

Desorientación

In English

La enfermedad de Alzheimer hace que las personas pierdan su capacidad para reconocer lugares y rostros conocidos. Seis de cada diez personas con demencia deambularan al menos una vez. Aunque es común, deambular puede ser peligroso, incluso riesgoso.

- ▶ [¿Quién corre el riesgo?](#)
- ▶ [Acciones](#)
- ▶ [Prepare su casa](#)
- ▶ [Planifique el futuro](#)

Quien corre el riesgo de deambular?

Todas las personas con enfermedad de Alzheimer u otra demencia corren el riesgo de deambular. La siguiente informacion puede ayudarlo a prepararse y a controlar el comportamiento deambulante en cualquier etapa de la enfermedad.



Las personas en la etapa leve de la enfermedad de Alzheimer pueden deambular o confundirse con su ubicacion. Algunos signos de advertencia a tener en cuenta en esta etapa de la enfermedad incluyen:

- **Regresar de una caminata o paseo en auto mas tarde de lo normal.**
- **Olvidar como llegar a lugares familiares.**

- Aumento de la ansiedad en entornos nuevos o diferentes.

A medida que progresa la enfermedad, algunos signos de advertencia a tener en cuenta incluyen:

- Tratar de cumplir con obligaciones antiguas, como ir a trabajar.
- Tratar de "ir a casa" aun cuando esta en casa.
- Comportarse de manera inquieta yendo de un lado a otro o haciendo movimientos repetitivos.
- Tener dificultad para ubicar lugares conocidos como el baño, el dormitorio o el comedor.
- Preguntar por el paradero de amigos y familiares actuales o del pasado.
- Actuar como si se realizara un pasatiempo o una tarea, pero no hacer nada.
- Parecer perdido en un entorno nuevo o diferente.

Acciones

Las siguientes estrategias tambien pueden ayudar a reducir las posibilidades de deambulacion. Acciones que se deben tomar en cuenta a medida que progresa la enfermedad:

- Determine una hora fija en el día para contactarse con la otra persona.
- Utilice un calendario para enumerar las citas y actividades programadas. Por ejemplo, puede sincronizar calendarios en sus telefonos inteligentes.
- Revisen juntas las actividades y citas programadas para el día siguiente.
- Identifique otros compañeros de viaje en el caso de que su compañero de cuidado no este disponible.
- Identifique otras opciones de transporte, como sus amigos o la opción de compartir un vehiculo si es que le preocupa perderse mientras conduce.

Quando una persona con demencia se pierde

Comience una búsqueda y rescate de forma inmediata. El noventa y cuatro por ciento de las personas que se pierden están en un radio de 1,5 millas del lugar donde desaparecieron.

Acciones que se deben tomar en cuenta a medida que progresa la enfermedad:

- Identificar las horas mas probables del día en las que pueda ocurrir la deambulacion. Planear actividades fisicas para esas horas. Esto puede ayudar a reducir la ansiedad, la agitacion y la inquietud.
- Ofrecer tranquilidad si la persona se siente perdida, abandonada o desorientada. Utilice la comunicaci3n centrada en la validacion y evite corregir a la persona.

Por ejemplo: "Se que esta asustado(a). Estamos a salvo y yo estare con usted".

- Asegurese de que todas las necesidades basicas esten cubiertas (por ejemplo, el hambre, la sed o ir al baño).
- Evite los lugares muy concurridos que pueden causar desorientacion (por ejemplo, centros comerciales o supermercados).
- Si la deambulacion por la noche es un problema, asegurese de que la persona haya ido al baño antes de acostarse y considere reducir los liquidos dos horas antes de acostarse.

Prepare su casa

Lo siguiente puede ser util para prevenir la deambulacion en las etapas moderada a grave de la enfermedad. Evalúe su situacion personal para ver que medidas de seguridad funcionan mejor para usted.

- Utilice luces nocturnas por toda la casa. Esto tambien puede ser util en la etapa leve.
- Coloque cerraduras fuera de la linea de vision. Instale pestillos en la parte superior o inferior de las puertas.
- Cubra las perillas de las puertas con una tela del mismo color que la puerta o utilice cubiertas de seguridad.
- Camuflé las puertas pintandolas del mismo color que las paredes. Cubralas con cortinas o persianas desmontables.
- Use cinta negra o pintura para crear un umbral negro de dos pies delante de la puerta.
- Coloque alarmas encima de las puertas.
- Utilice dispositivos de vigilancia que emitan una señal cuando se abra una puerta.
- Coloque una alfombra sensible a la presión en la puerta o al lado de la cama de la persona para que le avise cuando haya movimiento.
- Ponga muros o una cerca alrededor del patio, el jardín u otras zonas externas comunes.
- Utilice puertas de seguridad o redes de colores brillantes para impedir el acceso a las escaleras o al exterior.
- Controle los niveles de ruido para ayudar a reducir la estimulación excesiva.
- Cree zonas comunes interiores y exteriores que se puedan explorar con seguridad.
- Marque todas las puertas con signos o símbolos para explicar el propósito de cada habitación.
- Asegure los elementos que puedan incitar a una persona a salir de casa, como un abrigo, un sombrero, una cartera, unas llaves o una billetera.
- Evite dejar a una persona con demencia sola en un auto.

Planifique el futuro

- Inscriba a la persona en MedicAlert + Alzheimer's Association Safe Return y asegurese de proporcionar una foto reciente e informacion medica actualizada.
- Pidales a sus vecinos, amigos y familiares que lo llamen si ven a la persona deambulando, perdida o vestida de manera inapropiada.
- Tenga a la mano una foto reciente y de primer plano para dársela a la policía en caso sea necesario.
- Conozca su vecindario. Identifique las zonas peligrosas cerca de casa, como cuerpos de agua, escaleras abiertas, follaje denso, túneles, paradas de autobus y carreteras con mucho tráfico.
- Tenga una lista de los lugares de los que puede hablar la persona o donde puede deambular, como trabajos pasados, antiguas casas, una iglesia o un restaurante.

Si una persona con demencia deambula

- Reaccione ante el incidente como en una emergencia: inicie una búsqueda exhaustiva de inmediato.
- Busque en las inmediaciones: el 94% de las personas son encontradas a menos de 1,5 millas de donde desaparecieron.
- Busque cerca de los puntos conflictivos del lugar, como en estanques, líneas de árboles o líneas de cercas. El 29% es encontrado entre la maleza o los arbustos.
- Utilice la informacion de episodios de deambulacion anteriores u otros patrones repetitivos para deducir los destinos mas probables. Considere las zonas de los trabajos o las casas anteriores de la persona.
- La persona es ciega o sorda? La deambulacion sigue generalmente la dirección de la mano dominante.
- Llame al 911 para reportar un extravío si no puede ubicar a la persona en un plazo razonable de tiempo (por ejemplo, 15 minutos). Informe que la persona tiene demencia.

- Presente un reporte en MedicAlert + Safe Return a través de la línea de incidentes en 800.625.3780.

Keep Up With Alzheimer's News and Events

Sign Up

La Alzheimer's Association está en su comunidad.

Buscar su delegación

Conéctese con nuestra comunidad de cuidadores en línea gratis

Unirse a ALZConnected

La enfermedad de Alzheimer no es inmediata, pero su plan de acción puede serlo.

Obtener un plan personal

Home Office

225 N. Michigan Ave. Floor 17 Chicago, IL 60601

