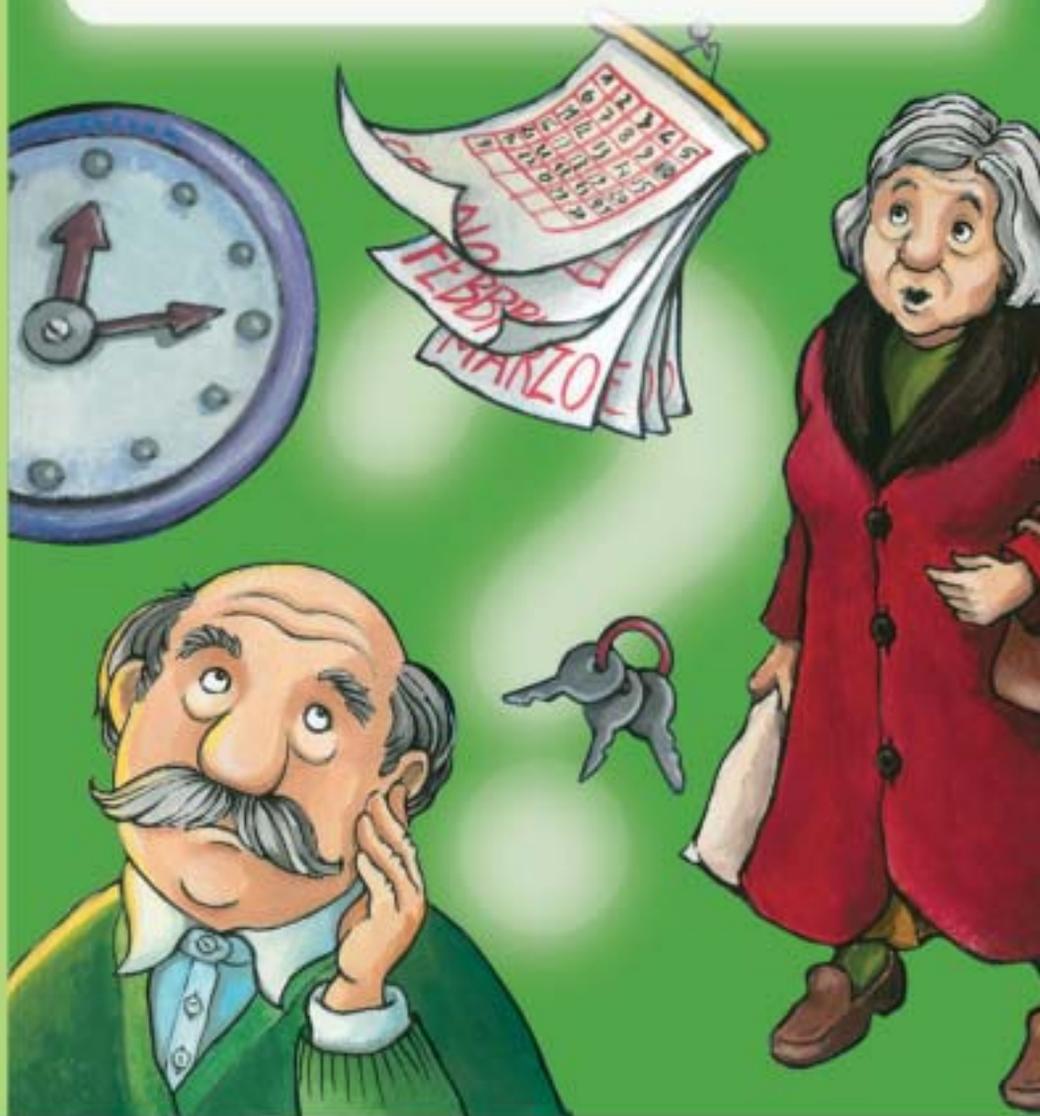


# Cómo asistir a una persona demente



## **Realizado por la Región Emilia-Romagna**

**Dirección General de Sanidad y Políticas Sociales - Servicio de Planificación y Desarrollo de los Servicios Sociales y Socio-sanitarios - Área de Ancianos y Minusválidos en el marco de las iniciativas del proyecto integrado para la regularización y la cualificación del trabajo de las asistentes familiares de ancianos y minusválidos**

