

## Personas que enferman de COVID-19 grave tienen más posibilidad de desarrollar demencia

CUTonalá, a través de la Clínica de la Memoria, pone a disposición actividades para deterioro cognitivo a través de YouTube

La gravedad de los enfermos por COVID-19, el tiempo de persistencia de los síntomas, la prolongación en la estancia hospitalaria y la edad pueden ser factores que determinen qué tan severo puede ser el deterioro cognitivo que pudiera presentar una persona en etapa post-COVID, afirmó en rueda de prensa el investigador del Departamento de Neurociencias, del [Centro Universitario de Ciencias de la Salud \(CUCS\)](#), [1] de la UdeG, doctor Rodrigo Ramos Zúñiga.

**Se hace alusión al término post-COVID para abarcar todas las manifestaciones que ocurren cuando ya concluyó la etapa infecciosa de la enfermedad.** Esto significa que la persona no tiene ya la infección activa, y no obstante puede presentar algunas alteraciones, entre éstas las de tipo cognitivo, como el nivel de atención, la memoria reciente y lentitud en los procesos ejecutivos.

Alguien que tuvo deterioro cognitivo es aquél que tuvo un desarrollo normal pero que por algún motivo empieza un decremento en sus habilidades cognitivas; puede existir deterioro cognitivo leve, moderado, y si éste continúa puede convertirse en demencia

“Un joven que pudo haber tenido COVID-19 asintomático, el cual sólo tuvo dificultad para oler un par de días, se puede recuperar y no pasar a más; pero en el caso de una persona adulta mayor, que estuvo dos semanas intubada y en terapia intensiva, probablemente va a presentar secuelas potenciales en la esfera neurocognitiva más evidentes, y pudiera tardar más tiempo en recuperarse”, declaró el experto.

Entre más severo sea el COVID-19 es más probable que una persona tenga deterioro cognitivo en la etapa post-COVID, resumió el especialista.

Añadió que cuando el deterioro cognitivo es atendido de forma oportuna y no hubo alteración estructural, la recuperación puede retornar a una funcionalidad habitual. En el caso de un adulto mayor que ya tenía deterioro y enfermó de COVID-19, podría agravarse su deterioro cognitivo.

Resaltó la importancia de un diagnóstico oportuno y la rehabilitación cognitiva, ya que es una herramienta que permite al paciente tener las condiciones previas al COVID-19, dijo.

El deterioro cognitivo es un estado preclínico a la demencia, y se caracteriza porque el funcionamiento cognitivo se encuentra por debajo de lo esperado según la edad y la escolaridad. Algunas funciones cognitivas son la memoria, las funciones ejecutivas y la velocidad de procesamiento, agregó la doctora Neyda Mendoza Ruvalcaba, investigadora del Departamento de Ciencias de la Salud y Enfermedad como Proceso Individual, del [Centro Universitario de Tonalá \(CUTonalá\)](#). [2]

Dijo que, en ocasiones, el deterioro cognitivo leve puede progresar a la demencia.

Describió el programa “Mi mente en línea”, a través de la plataforma YouTube, de la Clínica de la Memoria del CUTonalá, cuyo objetivo es mantener las funciones cognitivas de las personas mayores, y también puede servir para pacientes post-COVID.

El programa consta de 24 videos breves, que duran entre cinco y siete minutos, con una secuencia lógica; las personas interesadas los pueden ver desde su celular o dispositivo electrónico, con tareas y actividades que pueden realizarse desde casa. Se recomienda ver dos videos a la semana para obtener mejores resultados.

Destacó que la Clínica de la Memoria había estado dedicada a personas mayores, dado que está implementada junto con los sistemas DIF Guadalajara y DIF Zapopan, y las oficinas de la clínica se encuentran en el Centro Metropolitano del Adulto Mayor y el Centro Tapatío del Adulto Mayor para facilitar el acceso; está en proceso la apertura de la clínica en las instalaciones del CUTonalá.

“Hasta ahora, por el lugar donde está ubicada, sólo han acudido algunos adultos mayores, pero sí se han tenido pacientes de alrededor de 50 años que han sido evaluados”, dijo.

La experta dio sugerencias que podrían apoyar la recuperación de los pacientes que sufren deterioro cognitivo post-COVID. En los programas de Estimulación, Entrenamiento Cognitivo y Rehabilitación Cognitiva, dentro de la Clínica de la Memoria, se recomiendan, de ser necesarios, ejercicios de ubicación en tiempo, espacio y persona. “Por ejemplo, ubicar dónde está el paciente, quiénes hay a su alrededor, e identificar la fecha”.

Si se hace énfasis en ejercicios para la concentración pueden hacerse actividades tan cotidianas como ver una película que le llame la atención al paciente, y al terminar hacer preguntas como “¿cuál es el nombre del personaje principal?, ¿en qué contexto ocurrió la película?, ¿en qué año se rodó?, ¿qué estaba haciendo el paciente cuando se filmaba?... Se trata de recordar por el placer de recordar. Otra opción es hacer ejercicios con sopas de letras para la concentración”, dijo.

“Cuando hay desorientación se echa mano de fotografías para revisión de vida, identificar las imágenes de los elementos y las personas. Algunos ejercicios para la memoria incluyen memorizar poemas y canciones, y decirlos después a otras personas”, agregó.

Para la velocidad de procesamiento por lo general se recomiendan ejercicios a contrarreloj, como realizar una actividad lo más rápido que se pueda, o decir el alfabeto al revés de la manera más rápida o leer un cuento corto o poema a la mayor velocidad posible. Juegos de mesa como dominó o ajedrez pueden servir para mejorar el razonamiento.

Es importante dedicar un tiempo de 30 a 40 minutos a estas actividades aproximadamente, y calendarizarlas.

## **Atentamente**

**"Piensa y Trabaja"**

**"Año del legado de Fray Antonio Alcalde en Guadalajara"**

**Guadalajara, Jalisco, 10 de septiembre de 2021**

**Texto: Martha Eva Loera**

**Fotografía: José Díaz**

### **Etiquetas:**

[Rodrigo Ramos Zúñiga](#) [3]

---

### **URL Fuente:**

<https://www.comsoc.udg.mx/noticia/personas-que-enferman-de-covid-19-grave-tienen-mas-posibilidad-de-desarrollar-demencia>

### **Links**

[1] <https://www.cucs.udg.mx/>

[2] <http://www.cutonala.udg.mx/>

[3] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/rodrigo-ramos-zuniga>