



ALZHEIMER MÉXICO, I.A.P.®
Una esperanza de vida

**cuida
doz**
México

Síndrome crepuscular en demencias

Elaborado por el equipo Multidisciplinario de Alzheimer México, I.A.P.



Conócenos, aprende y dona en
alzmx.org

TOMO III



ALZHEIMER MÉXICO, I.A.P.
Una esperanza de vida

Aliados que inspiran y hacen posible esta iniciativa

Senosiain
Laboratorios

Lilly
A MEDICINE COMPANY

FUNDACIÓN
TELMEX telcel

NATIVA₅



Cariño y Sonrisas
A.C. FUNDACIÓN

NEFINTEC
Peligrosa Emprended

FUNDACIÓN
MARCO MURILLO

Gracias a su confianza y generosidad, esta iniciativa llega a más familias, llevando información, esperanza y acción en la lucha contra el Alzheimer y otras demencias.

Conócenos, aprende y dona en
alzmx.org

¿Qué es?

El Síndrome crepuscular se refiere a la aparición o el empeoramiento de síntomas conductuales al final de la tarde o al principio de la noche.

Este síndrome ha sido reconocido desde hace mucho tiempo en el ámbito de las demencias.

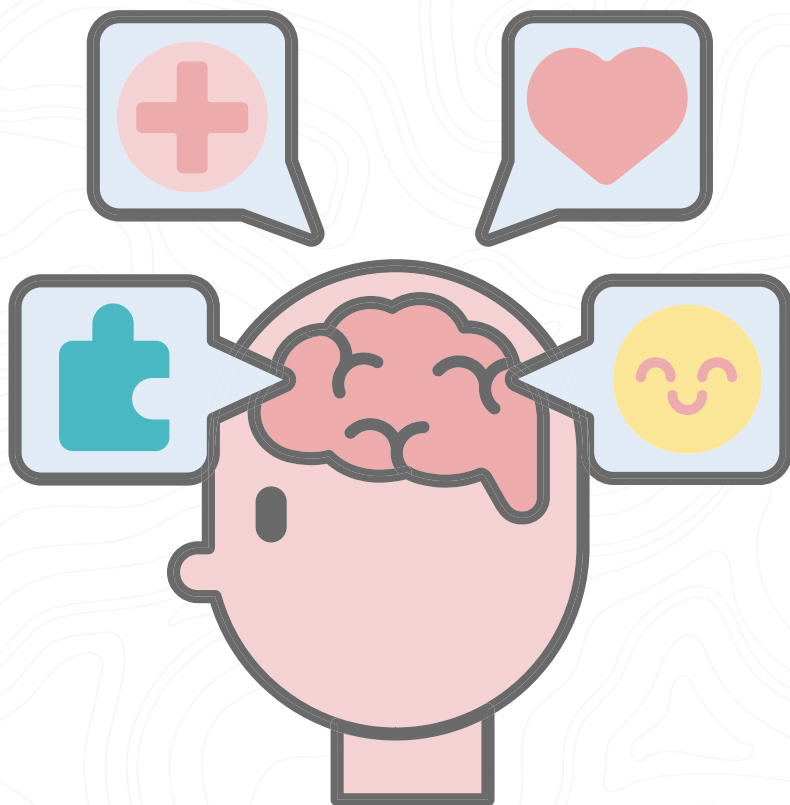


Debido a que es un fenómeno multifactorial, al intentar explicar su origen, se puede dividir en tres grupos:

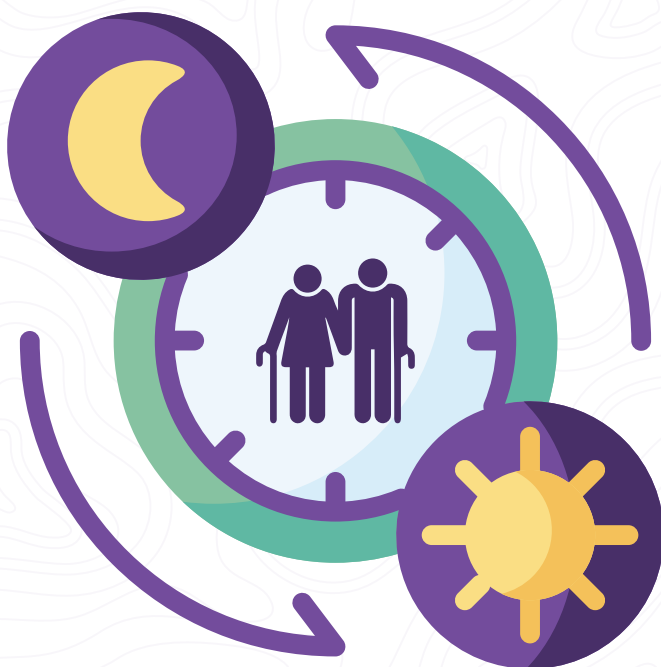
Fisiológicos

Psicológicos

Ambientales



Algunos estudios han planteado la hipótesis de que dicho síndrome (y otras conductas disruptivas), pueden ser el resultado de enfermedades propias del sistema que interfieren con el ritmo circadiano normal y la regulación del comportamiento.



