



Alzheimer y Parkinson están dentro de las primeras cinco causas de muerte en Chile

Se trata de dos enfermedades neurodegenerativas que, en los últimos diez años, ya se encuentran dentro de las causas más comunes de fallecimiento en el país.

María José Villagrán Barra
prensa@latribuna.cl

En 2013, las enfermedades asociadas al sistema circulatorio lideraban las muertes en Chile, causando más de 27 mil 600 fallecimientos, seguidas por el cáncer y afecciones del sistema respiratorio.

En 2023, diez años después, a pesar de que estas mismas enfermedades seguían liderando la lista de las principales causas de mortalidad, también se incrementó aquellas asociadas al sistema nervioso central.

Desde 2015 a la fecha, su importancia como causa de muerte en el país se han ido incrementando a tal nivel que, en 2022, las situó entre las cinco principales, según el Ministerio de Salud.

Dentro de las enfermedades del sistema nervioso central, las más comunes son las neurodegenerativas como el Parkinson y el Alzheimer.

Al respecto, "ambas son enfermedades neurodegenerativas; eso significa que son enfermedades donde el sistema nervioso, en alguna de sus zonas, comienza a fallar y empieza un deterioro y eso es algo progresivo", explicó la neuróloga de la Clínica Universidad de los Andes, Dra. Ximena Pizarro.

sivo", explicó la neuróloga de la Clínica Universidad de los Andes, Dra. Ximena Pizarro.

Mientras que el Alzheimer es una enfermedad que, principalmente, genera un deterioro cognitivo con problemas sobre todo en el área de la memoria, la de Parkinson es completamente distinta.

En esta última, "lo que genera es que el paciente empieza a tener dificultades sobre todo en su movilidad; comienzan a moverse más lento y, además, puede tener asociado temblores y/o rigidez o ambas", explicó la profesional de la salud.

Asimismo, agregó la neuróloga, no solo presenta síntomas asociados a la movilidad motora sino que, además, puede presentar otros como la pérdida del olfato, problemas de sueño, trastornos del ánimo y constipaciones, entre otros.

Si bien, ambas enfermedades no tienen una causa de muerte directa, lo que termina sucediendo es que "comienzan a presentar problemas en la posibilidad de tragar; entonces, al tener problemas en la deglución, parte de ese alimento pasa hacia los pulmones, generando una neumonía aspirativa y terminan falleciendo producto de eso; en ambos casos es cuando la enfer-



AL SER ENFERMEDADES que presentan un deterioro progresivo, se presentan generalmente en adultos mayores.

medad está extremadamente avanzada", detalló Pizarro.

¿CÓMO PREVENIRLAS?

Tanto el Alzheimer como el Parkinson afectan a ambos sexos, aunque esta última enfermedad se presenta más en hombre que en mujeres.

Al ser enfermedades que presentan un deterioro progresivo, generalmente se registran en mayor ocasión en adultos mayores; es decir, en personas sobre 50 o 60 años.

Sin embargo, "a medida que avanza la medicina, se van conociendo más; en ambas enfermedades se han visto casos en pacientes jóvenes pero son la excepción a la regla", relató la neuróloga de Clínica Universidad de los Andes.

Pese a que ninguna de las dos tiene cura, en la actualidad existen fármacos que intentan disminuir un poco la progresión de estas enfermedades; esto es, que sigan avanzando pero más lentamente.

Una de las formas de prevenirlas es a través de la actividad física. Al respecto, "está demostrado que entelentece la progresión de ambas enfermedades e incluso su inicio. Por ejemplo, en pacientes que están acostumbrados a hacer ejercicio físico, la enfermedad de Parkinson tiende a aparecer más tardíamente y cuando aparece, lo mismo que

con el Alzheimer, en general avanzan más lento", explicó Pizarro.

Asimismo, detalló que la mejor actividad física para retrasar ambos padecimientos dice relación con el ejercicio aeróbico; es decir, aquellos que aumentan la frecuencia cardíaca como trotar, andar en bicicleta o el nado; también aquellos que requieran de coordinación como, por ejemplo, el Tai Chi o la zumba.

Otra forma de retrasar su aparición, detalló la doctora, es manteniendo todos los factores de riesgo bien controlados; una alimentación saludable, idealmente, mediterránea también podrían retrasar su progresión.

FACTORES DE RIESGO

"El factor de riesgo más importante es la edad; a medida que más envejece uno, más probabilidades hay de presentar cualquiera de estas dos enfermedades", explicó Pizarro.

Otra forma de prevenirla es controlando las enfermedades de riesgo que son modificables como la hipertensión, la diabetes, el tabaquismo y el consumo de alcohol, entre otras.

"A pesar de que ambas enfermedades no son curables, sí existen tratamientos para aliviar los síntomas y, además, hay que hacerle un seguimiento al paciente, educar a las fami-

lias y hacer acompañamientos, estar con ellos. Si alguien cree que puede tener alguno de estos síntomas o si alguno de los familiares los presenta, aunque no sean enfermedades curables, vale 100% la pena ir a un neurólogo para que lo vea, sobre todo en los años en que la enfermedad está relativamente bien, mejorar los síntomas para que tengan una mejor calidad de vida", sostuvo la profesional de la salud.

SÍNTOMAS

Los síntomas entre el Alzheimer y el Parkinson son bien distintos el uno del otro.

En el caso del Alzheimer, quienes lo notan son los familiares, no el paciente; al respecto, Pizarro explicó que, "en la medida en que las personas van perdiendo su capacidad cognitiva, también van perdiendo su capacidad de darse cuenta, de comprender que esas cosas la están perdiendo".

En los pacientes con Parkinson, el principal síntoma es que los pacientes "se ponen lentos para caminar o pensar, la letra se les empieza a achicar mucho. En general, esos son los primeros síntomas de la enfermedad de Parkinson, y después, al mismo tiempo, se le puede ir agregando el temblor o que sienten que al moverse están más rígidos", detalló la neuróloga.



Neuróloga de la Clínica Universidad de los Andes, Dra. Ximena Pizarro.