

## **CONSEJOS PARA CUIDADORES DE PACIENTES CON ENFERMEDAD DE ALZHEIMER**

**Las siguientes son estrategias que Ud. Puede utilizar para mejorar la comunicación con su paciente:**

- Evite discutir cuando la persona expresa erróneamente alguna información. En estos casos debemos agregar la información en forma solapada corrigiendo lo que ha expresado en forma incorrecta sin necesidad de confrontar o avergonzar a la persona. La persona puede decir: “tengo un hijo” y usted puede decir, “sí, uno acá, Juan, y otro viviendo afuera, Carlos”.
- La fantasía y la realidad comienzan a mezclarse a medida que la enfermedad progresa. Es posible que nos ocurra cotidianamente el hecho de vernos envueltos en situaciones en las cuales no sabemos qué responder, provocándonos al mismo tiempo sentimientos de frustración y pesar. Si la persona dice: “me están esperando para comer, mamá ha preparado la comida”, usted puede responder, “tu madre solía esperarte a comer, ¿no?”
- Evite decirle a la persona: “¿no te acordás que...?”, es muy posible que no lo haga y reforzará, de esta manera, la falta de memoria.
- Trate de dar claves en lugar de decirle una palabra que no recuerda estimulando la conversación, por ejemplo: “tu blusa es de color amar.....”, “tomamos una taza de...” o “ponete el za...”
- Hable en forma clara, lenta y calmada, sin levantar la voz.
- Señalar o tocar objetos y figuras puede ayudar a la persona a hacerse entender. Utilice también la imitación para interpretar lo que la persona quiere decir o ella no puede expresar.
- La música es una excelente forma de comunicación, ayudando a la persona a recordar palabras y a expresar sentimientos. La música puede también modificar el ánimo, reduciendo el dolor, la ansiedad y la depresión, que interfieren con la comunicación.
- El trabajo con fotografías es un recurso para estimular la expresión de recuerdos de acontecimientos pasados, logrando mejorar la autoestima y el reconocimiento ante las demás personas.

**Para reducir los riesgos del ambiente y mejorar así la seguridad de su paciente Ud. puede tener las siguientes sugerencias en cuenta:**

### **Un ambiente libre de riesgos**

- Escaleras: evaluar la disposición de las barandas, y el uso posible de una puerta baranda
- Agregar cerraduras en los placares, que sea apropiado que no utilice.
- Aconsejar el uso de un dispositivo de sonido o presión en caso de que deambule de noche (campanillas en las puertas). Cuando la persona se mueve, hace algún ruido o ejerce presión sobre una almohadilla colocada junto a la cama, le indicará que se ha levantado. Estos dispositivos son relativamente sencillos de instalar y se adquieren en casas de alarmas o electricidad. O simplemente en una casa de decoración.
- Instalar equipamiento de seguridad en el baño como barrales, alfombra antideslizante, asiento de baño.
- Distribuir, en un lugar seguro y fuera del alcance del paciente, artefactos eléctricos como tostadora, secador, cuchillo eléctrico, etc.
- Evaluar la existencia de protecciones en balcones o ventanas.
- Retire las perillas del horno y hornallas para prevenir incendios o quemaduras.
- Coloque bajo llave los objetos peligrosos como productos químicos, productos de limpieza, medicación, cuchillos, armas, herramientas peligrosas.
- Asegurarse de que la casa esté adecuadamente iluminada para evitar una marcha inestable. Los lugares poco iluminados y resbaladizos son peligrosos, en particular la cocina, las escaleras, los baños, terrazas y balcones.
- Retirar objetos innecesarios para prevenir caídas y evitar la confusión. Esto incluye muebles que estén de más, zapatos, bolsos, etc.
- Evitar que cables del teléfono o televisor estén en el paso.

### **Por consultas o más información:**

Telefónicamente: [5411] 4807-4748

Mail: [info@neurologiacognitiva.org](mailto:info@neurologiacognitiva.org)

Personalmente: Castex 3293. Ciudad de Buenos Aires. Argentina.