



### **Alzheimer: Retos actuales y calidad de vida**

*Escribe: Dr. Norman López, Escuela de Kinesiología Universidad Santo Tomás Temuco.*

El pasado 21 de septiembre se conmemoró el Día Mundial del Alzheimer, dedicado a generar conciencia sobre esta enfermedad neurodegenerativa, principal causa de demencia a nivel global. Afecta la memoria, el comportamiento y la autonomía, debido a la acumulación de proteínas anormales en el cerebro, como el B-amiloide y la tau. En Chile, se estima que entre 200.000 y 250.000 personas padecen Alzheimer, con 20.000 nuevos casos cada año. La evidencia científica indica que factores como la hipertensión, diabetes, obesidad, tabaquismo, inactividad física y la depresión aumentan hasta un 60% el riesgo de padecer demencia.

A nivel global, más de 55 millones de personas viven con esta afección, y el Alzheimer es responsable del 60% al 70% de los casos. El impacto económico es significativo, con costos anuales globales de 1.3 billones de dólares.

En Chile, el Plan Nacional de Demencia busca mejorar la detección temprana y el manejo de la enfermedad. Promover estilos de vida saludables y la educación son fundamentales para reducir el riesgo, enfrentar sus efectos y apoyar a pacientes y cuidadores.