

## Comunicación Compasiva con personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer

### Si

#### Use oraciones sencillas y cortas.

- Concedale bastante tiempo a la persona para que comprenda lo que usted le está diciendo.
- Siempre repita las oraciones de la misma manera.
- Elimine la palabra “pero” y sustitúyala por “sin embargo.”
- No insista. Trate nuevamente.
- Sígalas la corriente.
- Acepte la culpa cuando vaya mal aunque no sea cierto.
- Salgáse del cuarto si es necesario para evitar una confrontación.
- Responda a los sentimientos de la persona y no a sus palabras.
- Sea paciente y optimista.
- Practique 100% compasión y perdón. La pérdida de memoria progresa diariamente.
- **Por favor aumente su nivel de generosidad y amabilidad.**

### No

- **No razone con ellos.**
- **No les recuerde que se le olvidan las cosas.**
- **No discuta con ellos.**
- **No les haga preguntas sobre sus recuerdos recientes.**
- **No los confronte.**
- **No tome las cosas personalmente.**

### Recuerde

Usted no puede controlar la enfermedad pero sí la forma como usted va a reaccionar.

#### ***La comunicación compasiva puede aumentar la calidad de vida.***

Ellos no están locos sino enfermos. Las cosas que dicen o hacen son normales en personas con la enfermedad de Alzheimer.

#### ***Siempre hay que perdonarlos.***

Ellos no hacen y dicen cosas para ofenderles intencionalmente.

De ser así tendrían un diagnóstico diferente.

La incapacidad de ellos es la pérdida de memoria.

Ellos no pueden recordar y harán las mismas preguntas repetidamente.

Las personas con la enfermedad de Alzheimer esconden las cosas para protegerlas y luego no recuerdan donde las pusieron.

Es muy posible que ellos acusen a otros de haberles robado.

No tome estas acusaciones de forma personal.

Las personas con Alzheimer reaccionan al miedo de distintas formas.

Pueden ser pasivas, agresivas, incooperativas, enojadas y pueden hasta ser abusivos física y verbalmente con otros.

Ellos experimentan cambios drásticos en su estado de ánimo y la ansiedad puede hacerles seguir a otros a todas partes como una sombra.

©1995, 2001, 2005, 2007, 2008 Liz Ayres, Alzheimer's Support Group Leader, former Caregiver, Orange County

# Ejemplos

## No Razone

**Paciente:** “Cual cita de doctor? Yo no estoy enfermo.”

**NO:** (razone): “Has visto al doctor cada tres meses por los últimos dos años. Está escrito en el calendario y yo te dije ayer y esta mañana.”

**SI:** (explicación corta): “Es solamente un chequeo regular.”

## No Discuta

**Paciente:** “Yo no escribí este cheque de \$500. Alguien en el banco está falsificando mi firma.”

**NO:** (discuta): “Como? No sea tonta! El banco no falsificaría tu firma.”

**SI:** (responda a los sentimientos de la persona y no a sus palabras) “Eso es un pensamiento aterrador.” (Bríndeles confianza): “Yo me encargaré de que no eso nunca suceda.”

## No los Confronte

**Paciente:** “Nadie va a tomar decisiones por mi. Te puedes ir,...y no regreses!”

**NO:** (Confronte): “No me voy a ir a ningun lado, y tú no puedes recordar lo suficiente para hacer tus propias decisiones.”

**SI:** (Acepte Culpa): “Siento que sea este un momento difícil para ti.”

## No les recuerde que se le olvidan las cosas

**Paciente:** “José no ha llamado hace mucho tiempo. Espero que este bien.”

**NO:** (Recuerde): “José llamo ayer, y tu hablaste con él por 15 minutos.”

**SI:** (Asegúrelo): “Te gusta mucho hablar con José verdad? (Distraígalos): “Vamos hablar con el cuando regresemos de nuestro paseo.”

## No tome las cosas personalmente

**Paciente:** “Quién eres? Dónde está mi esposo?”

**NO:** (tome las cosas personalmente) “Como que quien es tu esposo? Yo soy tu esposo!”

**SI:** (asegure a la persona): “Tu esposo va llegar a la hora de cenar.” (Distraígalos): “Quieres leche y unas galletas?...Te gustaría de avena o de chocolate?”

## No haga preguntas sobre recuerdos recientes

**Paciente:** “Hola María. Trajiste un amigo contigo”

**NO:** (Haga preguntas sobre recuerdos recientes) “Hola mamá. Si te recuerdas de Eric verdad?...que hiciste hoy?”

**SI:** (Use oraciones sencillas y cortas): “Hola mamá. Te ves maravillosa! Este es Eric. Trabajamos juntos.”

## Elimine la palabra “pero” y sustitúyala por “sin embargo”

**Paciente:** “No me voy a comer esto. No me gusta el pollo.”

**NO:** (uses la palabra ‘Pero’): “Yo sé que el pollo no es tu comida favorita, pero es lo que vamos a cenar.”

**SI:** (diga ‘sin embargo’): “Yo sé que el pollo no es tu comida favorita, (sonría) sin embargo te agradecería si comieras aunque sea un poquito.”

## Repita las oraciones de la misma manera

**Paciente:** “Voy a ir a la tienda para comprar el periódico”

**NO:** (repita en manera diferente) “Por favor ponte tus zapatos, ...vaz a necesitar tus zapatos puestos.”

**SI:** (Repita de la misma manera) “Por favor ponte tus zapatos,” “Por favor ponte tus zapatos”