

Comportamientos Comunes de la Demencia

Puede ser común que la persona viviendo con demencia muestren cambios del comportamiento. Problemas del comportamiento pueden ser razones de incomodidad o médicas ocultas: tal vez la persona está padeciendo dolor o sufriendo efectos secundarios de los medicamentos. Busque las señales o causas del cambio del comportamiento, así usted puede manejarlos usando su creatividad, flexibilidad, paciencia, y compasión. Trate de no ignorar el problema. Ignorando puede crear un problema peor.

Causas comunes que pueden cambiar el comportamiento

- Dolor, depresión, miedo o estrés
- Una necesidad básica oculta como la hambre o sed
- Descansando o durmiendo muy poco
- Estreñimiento
- Ropa interior o pañal sucio
- Cambios repentinos a un lugar conocido
- Aburrimiento
- Efecto secundario de medicina
- Infección urinaria
- Un sentimiento de pérdida—extrañando a su compañero de vida o una habilidad de independencia perdida
- Mucho ruido o confusión o demasiada gente en el salón
- Alguien exigiendo que la persona se bañe o recuerde algo
- Sintiéndose solo(a) y sin suficiente compañía o contacto de otros

Comportamientos comunes

- Agitación: Andar errante, menearse nerviosamente, gritar
- Agresión: argumentos verbales, amenazar a otros, hacerse daño a si mismo o a otros
- Alucinaciones: viendo, oyendo, oliendo, probando o sintiendo algo que no está allí
- Espejismo: creyendo que algo es cierto, cuando no lo es
- Paranoia: creyendo que alguien te esta robando o que alguien le quiere hacer daño
- Escondiendo o esculcando: buscando cosas escondidas, escondiendo “para que no me las roben”
- Cambios al Atardecer: cambios en el comportamiento en el atardecer, irritabilidad o confusión
- Negarse a completar una tarea: negarse a bañar o comer o tomar medicinas

Consejos para cómo responder a los comportamientos

- Practique comunicación comprensiva* y dé validez a los sentimientos e pensamientos expresados aunque sean fantasía.
- Use su sentido de humor para hacer la actividad agradable y confortable
- Permita que la persona tenga el controle lo más que pueda, ayudando a la persona a completar la tarea pero no hacerla por el/ella.
- Crear un rutina daría para que la persona sepa cuando se hacen las cosas

- Construya tiempo en silencio entre el día en conjunto con otras actividades
- Mantenga objetos familiares y fotografías cercano para que la persona se siente más segura
- Toque música suave o lea un libro o salga a caminar
- Valide la seguridad de la persona y recuérdale que usted esta con ellos para ayudarlos
- Reduzca el ruido, el desorden y el numero de personas en el cuarto
- Limite la cantidad de cafeína, azúcar, y comida chatarra que la persona coma
- Investigue donde la persona ha estado escondiendo las cosas
- Apague las luces y cierre las cortinas para minimizar las sombras
- Pregúntele al doctor si medicina es requerida para prevenir la agitación o la agresión

Manejando los Comportamientos

Hable con el doctor de la persona diagnosticada si usted nota este tipo de cambios del comportamiento. El doctor puede hacer un examen para ver que esta causando los cambios repentinos del comportamiento. En algunos casos, como una infección urinaria, puede haber algún medicamento o tratamiento que puede ayudar a manejar el problema. La persona con demencia necesitara ayuda tomando medicina. Usted puede manejarlos usando su creatividad, flexibilidad, paciencia, y compasión. Ayuda también no tomarse las cosas a pecho y mantener su sentido del humor.

Cuando la persona es agresiva, protéjase usted y las otras personas. Se es necesario guarde la distancia hasta que se componga o el comportamiento pare. También, trate de proteger a la persona de que se haga daño.*

Videos útiles sobre este tema:

Alzheimer's San Diego www.alzsd.org

Family Caregiver Alliance www.caregiver.org/fca-videos

Teepa Snow, Challenging Behaviors www.teepasnow.com/resources/teepa-tips-videos

Teepa Snow, Managing Challenging Situations www.youtube.com/watch?v=Hp8HLExUce8

UCLA Alzheimer's and Dementia Care Program www.dementia.uclahealth.org

*Para más información con Comunicación Comprensiva Estrategias y mantener un hogar saludable, por favor de llamar a Alzheimer San Diego. Last updated 9/19/2018

Adapted from Family Caregiver Alliance National Center on Caregiving.