

Las situaciones de emergencia, como la actual pandemia de COVID-19, presentan desafíos especiales para quienes cuidan a un ser querido con demencia. Las residencias asistidas podrían estar restringiendo las visitas y es posible que usted no pueda proporcionar la atención y el apoyo que normalmente brindaría. La comunicación con quienes brindan atención directa podría ser limitada o incierta. Si bien la distancia complica el cuidado, existen estrategias que pueden ayudar:

Mantenerse en contacto con el equipo de atención directa de su ser querido

- ✓ Consulte con el entorno de atención sobre sus procedimientos para gestionar el riesgo de COVID-19.
- ✓ Pregúntele al personal (administradores, enfermeras, trabajadores sociales) la mejor manera de obtener actualizaciones periódicas sobre su ser querido y discutir su atención; ¿puede configurar una conversación de planificación de atención virtual y / o recibir una actualización periódica por correo electrónico o por teléfono?
- ✓ Piense en lo siguiente:
 - ▶ ¿Cuál es la rutina diaria, cuáles son las preferencias de su ser querido y qué lo calma y qué lo tranquiliza?
 - ▶ ¿Cómo cambiarían las restricciones de COVID-19 la rutina de su ser querido y cómo podría trabajar con el personal para que la rutina sea similar a la anterior de la mejor manera posible? (Por ejemplo, si lo visitaba cada dos días después del almuerzo, considere llamarlo por teléfono en los mismos días y a la misma hora).
- ✓ Trabaje con el personal para crear un formulario de información personal para su ser querido. La información será especialmente útil para los empleados nuevos o temporales. Este formulario se puede publicar en un lugar visible para los empleados.
 - ✓ La información en el formulario puede incluir:
 - ▶ Habilidades cognitivas, habilidades motoras, procesamiento verbal y habilidades y métodos de comunicación.
 - ▶ Nombre preferido de la persona (y sobrenombres); trasfondo cultural; prácticas religiosas o espirituales y pasatiempos e intereses pasados.
 - ▶ Nombres e información de contacto de familiares y amigos.
 - ▶ Lo que le fastidia a la persona y lo que la calma.
 - ▶ Hábitos para dormir, patrones de sueño y habilidades para comer y beber; patrones típicos de comportamiento y estructura y rutinas diarias.

Mantenerse en contacto con su ser querido

- ✓ Si bien las visitas no están permitidas, considere otros métodos de conexión, incluidas llamadas telefónicas, correos electrónicos, correos postales y chats de video a través de plataformas como Google Hangouts, FaceTime y Zoom.
- ✓ Elija plataformas de comunicación basadas en sus preferencias, las habilidades y preferencias de comunicación de su ser querido y la disponibilidad del personal de atención para facilitar la reunión.

Si es posible, haga arreglos con el personal para conectarse regularmente con su ser querido; idealmente a una hora programada cada día. Si los registros programados no son posibles, el personal puede ayudar a transmitir mensajes de voz o video grabados entre usted y su ser querido.

Mantenerse en contacto con su ser querido

- ✓ Si la comunicación verbal es difícil para su ser querido, aún puede ser significativo conectarse por teléfono o video para que pueda escuchar su voz y ver su rostro. Intente tocar música, cantar juntos, recitar un poema o texto significativo, o simplemente saludarlo.
- ✓ Si la persona con demencia está confundida y angustiada por la situación, ¿cómo debe responder?
 - ▶ Considere la capacidad de su ser querido para comprender y recordar la información que comparte.
 - ▶ Dependiendo de su capacidad de comprender y recordar, puede ser muy confuso, molesto y no muy útil hablarle sobre el COVID-19 varias veces.
Responda a las preguntas de la manera que sea más cómoda y fácil de entender en este momento.
 - ▶ Puede explicar los hechos básicos, o puede decir algo tranquilizador, incluso si no es del todo cierto o real, como por ejemplo: "Estoy fuera de la ciudad por trabajo, pero nos veremos pronto. ¡Estoy tan contento de que podamos estar en contacto! "

Consejos para usted

- ✓ Reúna información pertinente y manténgala siempre a mano. Asegúrese de tener información de contacto de médicos, farmacias y proveedores de atención, así como documentos financieros y legales importantes de fácil acceso en caso de que los necesite de forma inesperada.
- ✓ Asegúrese de que los proveedores de atención tengan su información de contacto de emergencia y la información de otro miembro de la familia o amigo como respaldo.
- ✓ Si tiene dudas sobre el cuidado de su ser querido, comuníquese con el defensor del pueblo del estado.
Massachusetts: (617) 727-7750, New Hampshire: (603) 271-4375
- ✓ Considere el cuidarse a sí mismo en momentos de estrés y dificultad y haga de esto una prioridad.
Comuníquese con sus amigos y familiares y considere participar de uno de nuestros grupos de apoyo para cuidadores o charlas educativas.
- ✓ Para consultas sobre su situación y para obtener más información sobre nuestros programas y servicios, comuníquese con nuestra línea de ayuda 24/7 al 800-272-3900.