**Los textos de los folletos se han elaborado con la colaboración de:**

**Federica Aleotti** *Psicóloga - Unidad Sanitaria Local (AUSL) de Reggio Emilia*

**Maria Grazia Battistini**, *Asistente Social - Ayuntamiento de Cesena (FC)*

**Silvia Bellettini**, *Responsable Actividades Asistenciales - Servicio Asistencia Ancianos (SAA) de Módena*

**Susanna Beltrami**, *Responsable Actividades Asistenciales - Servicio Asistencia Ancianos (SAA) de Módena*

**Andrea Fabbo**, *Médico Geriatra - Unidad Sanitaria Local (AUSL) de Módena, Distrito de Mirandola (MO)*

**Agnese Fabbri**, *Enfermera - U.O. Geriatria - Departamento de largas estancias hospitalarias, cuidados posteriores a dolencias agudas y rehabilitación extensiva - Hospital S. Orsola-Malpighi de Bologna*

**Diana Gavioli**, *Asistente Sanitaria - Unidad Sanitaria Local (AUSL) de Módena, Distrito de Mirandola (MO)*

**Saadia Lafhimi**, *Mediadora lingüístico-cultural - Comisión de Igualdad de Oportunidades "Mosaico" de la Zona de Bazzano (BO)*

**Letizia Lambertini**, *Coordinadora de la Comisión de Igualdad de Oportunidades "Mosaico" de la Zona de Bazzano (BO)*



**Eliana Lombardi**, *Terapeuta de rehabilitación - U.O. Geriatria - Departamento de largas estancias hospitalarias, cuidados posteriores a dolencias agudas y rehabilitación extensiva - Hospital S. Orsola-Malpighi de Bologna*

**Mohammed Louhui** *Presidente AMIL - Asociación de mediadores lingüístico-culturales de Bologna*

**Marinella Richeldi**, *Coordinadora responsable del Servicio Social de Módena*

**Eros Rilievo**, *Responsable del área social - Módena-Formación (MO)*

**Sara Saltarelli**, *Asistente Social - Cooperativa Social (Cooperativa Sociale) "Dolce" de Bologna*

**Chiara Scarlini**, *Asistente Social - Ayuntamiento de Mirandola (MO)*

**Roberta Sordelli**, *Jefa de Sala U.O. de Cirugía - Hospital de Bazzano (BO)*

### **Persona de referencia del proyecto:**

**Simonetta Puglioli**, *Área de Ancianos y Minusválidos de la Región Emilia-Romagna*

### **Traducciones, ilustraciones e impresión:**

Tracce s.r.l.

El folleto, traducido a los idiomas ruso, polaco, inglés, árabe, rumano, francés, español, albanés y en italiano, se puede descargar de la página web:

<http://www.emiliaromagnasociale.it/> - sección ancianos (anziani).

# Cómo asistir a una persona demente

La enfermedad de Alzheimer es la forma de demencia más frecuente en los países industrializados. Esta **enfermedad** (malattia) provoca un lento pero progresivo empeoramiento de las capacidades cognitivas y funcionales del anciano, como pérdida de la **memoria** (memoria) y la capacidad de razonar, problemas de habla, de sentido de la orientación, dificultades para llevar a cabo acciones propias de la vida cotidiana como las tareas del hogar, encargarse de la compra, la ropa, etc.

La memoria de las personas enfermas de Alzheimer está profundamente afectada, no recuerdan las cosas e incluso los gestos más sencillos les resultan trabajosos. Pueden repetir continuamente las mismas preguntas y ser incapaces de reconocer los rostros de seres queridos o personas conocidas.

El enfermo sufre evidentes alteraciones de su **comportamiento** (comportamento). Los familiares o personas allegadas notarán que a veces actúa de forma extraña, con comportamientos inadecuados a la situación o las circunstancias (porque confunde personas, lugares, tiene comportamientos que provocan situaciones embarazosas, etc.) y además puede manifestar nerviosismo, inquietud o agresividad sin aparente motivo.

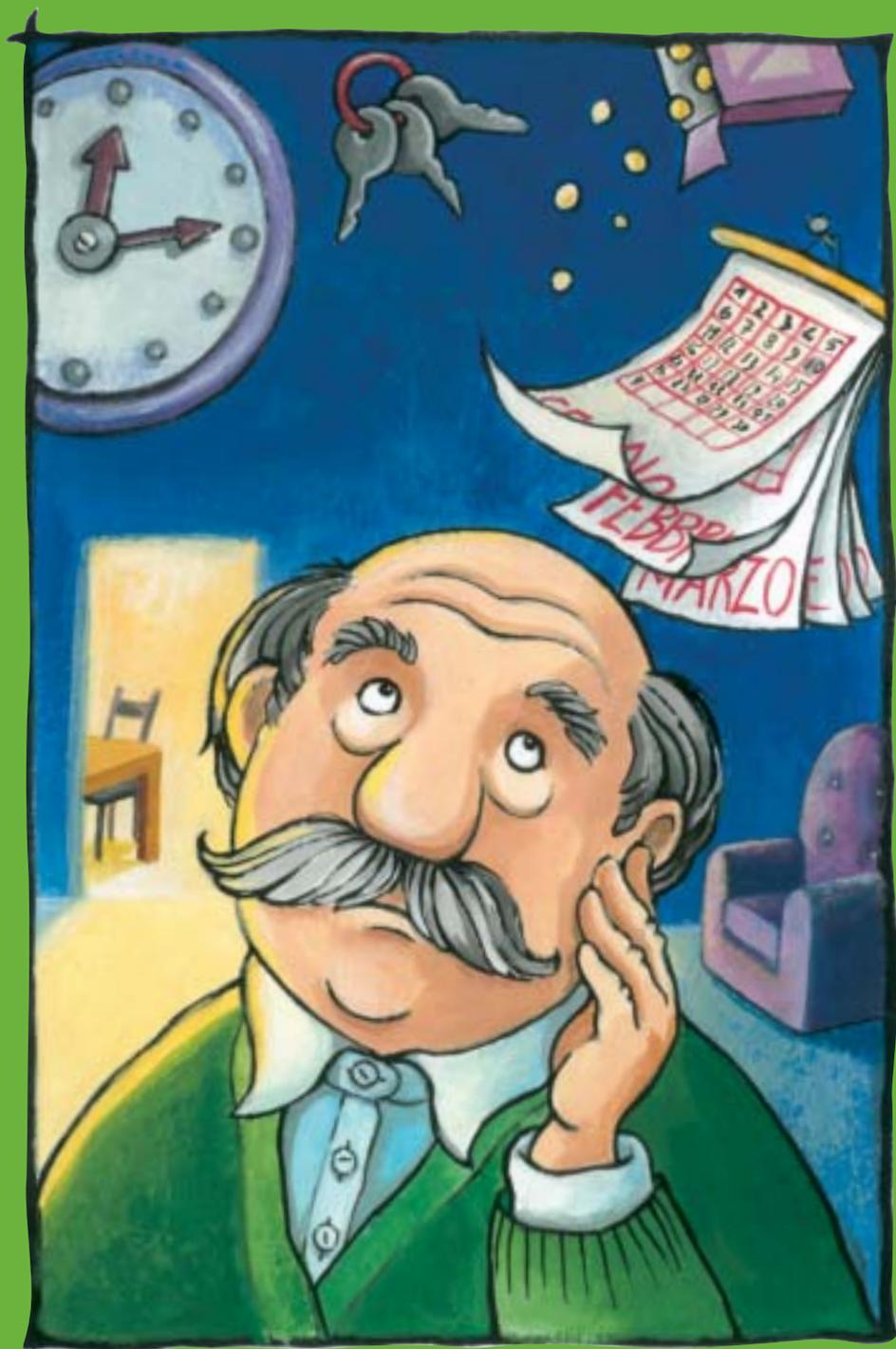
Es difícil saber reconocer en un familiar los primeros signos de la enfermedad y aceptar que se trata justamente de esa enfermedad, en parte porque la idea de que el envejecimiento, inexorablemente, va acompañado de la pérdida de numerosas funciones, tanto físicas como mentales, está muy extendida. En realidad el deterioro de la capacidad mental, que parte de nuestra cultura sigue considerando natural, más a menudo de lo que se cree, es debido a varias enfermedades degenerativas, entre las que se halla la enfermedad de Alzheimer. A las personas allegadas les espera un camino largo y tortuoso, pues las alteraciones de la personalidad (indiferencia, desinterés, irascibilidad, desconfianza, aislamiento social, depresión...) y los trastornos cognitivos son los **síntomas**

