

## Comunicación Compasiva Con personas que tienen Alzheimer

### NO

- |                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>No razone con ellos.</b>  | <b>No les recuerde que se le olvidan las cosas.</b>         |
| <b>No discuta con ellos.</b> | <b>No les haga preguntas sobre sus recuerdos recientes.</b> |
| <b>No los confronte.</b>     | <b>No tome las cosas de forma personal.</b>                 |

### SI

- Use oraciones sencillas y cortas.
- Concédale 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.
- Sígales la corriente.
- Acepte la culpa cuando algo anda mal aunque no sea cierto.
- Salgase del cuarto si es necesario para evitar una confrontación.
- Responda a los sentimientos de la persona y no a las palabras.
- Sea paciente y optimista.
- Practique 100% Compasión. La pérdida de memoria progresa diariamente.
- Por favor aumente su nivel de generosidad y amabilidad.

### Recuerde

Usted no puede controlar la enfermedad pero sí la forma como va a reaccionar. ***Comunicación compasiva puede aumentar la calidad de vida.***

Ellos no estan locos sino enfermos. Las cosas que digan 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 la 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 se acuerdan 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, no desean cooperar, se enojan fácilmente y pueden ser abusivos física y verbalmente con otros. Ellos experimentan cambios drásticos en el estado de ánimo y la ansiedad puede hacerles perseguir a otros a todas partes como una sombra.

# Ejemplos

## No Razone

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

**NO:** (razone): “Has visto al doctor cada tres meses por los 2 últimos años. Está escrito en el calendario y yo te dije ayer y ahora en la mañana.

**SI:** (explicación corta): “No más es un chequeo regular. (Acepte culpa): “Perdón si se me olvidó decirte

## No Discuta

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

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

**SI:** (responda a los sentimientos de la persona y no a las palabras) “Ese pensamiento causa miedo.” (Bríndeles confianza): “Yo me encargo de que no suceda eso.”

## No los Confronte

**Paciente:** “Nadie va a tomar decisiones por mí. 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): “Disculpa que hoy es un tiempo Dificil.”

## No les recuerde que se le olvidan las cosas

**Paciente:** “José no ha hablado por 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? (Distráigalos): “Vamos hablar con el cuando regresemos de nuestro paseo.”

## No tome las cosas de forma personal

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

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

**SI:** (asegure a la persona): “Tu esposo va llegar a la hora de cenar.” (Distráigalos): “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 mama. Si te recuerdas de Eric verdad?...que hiciste hoy?”

**SI:** (Use oraciones sencillas y cortas): “Hola Mama. Se Ve 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 se que el pollo no es tu comida favorita, (sonría) sin embargo te agradecería si comieras un poquito.”

## Repita las oraciones de la misma manera

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

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

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

**Alzheimer’s** | ORANGE COUNTY

Llame a la Alzheimer Orange County y su línea de ayuda si necesita sugerencias de cómo manejar diferentes comportamientos en la persona con demencia.

949-757-3755 línea directa o 844-HELP-ALZ (844-435-7259)