CLÍNICA VIVALDI · SCHEDA GRATUITA · NEUROCOGNITIVI

Disturbo neurocognitivo lieve (deterioramento cognitivo lieve)

Perdita lieve di memoria o di altre capacità, maggiore di quanto atteso per l'età, che non impedisce l'autonomia. Conviene valutarla e monitorarla.

SEGNALI FREQUENTI

- Dimenticanze più frequenti
- Fa fatica a trovare le parole
- Ha bisogno di più sforzo per organizzarsi

INDICAZIONI PER TE

1. Valutazione neuropsicologica di riferimento
2. Esercizio fisico, vita sociale e attività mentale
3. Tieni sotto controllo pressione, zuccheri e sonno

PER LA FAMIGLIA E LE PERSONE VICINE

1. Incoraggialo/a a mantenere l'attività fisica, mentale e sociale
2. Accompagnalo/a a una valutazione senza allarmarlo/a

QUANDO CHIEDERE AIUTO

1. Se le dimenticanze peggiorano
2. Se incidono su compiti come i farmaci o il denaro

DA OSSERVARE E ANNOTARE

☐ Dimentico le cose recenti più di prima
☐ Faccio fatica a trovare le parole
☐ Perdo oggetti più spesso
☐ Faccio fatica a seguire le conversazioni di gruppo
☐ Ho bisogno di più sforzo per organizzarmi
☐ Altri hanno notato questi cambiamenti
☐ Sono ancora autonomo/a
☐ Mi preoccupa la mia memoria

RISORSE GRATUITE

- Test online e indicazioni: clinicavivaldi.com/it/trastorno/trastorno-neurocognitivo-leve-deterioro-cognitivo-leve
- CEAFA: Confederazione Spagnola dell'Alzheimer: https://www.ceafa.es/
- In Spagna: linea 024 (prevenzione del suicidio, 24 h) · Emergenze 112