

¿Ha notado algún cambio en su memoria o forma de pensar?

Salud cerebral: Etapas y próximos pasos

Mientras más pronto atienda sus preocupaciones sobre su salud cerebral, más oportunidades tendrá de tomar control de su cuidado, mejorar su calidad de vida y lograr los mejores resultados posibles.

Si está notando cambios en su memoria, forma de pensar, lenguaje o comprensión, o tiene otras preocupaciones similares, revise los pasos a continuación y visite mybrainguide.org/es/etapas o escanee el código QR para obtener más información y acceder a recursos confiables que lo guiarán durante este proceso.



"Algo ha cambiado" | PREOCUPACIÓN INICIAL

Usted u otra persona nota que algo ha cambiado en su salud cerebral. Tal vez está teniendo problemas de memoria, confusión, dificultad para realizar tareas de rutina o problemas para recordar o entender palabras. No está solo. Notar estos cambios es un primer paso importante.

"Ir a examinarse" | EVALUACIÓN MÉDICA

Durante esta consulta, un médico tomará en cuenta sus preocupaciones y evaluará sus síntomas. Por lo general, esto ocurre después de notar algún cambio preocupante en su salud cerebral. Esta evaluación puede ayudarlo a determinar qué pasos seguir.

"Identificar el problema"

CONFIRMACIÓN DEL DIAGNÓSTICO

Un médico hará evaluaciones, pruebas y exámenes adicionales (preguntas sobre su historial médico familiar, estudios de imagen, análisis de sangre, etc.) para determinar y confirmar un diagnóstico. Por lo general, esto ocurre después de la primera consulta, en la que se conversa sobre sus preocupaciones y se evalúan sus síntomas.

Decidir qué hacer y planificar el cuidado

OPCIONES DE TRATAMIENTOS Y ENSAYOS CLÍNICOS

Con sus médicos y las personas cercanas a usted, explorará opciones de tratamiento para desarrollar un plan de cuidado o tratamiento que tenga en cuenta sus metas y lo que es importante para usted. Por lo general, este plan busca ayudarlo a adoptar hábitos saludables para el cerebro, contribuir a que los cambios avancen más lentamente, manejar los síntomas y vivir bien. Llevar un estilo de vida saludable, como mantener bajo control sus condiciones médicas, mantenerse activo y seguir participando en actividades sociales y que estimulen la mente, puede reducir el riesgo de deterioro cognitivo.