

Información para el compañero cuidador

Consejos para el cuidado de personas con Alzheimer y otros tipos de demencia

Comportamientos Erráticos y Deambulación

Las personas con demencia pueden tener un comportamiento errático o deambular. Pueden sentirse confundidos acerca de donde están o a donde quieren ir, pueden alejarse o perderse. Algunas veces las personas con demencia tratan de encontrar un lugar donde alguna vez estuvieron o buscar algo que ya no les pertenece. O a veces, sólo se alejan porque están aburridas o infelices. Cualquiera con problemas de la memoria puede comportarse erráticamente y/o deambular.

La deambulación puede ser peligrosa cuando las personas con demencia se pierden o van a lugares donde pueden lesionarse. En algunas ocasiones las personas con demencia pueden tomar un carro y conducirlo. Por lo que pueden perderse o accidentarse.

Aunque cualquier persona con demencia en cualquier momento puede comportarse erráticamente y/o deambular, los siguientes son algunos comportamientos que pueden significar que la persona está en un riesgo mayor si tiene un comportamiento errático o deambula. Algunas señales de que alguien puede comenzar a actuar erráticamente están enlistadas a continuación.

Signos de que una persona con demencia está en riesgo debido a un comportamiento errático y/o deambulación.

- Tardar más de lo usual en una caminata o un viaje en carro
- Pedir ir a casa cuando ya están en casa
- Pedir ir a trabajar cuando ya no trabajan en ningún lado
- Caminar hacia delante o hacia atrás .
- Perderse en casa – como por ejemplo no ser capaz de encontrar el baño.
- Estar más confundido en lugares públicos

Si usted está cuidando a alguien que muestra estos signos, hay algunas cosas que usted puede probar que harán menos probable que la persona se comporte erráticamente/deambule y se pierda. Estas sugerencias no servirán todo el tiempo, pero pueden ayudar. Están enlistadas en la Tabla de la parte superior de la siguiente página.

Este folleto para el compañero cuidador es parte de la serie de consejos para el cuidado. Los consejos están escritos para ayudar a familias, promotoras de la salud, o personas relacionadas directamente con el cuidado de personas con Alzheimer u otro tipo de demencia. Esta información está disponible en inglés y español en www.aging.arizona.edu

Cosas que hacer para hacer menos probable los comportamientos erráticos y/o la deambulaci3n

- Mantener la misma rutina diariamente, esto incluye hacer ejercicio y ser activo.
- Asegúrese que la persona este c3moda. Asegúrese que no tengan que ir al ba1o, tengan hambre, o est3n sedientos.
- Evite lugares concurridos como el centro comercial o tiendas de abarrotes.
- Use campanas chinas (carrillones) en las puertas y ventanas para saber cuando est3n siendo abiertas.
- Esconda las llaves.
- Nunca deje a la persona sola en casa o en el carro.

Usted debe tener un plan en caso de que la persona tenga un comportamiento errático y/o deambula. La siguiente tabla muestra lo que debe ser incluido en el plan.

El plan—S3lo en el caso que la persona se comporte erráticamente

- Hágale saber a sus vecinos que usted esta cuidando a alguien que puede salir de la casa y comportarse erráticamente y/ deambular. Ellos deben llamarle a usted si ven a la persona con demencia caminando sola en la calle.
- Tenga una lista de personas a quien llamar en caso de emergencia.
- Mantenga una foto reciente de la persona en un lugar donde pueda encontrarla f3cilmente, en caso de que tenga que mostrársela a la policia.
- Dele a la persona una pulsera o collar con su informaci3n personal y ponga su informaci3n de contacto en su cartera o bolsas de pantal3n.
- Haga que la persona porte un localizador GPS.

Debe recordar que al elaborar un plan para mantener a la persona a salvo de comportarse erráticamente y/o deambular, usted no debe hacer nada que los exponga a situaciones peligrosas. No los encierre en casa, no les de medicina que los adormile para evitar que se aleje de la casa.

Si la persona que usted esta cuidando deambula y se pierde, es importante que usted permanezca calmado. Busque a la persona donde la vio por última vez y llame al 911. Una vez que la persona sea encontrada, no se enoje con ella. Ellos no se perdieron a prop3sito. Las personas con demencia hacen cosas como est3n y no est3n bajo su control.

**Escrito por: Kelly A Raach, Director Regional, Asociaci3n para el Alzheimer,
Secci3n Suroeste del Desierto**

Alzheimer y otros tipos de demencia~ Informaci3n para el cuidador de la salud
Editado por un equipo interprofesional del Centro del Envejecimiento de La Universidad de Arizona.
Asociaci3n para el Alzheimer– Secci3n Suroeste del Desierto y Cuidadores de la Comunidad