



Información para el asistente de salud

Consejos para el cuidado de adultos mayores

Hablar con otras personas sobre la demencia

Muchas personas se sienten nerviosas o tienen miedo de compartir con otras personas información sobre un diagnóstico de demencia. Temen las consecuencias, pero hablar sobre el diagnóstico de demencia puede ser útil, ahora y en el futuro.

¿Por qué es mejor compartir con otras personas información sobre el diagnóstico de demencia?

- En las primeras etapas es útil tener amigos y familiares que hayan sido informados sobre el diagnóstico. Las personas que lo saben puedan escuchar, brindar apoyo y decirle a la persona que la aman.
- Si los demás saben que ha sido diagnosticado con demencia pueden ayudarle a hacer un plan para cuando la demencia empeore. Cuando la demencia empeore, los amigos y familiares que ayudaron a crear un plan de cuidados puedan hablar en nombre de esa persona, para garantizar que obtiene el cuidado que necesita y que ellos quieren.
- Muchas personas no saben que la demencia es una enfermedad, al igual que la diabetes. A veces, culparán a la persona con demencia por los cambios que son el producto de la enfermedad. Hablar abiertamente sobre la demencia puede ser útil para comunicarles los cambios, y así estarán más dispuestos a ayudar.

¿Quién debe estar al tanto del diagnóstico de demencia?

Algunas personas solo les comunican el diagnóstico a familiares y amigos cercanos, mientras que otras se lo dicen a vecinos, compañeros de trabajo y otros conocidos. Esta decisión sobre quién está al tanto del diagnóstico de demencia y cuándo se revelará la información le corresponde únicamente a la persona que vive con demencia. La persona quizá quiera pensar sobre lo siguiente:

- A quiénes se sienten cercanos y en quién confían.
- Quiénes cree que lo apoyarán.
- Quiénes respetarán su privacidad.
- A qué personas que no sean sus amigos o familiares, como al jefe en el trabajo, por ejemplo, se lo dirá usted y cuándo.

Llame a la Asociación Alzheimer al 1-800-272-3900 o visite www.alz.org.

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

Decidir qué decir

Puede ser difícil encontrar las palabras indicadas para hablar sobre el diagnóstico de demencia. A veces, practicar con alguien lo que les va decir a otras personas puede ayudarle a prepararse.

Maneras de comunicar un diagnóstico de demencia
“Tengo una enfermedad que me dificulta pensar y recordar”.
“Tengo demencia, pero todavía soy yo, todavía amo y siento, todavía puedo hacer muchas cosas que siempre he hecho”.
“Tengo una enfermedad que causa problemas de memoria. Por favor, sé paciente conmigo si repito la misma cosa una y otra vez, o si olvido algo que dijiste”.

Consejos para hablar con otros sobre la demencia

- Planee cómo y cuándo decírselo a los demás. Decida si es mejor decírselo individualmente o en grupo. Es posible que sea necesaria más de una conversación al respecto.
- Encuentre un lugar tranquilo para hablar con otros. Es posible que los demás sientan emociones fuertes sobre el diagnóstico.
- Explique que la enfermedad de Alzheimer es una enfermedad del cerebro, no un trastorno mental. Comparta información sobre la demencia.
- Invite a familiares o amigos a grupos de apoyo a las personas con demencia.
- También es importante hablar con adolescentes y niños sobre la enfermedad del Alzheimer. Decida cuándo y cómo será mejor decírselo.

¿Cómo reaccionarán los demás?

Muchas personas brindarán amor y apoyo para ayudar a enfrentar la enfermedad. Otras quizá pasen menos tiempo con la persona. Frecuentemente, esto se debe a que las personas no saben qué decir o cómo actuar. Estas acciones pueden ser dolorosas. Compartir información sobre la demencia puede ayudar a mejorar la situación.

Obtenga más ayuda

La Asociación contra el Alzheimer tiene información actualizada y datos sobre la demencia que le pueden ser útiles. Pueden proporcionar más consejos sobre cómo informar a otros sobre el diagnóstico de demencia. La línea de ayuda y la página web se encuentran en la página anterior.

Escrito por: Morgen Hartford, MSW

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

Editado por un equipo interprofesional del Centro del Envejecimiento de La Universidad de Arizona.