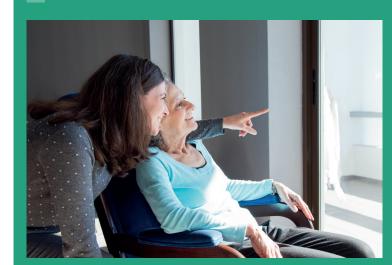
¿Cómo actuar?:

Mantenga la calma, no discuta, no guiera convencer a su familiar ya que el curso de la enfermedad no le permite entender lo que usted le dice, evite repetir constantemente las cosas, evite los reclamos, distraer a su familiar suele ser útil ya que al cambiar el foco de su atención puede disminuir los síntomas. Sea tolerante y paciente.



- Rotule cajones, puertas, use calendarios, relojes y fotografías con el fin de orientar a su familiar.
- Elimine objetos con los que su familiar pueda lastimarse o lastimar a alguien. Cierre las llaves de gas y tenga cuidado especial en el manejo de la corriente eléctrica.
- Mantenga rutinas diarias, evite que su familiar tome siesta en el día, mantenga el manejo farmacológico indicado.
- Si existe una conducta agresiva que ponga en riesgo a su familiar o a usted, asista a un servicio de urgencias.
- Asegúrese de que su familiar porte una identificación todo el tiempo, como pulseras, dijes o medallas con datos básicos: Nombre, teléfono de contacto y dirección.





¿Es su cuidador?

Si está al cuidado de alguien con demencia, también es fundamental encontrar tiempo para usted y su descanso. No es buena idea sentirse mal o culpable por tomarse tiempo para usted. Un buen cuidador se cuida.

Dado que tiene un gran impacto emocional y físico para el cuidador, es importante que sus tareas sean compartidas, permitiendo espacios de descanso.



"Un buen cuidador se cuida"

PRINCIPALES SÍNTOMAS DE ALARMA QUE LO DEBE HACER SOSPECHAR DE LA EXISTENCIA DEL SINDROME DEL CUIDADOR.

- Agotamiento físico y mental
- Labilidad emocional: Cambios de húmor repentinos
- Depresión y ansiedad
- Conductas de consumo abusivas (tabaco, alcohol, medicamentos)
- Trastornos del sueño
- Alteraciones del apetito y el peso
- Aislamiento social
- Dificultades cognitivas: problemas de atención
- Problemas laborales





ATENCIÓN Y SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Grupo Psicogeriatría. Clínica Montserrat Calle 134 -17-71 PBX: 2596000

www.icsn.co

Síganos en:



@icsnmontserrat



icsn.montserrat

Fuente: Imagenes Freepik- katemangostar Bibliografía: Torres A, Valenzuela G (S.A), Guía para sobrevivir al proceso de cuidar una persona con demencia alzheimer y otros tipos demencia. México.



ALZHEIMER Y OTROS TIPOS DE DEMENCIAS

Información para Pacientes y Familiares



GRUPO PSICOGERIATRÍA.

www.icsn.co

