Treinta meses han pasado desde el inicio del confinamiento por la pandemia de COVID 19, medida que se tomó, en principio, para disminuir el riesgo de contagio y muerte de las personas mayores. Pero tantos meses con un cambio de rutina tan importante, afectó inevitablemente a las mismas personas que se buscaba proteger, con la aparición de síntomas neuropsiquiátricos como el Alzheimer y otras demencias.

Antiguamente denominado como demencia senil, debido a que duplica su prevalencia luego de los 65 años, el Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa, que se manifiesta de forma progresiva, con el deterioro de las funciones cognitivas, la memoria y la ubicación espacial y temporal.

Anuncio Patrocinado

En Chile, la Corporación Profesional de Alzheimer y otras Demencias estima que unas 180.000 personas sufren de algún trastorno neuropsiquiátrico como el Alzheimer, cifra que se proyecta, aumentará a 626.000 para 2050.

Según explica el fonoaudiólogo Jorge Valdés, Director del Diplomado en Neurorehabilitación Fonoaudiológica en Adultos, de la Universidad San Sebastián, **entre los principales síntomas de esta demencia se encuentran conductas como agitación, agresividad, ansiedad, depresión y apatía**, “lo que se convierte en un verdadero problema de salud pública, por lo que se requiere contar con un equipo multidisciplinario que permita abordar estas dificultades a fin de mejorar la calidad de vida, tanto de la persona que tiene el diagnóstico de demencia, como de su familia”.

Comunicarse con personas con Alzheimer

Una de las dificultades que se producen en el curso de la enfermedad, y que se ve aumentada por la presencia de estos síntomas son las **dificultades comunicativas, tanto para que la persona con Alzheimer se exprese, como para que su entorno se dé a entender.**

“Los problemas de comunicación en personas con demencia comienzan en etapas iniciales de la enfermedad y esto va progresando a medida que ésta avanza. Por ello, es importante que tanto los familiares como cuidadores puedan adaptarse para facilitar el proceso de la comunicación”, señala Valdés.

Para ello, el fonoaudiólogo entrega las siguientes recomendaciones:

- Tener paciencia
- Repetir el mensaje cada vez que sea necesario
- Dar tiempo suficiente para responder
- Dar 1 o 2 instrucciones simples
- Usar un tono calmado y amable
- No usar tono ni palabras negativas
- Identificar con nombre a las personas que no reconoce
- Ayudar a encontrar palabras y la expresión verbal
- Usar lenguaje no verbal
- No tratar de convencer
- Captar su atención mirándole a los ojos
- Tratarlos como adultos
- Evita discutir y corregir

Modificaciones ambientales

También es importante realizar ciertas modificaciones en el entorno, que permitan contribuir a una comunicación efectiva, como por ejemplo:

- Mantener ordenado
- Evitar objetos nuevos
- Quitar puertas innecesarias para el usuario
- Usar señalizaciones (nombres, flechas, símbolos)
- Pintar habitaciones de colores suaves
- Eliminar distractores
- Utilizar objetos para orientación
- Dividir las tareas en pasos simples
- Mantener una rutina estructurada y predecible.

Seguir estas sugerencias puede ayudar a mejorar la calidad de vida de la persona con Alzheimer, debido a que va a facilitar el proceso de comunicación e interacción social con sus familiares y cuidadores.

y tú, ¿qué opinas?