

CARLA ALBA N.

¿CÓMO DETECTAR PROBLEMAS DE MEMORIA EN UNA PERSONA MAYOR?

6 TIPS

*Que nos AYUDAN a detectar problemas
de memoria.*



BIENVENIDOS (AS)

Soy **Carla Alba Navarro**, Psicopedagoga y **Magíster en Gerontología Clínica**, especializada en el trabajo con **personas mayores**.

Cuento con experiencia en la **detección temprana de problemas de memoria** y en el diseño de **planes de acción orientados a mantener o retrasar la progresión del deterioro cognitivo** diagnosticado en una persona mayor.

A través de mis **atenciones en consulta**, así como de **talleres presenciales y virtuales**, acompaño y oriento a hijos, hijas y cuidadores de personas mayores que muchas veces se sienten sobrepasados por no comprender las diferencias entre el **envejecimiento normal** y el **envejecimiento patológico**.

Mi propósito es **entregar herramientas claras y prácticas** para que las familias puedan comprender lo que está ocurriendo, detectar señales tempranas de dificultades de memoria y actuar de manera oportuna frente a posibles procesos de deterioro cognitivo o demencias.



A continuación te daré algunos tips para que puedas DETECTAR problemas de memoria:



1. Olvida información reciente con frecuencia

La persona puede olvidar conversaciones recientes, citas o eventos que ocurrieron hace poco tiempo, incluso si se los recuerdan varias veces.

(Alzheimer's Association, 2023)

2. Hace repetidamente las mismas preguntas

Puede preguntar lo mismo varias veces en un corto periodo de tiempo porque no recuerda que ya recibió la respuesta. El familiar comienza a notar cambios que antes no ocurría.

(Alzheimer's Association, 2023)

3. Tiene dificultad para seguir conversaciones o historias

A veces pierde el hilo de lo que se está hablando o le cuesta seguir una explicación larga.

(Livingston et al., 2020)

4. Le cuesta encontrar palabras comunes

Puede quedarse en silencio intentando recordar una palabra o reemplazarla por otras que no corresponden. (Anomia)

(World Health Organization, 2019)

5. Se desorienta en lugares conocidos

Puede confundirse en lugares donde ha estado muchas veces, o tener dificultad para recordar cómo llegar a su casa.

(Alzheimer's Association, 2023)

6. Le cuesta realizar tareas que antes hacía con facilidad

Por ejemplo, seguir una receta conocida, manejar dinero o recordar pasos de actividades habituales. (Necesita de ayuda para concretar correctamente las actividades.

(WHO, 2019)

TEST PFEIFFER

El **Test de Pfeiffer** es un instrumento de **tamizaje cognitivo breve** utilizado para detectar posibles problemas de memoria y deterioro cognitivo en personas mayores.

1. Debes adjudicar **1 punto** por cada error.
2. Su estado es **normal** si obtiene puntajes entre 0 y 2.
3. Su estado es **deterioro cognitivo leve** si obtiene entre 3 y 4 errores.
4. Su estado es **deterioro cognitivo moderado** entre: 5 y 7 errores.
5. Su estado es **deterioro cognitivo severo** si hay de 8 errores
6. Se permite un error adicional si el nivel educativo **es bajo** (estudios elementales).
7. Se permite un error menos si ha recibido **estudios superiores**
8. (universitarios)

PREGUNTA A REALIZAR	ERROR
¿Qué fecha es hoy? (Día, mes y año).	
¿Qué día de la semana es hoy? .	
¿Dónde estamos ahora? (lugar o edificio).	
¿Cuál es su número de teléfono? O su dirección si no tiene teléfono.	
¿Qué edad tiene?	
¿Cuándo nació? (día, mes y año).	
¿Cómo se llama el Presidente de Gobierno?	
¿Cómo se llamaba el anterior Presidente de Gobierno?	
¿Cuál es el primer apellido de su madre?	
Reste de tres en tres desde veinte	

Es importante señalar que este test debe ir acompañado de otros test orientados al **estado funcional** de la persona mayor. Por ejemplo evaluar como desarrolla las **actividades cotidiana de la vida diaria**.



SI TE INTERESÓ EL CONTENIDO Y
QUIERES SABER MÁS SOBRE
**PROBLEMAS DE MEMORIA Y
DEMENCIAS**



Te invito a una **clase gratuita** de una hora.
Para mayor información escíbeme a mi Instagram
@priorityeduca, también puedes seguirnos en nuestra Fan Page
@priority educa o enviarme un mensaje al
+56973759071 +56930648728
También puedes escribirnos
a **contacto@priorityeduca.cl**

¡GRACIAS POR TU ATENCIÓN!