



Información para el asistente de salud

Consejos para el cuidado de personas mayores

La espiritualidad en la demencia

Cuando una persona es diagnosticada con demencia puede sentirse indefensa y sin esperanzas. Es común preocuparse sobre el tiempo, los gastos médicos y sobre qué pasará en el futuro. La espiritualidad puede ayudarles a algunas personas con estas preocupaciones.

Ser espiritual es poner atención a las partes de la vida que no están conectadas al cuerpo o las cosas materiales. Para algunos, ser espiritual puede ayudarles a que las personas tengan presentes sus valores, y darle significado a sus vidas. Ser espiritual puede ser parte de las creencias religiosas de uno. Sin embargo, una persona no tiene que ser religiosa para ser espiritual.

Algunos estudios demuestran que las creencias religiosas pueden retardar los cambios en la memoria y en el comportamiento causados por la demencia. Esto puede que se deba a que al ser espiritual puede ayudar a la persona a:

- Afrontar los cambios y preocupaciones
- Tener presente quiénes son
- Mantener una actitud positiva

Cantar u orar son costumbres espirituales que pueden brindar tranquilidad en etapas futuras de la enfermedad, incluso si la persona no puede hablar. Otras maneras en que la espiritualidad puede brindar tranquilidad a las personas con demencia y a los asistentes de salud son las siguientes:

La espiritualidad puede brindar tranquilidad

Puede ayudar a que la persona se pueda concentrar en el presente, y a reducir la preocupación sobre el futuro.

Puede hacer que la persona con demencia y el asistente de salud no olviden sus valores personales cuando tomen decisiones sobre los cuidados para la demencia.

Si la persona o el asistente de salud son parte de una comunidad religiosa o espiritual, puede ayudarles a estar conectados con otras personas.

Esta página de Información para el asistente de salud es parte de una serie de consejos para el cuidado de personas mayores. Se distribuye para ayudar a los asistentes de salud familiares y comunitarios, trabajadores de cuidado directo y representantes de la salud en la comunidad a cuidar a las personas mayores. Disponible en inglés y en español en www.aging.arizona.edu

Las creencias espirituales de una persona pueden permanecer intactas o cambiar cuando padece una enfermedad grave. Algunos se vuelven más espirituales. Otros se vuelven menos espirituales. Cuando sea posible, los asistentes de salud deben tener en cuenta las creencias espirituales de la persona cuando se dispongan a proveer cuidados.

Consejos para el asistente de salud
Si es posible, haga preguntas sobre las creencias espirituales de la persona. Escríbalas, y compártalas con otras personas que cuiden la persona, para que éstas se incluyan en el cuidado de esta persona.
Hable con la persona sobre sus esperanzas, miedos, alegrías y tristezas.
Si la persona forma parte de una comunidad religiosa o espiritual, invite a los líderes de dicha comunidad a visitarla. La persona también puede asistir a servicios, ceremonias u otras celebraciones espirituales a lo largo de la enfermedad.
Si las costumbres espirituales de la persona incluyen canciones, oraciones u otras actividades, inclúyalas en la rutina diaria de la persona.

Está bien si los asistentes de salud no están al tanto de las creencias espirituales de la persona. Al mostrar cuidado y afecto, pueden brindar muchos de los mismos beneficios. Por ejemplo, dedicar tiempo a charlar con la persona. Darles tiempo para que respondan a cualquier pregunta. Estar cómodo cuando haya momentos de silencio. Hablar con una voz cálida y acogedora puede ayudar también. Hacer contacto visual y tomarlos de la mano.

Recuerde, las personas con demencia nunca pierden el deseo de amar o ser amadas.

Fuentes:

Clergy Against Alzheimer's, www.usagainstalzheimer.org; puede encontrar el libro aquí: "Seasons of Caring: Meditations for Alzheimer's and Dementia Caregivers"

American Society on Aging: Forum on Religion, Spirituality, and Aging (FORSA), www.asaging.org/forum-religion-spirituality-and-aging-forsa

Escrito por: Debbie Dyjak RN, BSN, MS

Información para el asistente de salud ~ Consejos para el cuidado de personas mayores

Editado por un equipo interprofesional de la Universidad de Arizona Center on Aging