(síntomi) más difíciles de aceptar por parte de los familiares: es doloroso aceptar que las personas a las que amamos no nos reconocen. El enfermo de Alzheimer requiere una asistencia continua, necesita que se le ayude a lavarse, vestirse, comer, salir, moverse por su casa... Conocer y estar bien informados acerca de la enfermedad y su evolución es muy importante para comprender el comportamiento de la persona enferma: permite determinar dónde reside el verdadero problema y entender cómo hay que intervenir para prestar **ayuda** (aiuto) a la persona anciana. La comunicación afectiva y la empatía (el amor, la dulzura, el cariño, la sonrisa, la amabilidad) son fundamentales para mantener una relación con el enfermo. Lamentablemente, para el tratamiento de la enfermedad de Alzheimer no hay fármacos que puedan llevar a la curación total, pero sí existen algunos que pueden retardar su avance y mitigar algunos síntomas como, por ejemplo, la **agresividad** (aggressività), la ansiedad, los delirios y **alucinaciones** (allucinazioni), la depresión o los trastornos del sueño.

## ¿Cómo ayudar a un anciano que está perdiendo la memoria?

La persona mayor tiende a recordar las cosas ocurridas hace muchos años, mientras que se olvida de las acontecidas pocos días o pocas horas atrás. Así por ejemplo, puede olvidarse de si ha comido, puede irritarse si no recuerda del nombre de quien le asiste, puede estar preocupado porque no se acuerda de donde están las llaves de casa, o quizás no recuerde el día, el mes o el año. En estos casos quien asiste a la persona mayor debe:

- Respetar siempre al anciano, recordar que está enfermo.
- Mostrarse tranquilo y transmitir confianza, no perder la **paciencia** (pazienza).
- Si nos damos cuenta de que no somos capaces de cuidar del enfermo nosotros solos, sugerir a la familia que se dirija a un consultorio de demencias.
- La asistencia tiene que ser práctica; esto significa que el asistente debe intervenir para ayudar al anciano en las actividades cotidianas, pero no hacérselo todo al enfermo si este **es capaz de hacer** (in grado di fare) alguna cosa por sí mismo.



## ¿Cómo hablar y comunicarse con un anciano enfermo?

Los enfermos de Alzheimer pierden progresivamente la capacidad de entender el habla y la escritura. A las personas enfermas les cuesta trabajo encontrar las **palabras** (parole) adecuadas, se equivocan y confunden los vocablos. Estos problemas dificultan la comunicación. El asistente tiene que intentar averiguar cuáles son las **necesidades** (bisogni) y deseos del enfermo y, para ayudarlo en la conversación, debe:

- Mantenerse tranquilo, sereno y sonriente.
- Sentarse delante de él y tratar de entender qué quiere decir.
- No criticar ni burlarse de los errores que pueda cometer al hablar.
- Mirar a los ojos a la persona enferma.
- Comprobar que no se dé ningún problema físico, como por ejemplo necesidad de ir al baño para hacer pis.
- No gritar ni emplear un tono de voz demasiado alto, porque podría asustarse.
- Intentar comprender al anciano por sus gestos.
- Tratar de comprender al anciano por la expresión del rostro: ¿está **triste** (triste)? ¿enfadado? ¿preocupado? ¿sufre algún **dolor** (dolore)?

El anciano que sufre esta enfermedad puede parecer, por la manera de comportarse, un niño pequeño necesitado de cuidados y mimos que le hagan sentirse protegido. Algunos agradecen el contacto físico, por lo que tomarles de la mano o hacerles una caricia puede facilitar la asistencia. Otros, en cambio, prefieren que no se les toque. Esto significa que es necesario tener cierto conocimiento previo de la persona enferma, que en muchos casos podremos recabar de su familiar más cercano.





## ¿Cómo atender la higiene personal?

El enfermo necesita cada vez más ayuda en las operaciones de limpieza de su cuerpo. Puede tener dificultades para mantener agarrado el jabón, no recordar para qué sirve, no lograr entender cómo funciona el grifo del agua o no ser capaz de abrirlo. La persona enferma puede perder el interés por el cuidado y la higiene de su cuerpo. El anciano que tenga que bañarse puede tener miedo del agua o de caerse en la bañera. El asistente debe:

- Estar tranquilo y mostrarse sonriente.
- Ocuparse de que el cuarto dónde se lava la persona mayor ofrezca garantías de seguridad.
- Procurar que el agua no esté demasiado caliente.
- Hacer que lavarse sea algo agradable; no obligar al anciano, pues podría enfadarse; no regañarle.
- Utilizar un **jabón** (sapone) delicado y perfumado.
- Emplear una toalla suave y secarle despacio y con dulzura, sin frotar; la piel del anciano es muy delicada y sensible.
- Vigilar siempre la limpieza de las **uñas** (unghie), tanto de las manos como de los pies; acordarse de cortar las uñas.

