



## GUÍA DE CUIDADOS PARA LAS PERSONAS CON DEMENCIA

# Conductas difíciles

En el cuidado de una persona con demencia pueden crearse situaciones de comportamiento que dificultan la comunicación y que pueden estar generadas por el deterioro cognitivo progresivo debido a la propia enfermedad. Estos comportamientos pueden ser de diferentes tipos: la agresividad o la ira, la inactividad, las alucinaciones, la intranquilidad o agitación o el insomnio.

La persona encargada de los cuidados debe estar informada para poder reaccionar a tiempo, e incluso prevenirlas, ya que estas situaciones generan una sobrecarga física y emocional sobre la persona cuidadora que hace que se sienta cansada, triste o desmotivada.

Recomendaciones generales ante cualquier situación de las anteriormente mencionadas:

- Ante una conducta poco habitual de la persona dependiente procure crear un ambiente tranquilo, con algo de distracción, evitando elementos estresantes como ruidos o demasiada luz.
- Mantenga una rutina diaria en las actividades, le aportará seguridad.
- Mantenga la tranquilidad sin entrar a discutir o tomarse en serio lo que dice, su enfado, reproches o comportamiento agresivo.
- Muéstrese siempre delante de la persona y evite hacer movimientos bruscos o agarrarle con fuerza.
- Protéjale en el espacio en el que se mueve para evitar lesiones y si está desorientado/a y deambula, mantenga cerrada con llave la puerta de la casa para evitar que se escape.
- Procure que mantenga actividades individuales o sociales, que se relacione con otras personas y que haga ejercicio físico, esto le ayudará a evitar la inactividad o la apatía manteniendo el interés y la satisfacción que proporciona sentirse activo/a y útil.