

Respondiendo al comportamiento amenazante

A veces las cosas se ponen fuera de control, lo cual puede crear temor. Estos son consejos y estrategias para manejar aquellos comportamientos que son especialmente difíciles. Si piensa que usted o alguien más está en peligro inmediato, llame al 911.

SI	ENTONCES
La persona con demencia le amenaza o se vuelve físicamente violento, incluso dándole golpes, empujes o patadas	<ul style="list-style-type: none"> • Dé espacio y tiempo para que la persona se tranquilice • Posiciónese cerca de la salida y fuera del alcance de la persona • Evite los espacios pequeños como la cocina, el baño y el coche • Quite o asegure los objetos que se puedan utilizar como armas • Disminuye el ruido ambiental (las pláticas, el televisor, el radio) • Mantenga un teléfono móvil por si necesita llamar por auxilio • Salga al aire libre, a la casa de un vecino o a un espacio público si es necesario para mantenerse seguro • Respire profundamente e intente mantener la calma • Escuche a la persona • Se empático y pida disculpas: "Lo siento que esté frustrado" • Ofrece consuelo: "Yo sé que esto es difícil. Todo va a estar bien." O "Estoy aquí para ayudarlo." • Descanse; tome tiempo para atender a sus necesidades • Solicite ayuda (médica, emocional, apoyo social, respiro) • Llame a la línea de Alzheimer's 24/7 (1-800-272-3900) • Llame al 911 si usted o alguien más está en peligro inmediato <ul style="list-style-type: none"> ○ Comunique su nombre y ubicación al despachante. Mencione que su pariente padece de demencia y si se involucra una arma.

SI	ENTONCES
<p>La persona con demencia está enfadada y le acusa de algo que no es cierto, incluso de robo o infidelidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No discute con la persona o insiste que usted tiene razón. Evite la lógica y el razonamiento si la persona exige otra realidad. • Evite el lenguaje corporal de confrontación, como cruzar los brazos o pararse sobre o delante de la persona • Evite criticar, corregir o poner a prueba a la persona • Hable lentamente, utilizando un tono suave y afable • Comprende cómo la demencia cambia la personalidad y el comportamiento de la persona • Intente no ofenderse por las acusaciones hechas por la persona • Recuerde que la ira y el temor se disminuyen solos y en cuestión de segundos (en ausencia de provocaciones persistentes o pensamientos repetitivos) • Las personas con demencia suelen olvidarse del conflicto si el incidente angustiante no es prolongado o repetido • Intente formar una conexión emocional: "Te quiero. Esto es difícil. Lo superaremos juntos."

SI	ENTONCES
<p>La persona con demencia hace berrinches o tiene arrebatos emocionales, incluso con gritos o golpes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Las personas con demencia suelen ser más sensibles a los cambios en el entorno o en la rutina; intente mantener una rutina constante y predecible • Simplifique el entorno; disminuye el desorden y el ruido ambiental • Las personas con demencia a veces basan sus propias emociones en las emociones de sus cuidadores. Por ejemplo, si los cuidadores están ansiosos o preocupados, ellos se vuelven ansiosos y preocupados. Respire e intente mantener la calma. • Pregúntese si exige demasiado de la persona con demencia. Por ejemplo, le exige que recuerde información, la cual es verdaderamente imposible que ellos recuerden? Ajuste sus expectativas y apoye al éxito de la persona según su propio nivel funcional. • Considere la emoción que la persona podría intentar expresar a través de su comportamiento. Por ejemplo, siente temor hacia un ruido o una persona extraña? O no comprende la conversación y entonces reacciona con ira y vergüenza? • Si la persona es resistente y poco cooperadora, suspende sus esfuerzos e intente de nuevo más tarde con un enfoque distinto. • Provisione distracciones reconfortantes, como objetos personales familiares o alimentos y actividades preferidas. • Cree momentos de conexión (mediante la música, el contacto reconfortante, los recuerdos, la narración, el humor, etc.)