Para las personas enfermas vestirse no siempre resulta fácil. Por la pérdida de memoria, pueden no recordar cómo ponerse la ropa o cómo abrocharse los botones. Los asistentes deben procurar que el anciano tenga siempre un aspecto cuidado y aseado; esto puede hacerle sentirse mejor.



## ¿Cómo atender la alimentación?

El momento de las comidas puede resultar difícil. En algunos casos el enfermo no se acuerda de comer ni de beber. En otros no se acuerda de que ya ha comido y pide que se le dé de comer otra vez. El anciano no siempre es capaz de mantener agarrado el tenedor o la cuchara. Si el estado del enfermo es grave puede tener problemas para **masticar** (masticare) y mantener la comida en la boca sin deglutir (tragar). El asistente puede seguir las siguientes recomendaciones:

- Preparar comida del gusto de la persona anciana.
- Procurar que el anciano permanezca correctamente sentado; debe estar cómodo y sentirse a gusto.
- Dejar que coma con las manos.
- Ponerle una servilleta.
- No regañar al anciano si se ensucia o se le cae comida al suelo.
- Acordarse de darle de beber al menos ocho vasos de agua al día, té (poco) o manzanilla, pues el anciano se olvida.
- Cortarle la comida si no puede hacerlo él solo.

## Consejos y sugerencias para el asistente

- Algunas personas mayores que padecen demencia pueden no reconocer el sitio en el que se encuentran, como su propio hogar o la calle donde viven. Pueden caminar mucho, recorrer kilómetros, perderse y no ser capaces de recordar su dirección. Por ello los asistentes han de vigilar que el anciano no se escape de casa, pues podría no recordar donde vive u olvidar el **camino** (strada) de vuelta a casa.
- Algunos ancianos que padecen demencia no logran **dormir** (dormire) por la noche, permanecen despiertos, se ponen nerviosos y se levantan de la cama. Para ayudarles se les puede dar de beber leche, dejarles que se muevan por la casa y, para evitar que tropiecen y se caigan, vigilar que no haya obstáculos en su camino. También es conveniente que hayan hecho pis antes de acostarse así como procurar que no se duerman durante el día. Los enfermos pueden no distinguir el día de la noche. No obligar al anciano a

¿Dónde estoy?



permanecer en la cama para que duerma. Podría enfadarse y ponerse nervioso y, en tal caso, tranquilizarlo podría ser difícil. Si no duerme nunca o duerme muy poco, llamar al médico.

- Al agravarse su enfermedad el demente puede sufrir **incontinencia** (incontinenza) urinaria (el anciano no siente que tiene que hacer **pis** (pipi), deja de darse cuenta de ello, no es capaz de decir la palabra “pis” o no encuentra el lavabo). Si se moja hay que ayudarlo a cambiarse sin regañarle, pues se halla en una situación embarazosa y puede avergonzarse o sentirse violento.
- Es importante procurar que el anciano vaya al baño con regularidad, porque puede ocurrir que padezca **estreñimiento** (stitichezza). Este problema puede provocar dolor de barriga y pérdida de apetito. Si el problema no se soluciona, hay que llamar al médico.
- Cuando se advierta que el anciano se siente mal porque tiene fiebre, se ha caído y se queja por el dolor, o delira, llamar enseguida al médico y avisar a los familiares.

## ¿Qué se puede hacer durante el día con el anciano?

El asistente puede hacer compañía al anciano y ayudarlo a realizar pequeñas actividades para que no se aburra ni se sienta triste. Existen varias actividades de las que todavía puede ser capaz:

- Dar **paseos** (passeggiate).
- Doblar la ropa y sacar el polvo de los muebles.
- Si hay jardín, cuidar de las flores.
- Escuchar música.
- Tener ocupadas las manos con la lana haciendo ovillos.
- Se le pueden enseñar fotografías.
- Si el anciano tiene un gato, se recomienda seguir teniéndolo en casa; a las personas mayores les gusta acariciar a los animales.

Las personas mayores se merecen toda clase de atenciones y el máximo respeto. El trabajo del asistente es fundamental para hacer que la persona anciana se sienta bien en su propio hogar.



