



Deterioro Cognitivo Leve

1 ¿Qué es?

El deterioro cognitivo leve representa una etapa intermedia entre el declive esperado en la memoria asociada en su mayoría con el envejecimiento y la manifestación más significativa del trastorno neurocognitivo mayor.

Esta condición se caracteriza por dificultades en áreas como la memoria, el lenguaje y el juicio.

Los individuos que experimentan deterioro cognitivo leve pueden ser conscientes de la disminución en su capacidad de memoria o función cognitiva, una percepción que también puede ser notada por familiares y amigos. Sin embargo, es importante destacar que estos cambios no suelen interferir de manera significativa en las actividades diarias o rutinas habituales.

2 Síntomas

El proceso de envejecimiento conlleva cambios naturales en la estructura y función del cerebro, al igual que ocurre con otros sistemas del cuerpo humano.

Entre estos cambios, muchas personas experimentan una disminución gradual en la función

cognitiva, lo que puede manifestarse en una mayor propensión a la pérdida de memoria y una reducción en la velocidad de procesamiento mental.

Sin embargo, es de vital importancia prestar atención a la siguiente sintomatología mencionada en Mayo Clinic 2023:

- **Tener olvidos frecuentes.**
- **Olvidar acudir a citas ya programadas.**
- **Perder el hilo de los pensamientos.**
- **No poder seguir la trama de un libro o una película.**
- **Dificultad para seguir una conversación.**
- **Dificultad para tomar decisiones.**
- **Sufrir de problemas para orientarse en lugares.**
- **La capacidad de juicio comienza a fallar.**
- **Familiares y amigos notan cualquiera de estos cambios.**

Deterioro Cognitivo Leve

3 Personas que pueden sufrirlo

El deterioro cognitivo leve puede afectar a una amplia gama de individuos de cualquier edad, pero ciertos factores de riesgo pueden aumentar la probabilidad de experimentar este fenómeno. Entre los factores de riesgo más destacados se encuentra la edad avanzada, siendo este uno de los principales predictores del deterioro cognitivo leve. Además, diversas enfermedades y aspectos del estilo de vida como la diabetes, hipertensión arterial, colesterol alto, obesidad y tabaquismo. Asimismo, la presencia de depresión, apnea obstructiva del sueño y la falta de actividad física pueden contribuir al deterioro cognitivo leve.

4 Tratamiento

- **Terapia neuropsicológica:** Tratamientos farmacológicos bajo supervisión del médico especializado.
- **Actividades de estimulación cognitiva que mejoren la atención, la percepción, la comprensión y la memoria.**

■ Estimulación magnética transcranial (EMT):

Utiliza campos magnéticos para inducir corrientes eléctricas en regiones específicas del cerebro. Esto puede ayudar a estimular la actividad neuronal en áreas relacionadas con la memoria, la atención y otras funciones cognitivas afectadas por el DCL. Además, la EMT puede utilizarse como complemento a otras intervenciones terapéuticas como la terapia cognitivo-conductual, el ejercicio físico y la modificación de factores de riesgo cardiovascular.



CONTACTO

C. (999) 101 3879

contacto@centrostatera.com

www.centrostatera.com