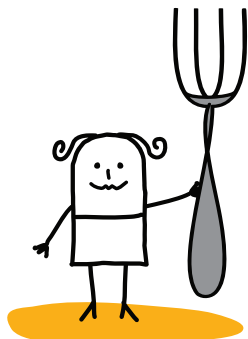


# Eating & Drinking



## WHY DOES THIS HAPPEN?

*People with Alzheimer's or dementia might:*

- forget that they have eaten
- forget to ask for water or food
- get confused if there are too many choices
- forget how to use forks, spoons, knives
- get confused if there is too much noise

*In the later stages of the disease they may:*

- feel like they are choking
- become messy
- lose interest in eating

Some people living with Alzheimer's or other dementias have problems with eating and drinking. This may cause illness or weakness, and it can make confusion worse.

## WHAT CAN YOU DO?

### KEEP IT SIMPLE

- do things the same way at every meal
- serve meals in a familiar, quiet place
- eat with them so that they see you eat, too
- make the plate a different color than the table
- use solid colors – not patterns
- don't offer too many food choices

### SUPPORT THEM

- make meals peaceful and slow
- don't worry about spills and messes – they happen!
- use no-spill cups or straws

### MAKE EATING EASY

- feed them when they are sitting up
- try serving 5-6 small meals
- try foods they can pick up with their fingers
- don't use very hot or very cold foods

### SPEAK WITH A DOCTOR IF:

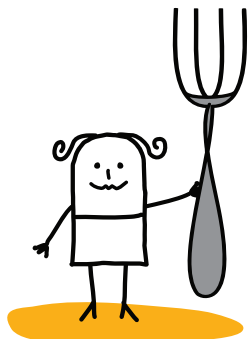
- they suddenly become more confused
- they choke often
- they keep losing weight



844.HELP.ALZ  
AlzheimersLA.org

© 2019 Alzheimer's Los Angeles  
Supported by DHHS, ACL (#90ADPI0024-01-00)

# Comer y Beber



## ¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

*Los cambios en el cerebro pueden hacer que las personas con la enfermedad de Alzheimer u otras demencias:*

- olviden que han comido
- olviden pedir agua o comida
- olviden cómo usar tenedores, cucharas, y cuchillos
- se confundan si hay demasiadas opciones
- se confundan si hay demasiado ruido

*En las últimas etapas de la enfermedad pueden:*

- sentir que se están ahogando
- volverse desordenados
- perder interés en comer

Algunas personas que viven con la enfermedad de Alzheimer u otras demencias tienen problemas para comer y beber. Esto puede causar que se sientan débil o que se enfermen, también puede empeorar la confusión

## ¿QUÉ PUEDE HACER?

### HÁGALO FÁCIL

- haga las cosas de la misma manera cada vez que comen
- sirva las comidas en un lugar familiar y tranquilo
- coma con ellos para que lo vean comer también
- haga que el plato tenga un color diferente al de la mesa
- use colores sólidos, sin diseños
- no ofrezca demasiadas opciones de comida

### APÓYELOS

- ayúdeles a que coman despacio y con tranquilidad
- no se preocupe por los derrames y el desorden
- use vasos sin derrames o pajillas

### HAGA QUE COMER SEA FÁCIL

- sírvales de comer cuando estén sentados
- intente servir 5 a 6 comidas pequeñas
- deles alimentos que pueden agarrar con los dedos
- no use alimentos muy calientes o fríos

### HABLE CON EL MÉDICO SI:

- de repente se vuelven más confusos
- se ahogan con frecuencia
- siguen perdiendo peso



844.HELP.ALZ  
AlzheimersLA.org

© 2019 Alzheimer's Los Angeles  
Supported by DHHS, ACL (#90ADPI0024-01-00)