



LA IMPORTANCIA DE REALIZARTE EVALUACIONES DE LA MEMORIA EN ESTE AÑO NUEVO

Quando se trata de exámenes de salud de rutina, es importante que incluyas una evaluación de la memoria en este año que comienza.

Por ejemplo, la Alzheimer's Foundation of America ofrece exámenes que son virtuales y gratuitos todos los lunes, miércoles y viernes.

El proceso es rápido y tarda entre 10 y 15 minutos. Este incluye una serie de preguntas destinadas a medir la memoria, el lenguaje, las habilidades de pensamiento y otras funciones intelectuales. Para la prueba, necesitarás un dispositivo con cámara web y capacidad de Internet, como un teléfono inteligente, computadora portátil o tableta.

La fundación compara las pruebas de detección con las de colesterol, piel y presión arterial. Aunque los resultados no se consideran un diagnóstico, pueden sugerir si la persona debe acudir con un médico para una evaluación completa.

«Las evaluaciones anuales son importantes, incluso para nuestro cerebro, por lo que todos deberían hacer de la evaluación de la memoria uno de sus propósitos de Año Nuevo para el 2022», subrayó Charles Fuschillo Jr., presidente y director ejecutivo de la fundación. «Así como revisamos regularmente otras facetas de nuestra salud, todos deberíamos hacernos un chequeo del cuello para arriba, sin importar si tenemos o no problemas de memoria».

Muchas afecciones pueden causar problemas de memoria, incluidas aquellas que son tratables, como deficiencias de vitaminas, afecciones de la tiroides, infecciones del tracto urinario, estrés, ansiedad y depresión.

La detección temprana también es importante para las enfermedades relacionadas con la demencia, incluyendo la enfermedad de Alzheimer. Esto porque puede brindar la oportunidad de comenzar los tratamientos antes y así ayudar a retrasar los síntomas, así como facilitar la participación en un ensayo clínico o conectarse a grupos de apoyo y programación terapéutica.

Si te interesa realizar estos exámenes, consulta el sitio web de la fundación www.alzfdn.org

ClickISalud