

Coronavirus (COVID-19): consejos para cuidadores de demencia

Lo más probable es que la demencia no aumente el riesgo de COVID-19, la enfermedad respiratoria causada por el nuevo coronavirus, al igual que la demencia no aumenta el riesgo de gripe. No obstante, los comportamientos relacionados con la demencia, el aumento de la edad y las afecciones de salud comunes que a menudo acompañan a la demencia pueden aumentar el riesgo.

Por ejemplo, las personas con la enfermedad de Alzheimer y cualquier otra demencia pueden olvidarse de lavarse las manos o de tomar otras precauciones recomendadas para prevenir la enfermedad. Además, las enfermedades como COVID-19 y la gripe pueden empeorar el deterioro cognitivo debido a la demencia.

Consejos para cuidadores de demencia en el hogar

Los cuidadores de personas que viven con Alzheimer y todas las demás demencias deben seguir las pautas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) y considerar los siguientes consejos:

- Para las personas que viven con demencia, el aumento de la confusión suele ser el primer síntoma de cualquier enfermedad. Si una persona que vive con demencia muestra una confusión que aumenta rápidamente, comuníquese con su proveedor de atención médica para que lo/a aconseje. A menos que la persona tenga dificultad para respirar o fiebre muy alta, se recomienda que llame a su proveedor de atención médica en lugar de ir directamente a una sala de emergencias. Es posible que el médico pueda tratar a la persona sin una visita al hospital.
- Las personas que viven con demencia pueden necesitar recordatorios adicionales o escritos y apoyo para recordar prácticas higiénicas importantes de un día para otro.
 - Considere colocar letreros en el baño y en otros lugares para recordar a las personas con demencia que se laven las manos con jabón durante 20 segundos.
 - Demuestre el lavado minucioso de las manos.

- El desinfectante de manos a base de alcohol con al menos un 60 % de alcohol puede ser una alternativa rápida al lavado de manos si la persona con demencia no puede llegar al lavabo o no puede lavarse las manos fácilmente.
- Pregúntele a su farmacéutico o médico acerca de cómo surtir recetas para una mayor cantidad de días para reducir los viajes a la farmacia.
- Piense con anticipación y haga planes alternativos para la persona con demencia en caso de que se modifique o cancele la atención diurna para adultos, la atención de relevo, etc., en respuesta al COVID-19.
- Piense en el futuro y haga planes alternativos para la gestión de la atención si el cuidador principal se enferma.

Consejos para cuidadores en viviendas asistidas

Los CDC han brindado orientación a los centros sobre el control de infecciones y la prevención del COVID-19 en hogares de ancianos. Esta guía se brinda para la salud y seguridad de los residentes. Las precauciones pueden variar según las situaciones locales. Para obtener más información, visite [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities).

- Verifique con el centro cuáles son sus procedimientos para gestionar el riesgo de COVID-19. Asegúrese de que tengan su información de contacto de emergencia y la información de otro familiar o amigo como respaldo.
- No visite a su familiar si tiene signos o síntomas de la enfermedad.
- De acuerdo con la situación en su área local, las instalaciones pueden limitar las visitas o no permitir las. Esto tiene el fin de proteger a los residentes; no obstante, puede resultar difícil no poder ver a su familiar.
- Si no se permiten las visitas, pregunte en el centro cómo puede tener contacto con su familiar. Las opciones incluyen llamadas telefónicas, chats por video o incluso correos electrónicos.
- Si su familiar no puede participar en llamadas o chats por video, pregúntele al centro cómo puede mantenerse en contacto con el personal del centro para obtener actualizaciones.

Mantenerse saludable

Preste atención a los síntomas similares a los de la gripe o la neumonía en usted y en otras personas y comuníquelos de inmediato a un profesional médico.

Siga las instrucciones e indicaciones actuales de los CDC con respecto al COVID-19.

Los consejos para mantenerse saludable y mantener seguros a sus seres queridos incluyen:

- Evitar el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quedarse en su hogar si está enfermo; trabajar desde el hogar.
- Si usted o la persona a la que cuida tiene citas médicas regulares para manejar la demencia u otras condiciones de salud, llame a su proveedor de atención médica para preguntar acerca de una cita de telesalud. Como resultado de la pandemia de COVID19, Medicare ha ampliado recientemente los beneficios de telesalud para permitir que las personas de la tercera edad accedan a la atención médica desde la seguridad de sus hogares.
- Cubrir la tos o estornudar con un pañuelo descartable y luego arrojarlo a la basura.
- Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia con un paño o spray de limpieza doméstico.
- Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar
 - Si no hay agua y jabón disponibles, utilizar un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60 % de alcohol.
 - Lavarse siempre las manos con agua y jabón si están visiblemente sucias.

Para obtener más información sobre cómo protegerse, visite [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/prevention.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/prevention.html).

TS-0117-S | Updated March 2020