden inducir al alzhéimer y el trabajo que desarrollan con enfermos y familiares para tratar de paliar los síntomas y apoyarles en el proceso.

de Ourense (Afaor) desean conmemorar esta fecha haciendo hincapié en la importancia de la prevención y del diagnóstico precoz con el fin de facilitarles a los pacientes calidad de vida.

La enfermedad de Alzheimer es la principal causa más frecuente de demencia. Se trata de una enfermedad cerebral progresiva e irreversible que no tiene cura, que se caracteriza por la pérdida de memoria. Sin embargo, esta no es su única manifestación. De hecho, las personas que la padecen presentan un deterioro progresivo de sus funciones cognitivas, además de cambios en la personalidad y en el comportamiento.

**SIN CAUSAS**

Es por todo esto que el paciente con la enfermedad de Alzheimer va a ir necesitando del apoyo de las personas que le rodean para poder llevar la enfermedad puesto que va perdiendo poco a poco autonomía

## El paciente de alzhéimer va a ir necesitando del apoyo de las personas que le rodean para poder llevar la enfermedad

a la hora de desarrollar las actividades de su día a día. Actualmente no se conocen las causas que producen la enfermedad. En el cerebro de las personas afectadas se producen dos anomalías neurológicas: la acumulación de placas de proteína beta-amiloide y de ovillos neurofibrilares de proteína Tau. Estos daños pueden haberse iniciado en una fase preclínica 15 o 20 años antes de la aparición de los primeros

síntomas. Por ahora no contamos con un tratamiento para que pueda prevenir o detener el curso de la enfermedad. Existen medicamentos que pueden ayudar a paliar los síntomas y ayudar a dar una mayor calidad de vida al paciente.

Hay que tener en cuenta que uno de cada tres casos de alzhéimer es atribuible a factores de riesgo que se pueden modificar. "Es importante que las personas de cualquier edad mantengan unos hábitos saludables y controlar los factores de riesgo cardiovascular, como el colesterol, la hipertensión y la diabetes", aconsejan desde Afaor.

Con motivo de la celebración del día Mundial del Alzhéimer, el pasado 21 de septiembre, Afaor se ha trasladado a las calles de la ciudad con la colocación de puntos informativos con los que pretenden sensibilizar a la población sobre la enfermedad, la labor de la asociación y la necesidad de mantener unos hábitos de prevención saludables.

"Hemos estado en la calle del Paseo, en la entrada del Hospital nuevo y en la zona de Barrocanes ofreciendo información y orientación a aquellas personas que lo soliciten", explican recordando que "también estaremos en días posteriores en A Valenzá, Celanova, Ribadavia y O Carballiño".

**FACTORES DE RIESGO**

Existen una serie de factores de riesgo que se pueden prevenir:

- Seguir una dieta mediterránea,
- Procurar mantener un peso saludable,
- Evitar los hábitos tóxicos y los excesos,
- Hacer ejercicio físico regularmente,
- Cuidar nuestro bienestar emocional,
- Mantener activa la mente,
- Cultivar las relaciones sociales.

Afaor. 988 21 92 92  
recuerda@afaor.com



REDACCIÓN OURENSE

El mes de septiembre se conmemora el Mes Mundial del Alzhéimer, fecha que ayuda a acercar y sensibilizar a la sociedad sobre esta enfermedad, que es considerada una de las epidemias de este siglo XXI. Este año desde la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzhéimer