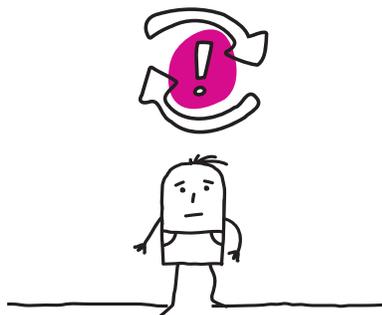


Repitiendo



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

Personas con Alzheimer o demencia pueden:

- tener problemas al recordar lo que acaban de decir o lo que acaba de ocurrir
- repetir preguntas o historias porque están nerviosos o tienen miedo
- tener dificultad comunicar lo que necesitan o desean



844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

© 2018 Alzheimer's Los Angeles
Supported by DHHS, ACL (#90AL0002-01-00)



dshs.wa.gov/altsa/dementia-action-collaborative

Es muy común que las personas con Alzheimer o demencia hagan preguntas o repitan historias una y otra vez. Aunque pueda ser frustrante, no es dañino. No lo están haciendo a propósito. Este comportamiento se debe a cambios en el cerebro.

¿QUÉ PUEDE HACER?

PIENSE EN EL POR QUÉ

- ¿están en un lugar desconocido? ¿con gente desconocida? ¿tendrán miedo?
- quizás se les olvidó que ya hicieron la pregunta y la respuesta que les dieron
- desean su atención... quieren sentir una conexión con usted
- tal vez están tratando de decirle algo... que tienen hambre, están preocupados por alguien o algo, o que tienen deseos de ir al baño

ACEPTE EL COMPORTAMIENTO

- mantenga la calma y sea paciente, *ellos no pueden cambiar*, entonces usted es la que va a tener que cambiar
- no discuta o contradiga a la persona
- respire profundamente... y recuerde que es por causa de la enfermedad
- conteste la misma pregunta cada vez que se la haga, calmadamente
- sonría cada vez que le cuente la misma historia

USE RECORDATORIOS CUANDO SEAN NECESARIOS

- objetos tales como relojes y fotos de objetos podrían ayudar a contestar algunas preguntas que se repiten, por ejemplo, una foto de una cama en la puerta para que recuerde donde está el cuarto
- use notitas o un calendario, o un pizarrón para eventos importantes. Coloque estos recordatorios en un lugar donde todos lo puedan ver, como la puerta del refrigerador.

AYUDE A LA PERSONA

- escuche música, vea televisión, vaya de paseo o busque algo que le guste hacer para distraerlo
- recuerde que nadie tiene la culpa
- espere hasta el último momento para hablar sobre actividades que los pongan nerviosos, tales como: las visitas al médico o bañarse
- si usted está cansada puede reaccionar de manera negativa, y si la persona está segura, váyase a otro cuarto por un momento para calmarse respirando profundamente.