

## Demencia

---

La demencia es un término que describe un perdido gradual y progresivo de las funciones que pueda incluir problemas referente al pensamiento, el razonamiento y la lógica. También afecta la personalidad y la habilidad de interactuar con otros. La demencia no es una enfermedad específica pero describe un grupo de síntomas, que vienen de enfermedades que afectan el cerebro. Las causas más comunes de la demencia son la enfermedad Alzheimer, el alcoholismo y una enfermedad vascular (la demencia que viene de la hipertensión y un derrame cerebral).

### Signs and symptoms of dementia

#### Los signos y síntomas de la demencia pueden incluir

- Olvidos
- Dificultades con actividades rutinarias (por ejemplo: la persona puede guardar las cosas en lugares equivocados- poner la plancha en la refrigeradora o puede tener mucho dificultad al recordar donde guardo alguna cosa)
- Problemas con el lenguaje – incapacidad para recordar palabras sencillas. El paciente puede usar la palabra equivocada para completar lo que no puede recordar. Esto puede causar dificultad para entender lo que el paciente intenta decir
- Problemas causados por perder el sentido de la dirección. El paciente puede ir a algún sitio y no recordar como volver a casa
- Razonamiento dañado - por ejemplo, el paciente puede ponerse una bata o albornoz para ir a hacer compras, o llevar puesto un abrigo en pleno verano.
- El paciente no puede reconocer números o signos. Puede que el paciente no pueda hacer matemáticas simples
- Cambios de humor sin motivos aparentes
- Los cambios de la personalidad pueden ocurrir de forma repentina o durante un período de tiempo. Por ejemplo, alguien que normalmente es considerado/a, se convierte en una persona enojada y odiosa
- Pérdida de interés en actividades que le gustaban. Falta de interés en nuevas actividades

### What you can do

#### ¿Qué puede hacer ?

- Trate al paciente con respeto. Recuerde que el paciente es un adulto. Trátelo de esa forma. No lo trate como a un niño. Eso lo podría avergonzar
- No hable del paciente como si no estuviera presente en el cuarto
- No le hable al paciente usando una manera de hablar como si se tratara de un niño/a pequeño/a , ej. “Cariñito, amorcito...”
- Puede que le tenga que recordar la fecha que es y la hora si el paciente le pregunta
- Trate de entender las emociones y sensaciones del paciente. Pacientes que sufren de demencia a menudo reaccionan de una forma emocional

- Fomente unas rutinas diarias con pequeños rituales que son importantes para el paciente. Éstos pueden incluir rezos, lavarse las manos o preparar comida. Trate de que el paciente no haga demasiado ni demasiado poco
- Explique una actividad antes de hacerla
- Permita que el paciente haga tanto como pueda por si mismo/a. Esto le ayudará a mantener su autoestima
- Incluya costumbres y recuerdos. Ofrezca al paciente cosas que significan algo en su vida. Esto puede incluir fotos, alguna prenda de ropa, futbol, etc. La música y canturreos suaves pueden ser recordatorios de su vida
- Hable de forma calmada y de ánimos al paciente.
- La persona pueda actuar en una manera rara. Intenta a no reaccionar en una forma negativa porque pueda afectar la persona y hacer peor su comportamiento.
- Aguante el impulso de controlar el comportamiento del paciente. Puede que cualquier comportamiento tenga significado aunque para usted no tenga sentido. Si el paciente demuestra señales de estrés; cambiarlos a una nueva actividad puede a veces ser de ayuda
- Esté alerta/a de situaciones que pueden resultar en comportamientos agresivos. Pacientes con demencia pueden ser violentos, tirar objetos o golpear. Esté atento de su propia seguridad

## **How you can support the family**

### **¿Como puede apoyar a la familia?**

- Recuerde que el cuidado de un paciente con demencia es muy exigente
- Anime a la familia o cuidadores a dedicarse tiempo a sí mismos
- Informe a la enfermera de cualquier comportamiento agresivo, peligroso o preocupante