Un componente importante para la regulación del ritmo circadiano es la melatonina, una hormona secretada en respuesta a la oscuridad.

Los niveles de melatonina disminuyen durante el envejecimiento y se reducen aún más en la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.





**Como resultado de la falta de
consenso en torno a la
definición del síndrome
crepuscular, no se han
formulado criterios
estandarizados para su
diagnóstico.**

Sin embargo, más allá de la necesidad antes mencionada de definiciones consensuadas, el síndrome crepuscular es un fenómeno clínico relevante, ya que representa una manifestación común entre las personas con demencia.



Estudios disponibles sobre el tema han informado tasas de prevalencia que oscilan ampliamente entre el 2.5% y el 66%.

De acuerdo con los datos de la Alzheimer's Association, hasta el **20% de los pacientes diagnosticados con Enfermedad de Alzheimer pueden experimentar un síndrome crepuscular.**

De no atenderse a tiempo, este se asocia con algunos resultados adversos, como:

Institucionalización

Deterioro cognitivo

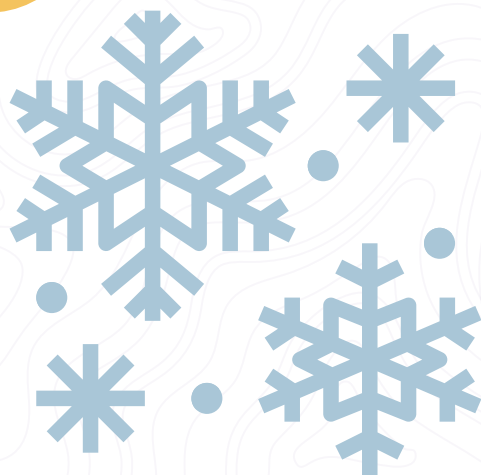
**Mayor carga para el
cuidador**



¿Qué se debe considerar?

La severidad del deterioro cognitivo como factor predisponente en su desarrollo.

Estación del año: se ha observado que existe una mayor incidencia en los meses de otoño o invierno.



¿Qué factores se ven asociados?

Menor exposición a la luz durante el día
Fatiga de la tarde, debido a actividades durante el día.

Ausencia de una rutina diaria.

Afecciones médicas (dolor, discapacidad visual y/o auditiva, trastornos del estado de ánimo).

Algunos medicamentos.



¿Cómo manejarlo?

Los enfoques adaptados individualmente no farmacológicos deben considerarse como la terapia de primera línea para el síndrome crepuscular.



Modificaciones ambientales:

Asegurar una transición gradual de la luz del día a la iluminación artificial.



Minimizar el ruido innecesario



Promover el cumplimiento de los horarios y rutinas diarias estables.



Evitar la estimulación sensorial excesiva durante la noche (tanto auditiva como visual)



Disminuir las siestas por la tarde y planificar actividades de interés para la persona



Hablar con la persona de forma tranquila, tratando de averiguar si necesita algo, evitando las discusiones y enfrentamientos



Finalmente, otras estrategias no farmacológicas

que han demostrado producir beneficios significativos son:

Musicoterapia



Aromaterapia



Estimulación multisensorial durante el día



El síndrome crepuscular es una manifestación relevante y desafiante de la demencia, que ocurre en una gran proporción de personas afectadas y se asocia con una carga social y económica.

Aumentar nuestro conocimiento sobre cómo reconocer, abordar y manejar este síndrome, permitirá mejorar significativamente el bienestar de las personas con demencia y sus cuidadores.

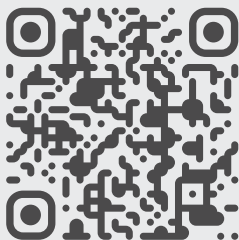


Únete al canal de difusión

Mantente al tanto de todo lo que sucede en nuestro Centro de Día.

Accede a un espacio diseñado especialmente para ti, con información útil y confiable sobre demencias y envejecimiento. Súmate a una comunidad comprometida con el bienestar, el cuidado y la memoria.

¡Únete hoy y ayúdanos a difundir!





¡Haz la diferencia!

¿Estudias Psicología, Trabajo Social, Enfermería, Terapia Ocupacional, Nutrición o Gericultura?

Alzheimer México I.A.P. te invita a realizar voluntariado, prácticas o servicio social..
¡Súmate y haz la diferencia!

Escríbenos al
WhatsApp 55 2515 2218
o al correo
capital.humano@alzmx.org



     Alzheimer México IAP

Redes de apoyo

La soledad afecta a muchas personas cuidadoras, impactando su salud física y mental. La conexión social y las redes de apoyo comunitarias son derechos que deben promoverse para protegerlas.





ALZHEIMER MÉXICO, I.A.P.®

Una esperanza de vida

Síndrome **crepuscular** en demencias