

Share:    

ESPAÑOL

Cambios en las habilidades de comunicación relacionados con la enfermedad de Alzheimer

[English](#)

La comunicación es difícil para las personas con Alzheimer porque tienen problemas para recordar cosas. Pueden tener dificultades para encontrar las palabras u olvidar lo que quieren decir. Usted puede sentirse impaciente y desear que la persona simplemente diga lo que quiere, pero el enfermo no logra hacerlo.

Aprender sobre los problemas de comunicación más comunes en las personas con Alzheimer le puede ayudar. Cuanto más sepa, tendrá mejor idea de cómo enfrentar estos problemas.

Estos son algunos problemas de comunicación causados por el Alzheimer:

- Dificultad para encontrar la palabra correcta al hablar
- Problemas para entender lo que significan las palabras
- Problemas para poner atención durante largas conversaciones
- Perder el hilo del pensamiento al hablar
- Dificultades para recordar los pasos necesarios de las actividades comunes, tales como preparar una comida, pagar las facturas, vestirse o lavar la ropa
- Problemas para bloquear ruidos de fondo del radio, la televisión, llamadas de teléfono o conversaciones en el cuarto
- Frustración cuando la comunicación no fluye bien



- Ser muy sensible al contacto físico o al tono y volumen de las voces

En algunas personas, la enfermedad de Alzheimer también puede causar confusión con el lenguaje. Por ejemplo, la persona puede olvidar el inglés o ya no entenderlo, especialmente si lo aprendió como segundo idioma. En cambio, aún puede entender y usar su idioma natal, tal como el español.

Cómo enfrentar los cambios en las habilidades de comunicación

El primer paso es entender que la enfermedad de Alzheimer causa cambios en estas habilidades. El segundo paso es poner en práctica las siguientes sugerencias, ya que pueden facilitar la comunicación. Por ejemplo, mantenga las siguientes sugerencias en mente mientras brinda a la persona el cuidado diario.

Para conectarse con una persona que tiene Alzheimer:

- Haga contacto visual para obtener su atención y llame a la persona por su nombre.
- Sea consciente de su propio tono y volumen de voz, de cómo mira a la persona y de su “lenguaje corporal”. El lenguaje corporal se refiere a los mensajes no verbales que una persona manda simplemente por la manera en que maneja su propio cuerpo. Por ejemplo, si una persona se para con los brazos cruzados muy apretadamente, el mensaje que puede estar mandando es que está tensa o enojada.
- Promueva una conversación interactiva por el mayor tiempo posible. Esto ayudará a que la persona con Alzheimer se sienta mejor sobre sí misma.
- Use algún otro método que no sea hablar para ayudar a la persona, tal como tocar a la persona para guiarla.
- Si la comunicación crea problemas, trate de distraer a la persona con Alzheimer. Por ejemplo, sugiera una actividad divertida, como comer un bocadillo o hacer una caminata alrededor de su vecindario.

Para animar a la persona que padece de Alzheimer a comunicarse con usted:

- Use una manera cordial, cariñosa y directa.
- Tome la mano de la persona cuando le hable.
- Escuche las preocupaciones de la persona, aún cuando sea difícil entender lo que dice.
- Deje que la persona tome decisiones y permanezca involucrada.
- Sea paciente cuando la persona se enoje. Recuerde que es la enfermedad la que está “hablando”.
- Si usted se frustra, tómese un “tiempo de descanso” y apártese de la situación.

Para hablar de forma efectiva con la persona que padece de Alzheimer:

- Ofrezca instrucciones simples, de paso por paso.
- Repita las instrucciones y espere más tiempo para recibir una respuesta. Trate de no interrumpir.
- No hable sobre la persona como si no estuviera ahí mismo.
- No le hable a la persona usando un lenguaje o una voz infantil.

Estos son algunos ejemplos de lo que usted puede decir:

- “Tratemos de hacerlo de esta manera”, en vez de señalar los errores
- “Por favor haga esto”, en vez de “no haga esto”
- “Gracias por ayudar” aunque los resultados no sean perfectos

También puede:

- Hacer preguntas que requieren una respuesta de sí o no. Por ejemplo, puede decir, “¿Está cansado?”, en vez de “¿Cómo se siente?”
- Limitar el número de opciones. Por ejemplo, puede decir, ¿Quiere pescado o pollo para la cena?”, en vez de “¿Qué le gustaría para la cena?”
- Usar palabras diferentes si la persona no entiende la primera vez. Por ejemplo, si le pregunta si tiene hambre y no recibe una respuesta, puede decirle, “La cena ya está lista. Vamos a comer”.
- Trate de no decir, “¿No se acuerda?” o “Yo le dije”.

Cómo ayudar a una persona que está consciente de la pérdida de memoria

La enfermedad de Alzheimer se está diagnosticando en etapas más tempranas. Esto significa que hay muchas personas que están conscientes de cómo la enfermedad está afectando a su memoria. Los siguientes consejos son para ayudar a las personas que cuidan a alguien que sabe que tiene problemas de la memoria.

- Tome tiempo para escuchar. Quizás la persona quiere hablar sobre los cambios que está notando.
- Sea lo más sensible posible. No solo corrija a la persona cada vez que olvide algo o diga algo extraño. Trate de entender que para la persona es un gran esfuerzo lograr comunicarse con otros.
- Sea paciente si la persona con Alzheimer tiene dificultad encontrando las palabras correctas o está tratando de explicar sus sentimientos con palabras.
- Ayude a la persona a encontrar las palabras para expresar pensamientos y sentimientos. Por ejemplo, la Sra. D. lloró después de olvidar la reunión del club de jardinería. Por fin ella dijo, “me hubiera gustado que pasaran”. Su hija respondió, “¿Te hubiera gustado que tus amigas pasaran por ti cuando van a esas reuniones?”. La Sra. D. asintió y repitió algunas de las palabras. Luego dijo, “Yo quiero ir.” Su hija dijo, “¿Quieres ir a la reunión del club de jardinería?”. De nuevo, la Sra. D. asintió con la cabeza y repitió las palabras.
- Tenga cuidado de no anticiparse y decir lo que la persona está tratando de decir o de “llenar los espacios en blanco” demasiado pronto.
- Al perder la habilidad de hablar claramente, las personas dependen de otras maneras para comunicar sus pensamientos y sentimientos. Por ejemplo, sus expresiones faciales pueden mostrar tristeza, enojo o frustración. Si una persona agarra su ropa interior, esto puede indicar que necesita usar el baño.

También le podría interesar

- Conocer además los [cambios en la personalidad y la conducta relacionados con la enfermedad de Alzheimer](#)
- Aprender sobre los [medicamentos para tratar los síntomas y conductas asociados con el Alzheimer](#)
- Ver un [video sobre cómo cambia la enfermedad de Alzheimer al cerebro](#)

Para más información

NIA Alzheimer's and related Dementias Education and Referral (ADEAR) Center

(Centro de Educación y Referencias sobre la Enfermedad de Alzheimer y las Demencias Relacionadas)

800-438-4380

adear@nia.nih.gov

www.nia.nih.gov/health/alzheimers (en inglés)

www.nia.nih.gov/espanol/enfermedad-alzheimer (en español)

El Centro ADEAR del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento ofrece información y publicaciones impresas gratuitas sobre la enfermedad de Alzheimer y las demencias relacionadas para familias, cuidadores y profesionales de la salud. El personal del Centro ADEAR responde a las solicitudes hechas por teléfono, por correo electrónico y por escrito, y dirige a las personas hacia recursos locales y nacionales.

Alzheimer's Association

(Asociación de Alzheimer)

800-272-3900

866-403-3073 (TTY)

info@alz.org

www.alz.org (en inglés)

www.alz.org/espanol (en español)

Alzheimer's Foundation of America

(Fundación de Alzheimer de América)

866-232-8484

info@alzfdn.org

www.alzfdn.org

El Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (NIA, por sus siglas en inglés), parte de los Institutos Nacionales de la Salud, ofrece la información contenida en este documento, la cual ha sido revisada por sus científicos y otros expertos para asegurarse de que sea precisa y esté actualizada.

Texto revisado en: 15 de junio de 2017

[Return to top](#)

Newsletters

Sign up to receive updates
and resources delivered to
your inbox.

Sign up

nia.nih.gov

An official website of the [National Institutes of Health](#)