



Sector California Central

Condado de Santa Bárbara

1528 Chapala St., Ste 204
Santa Barbara, CA 93101
Tel: 805.892.4259

120 E. Jones Ave., Ste 113

Santa Maria, CA 93454
Tel: 805.636.6432

Condado de San Luis Obispo

3232 S. Higuera Ste 101A
San Luis Obispo, CA 93401
Tel: 805.547.3830

Condado de Ventura

145 Holdencamp Road,
Ste 205
Thousand Oaks, CA 91360
Tel: 805.494.5200

Condado de Kern

201 New Stine Road, Ste 350
Bakersfield, CA 93309
Tel: 661.794.6948

Linea de Emergencia

24-Horas

800.272.3900

www.alz.org/CaCentral

Preparación para la Hospitalización de Personas con Demencia



Un viaje al hospital con una persona que tiene pérdida de la memoria o demencia, puede ser estresante. Hay pasos que puedes tomar ahora para hacer las visitas al hospital menos traumático y más cómodas para tu ser querido al llegar al hospital. Planear con anticipación es la clave para hacer un viaje inesperado al hospital más fácil. Aquí está lo que debe hacer ahora:

- ⇒ **Piensa** y conversa sobre la hospitalización antes de que ocurra, y a medida que la enfermedad progresa y la pérdida de memoria aumenta.
- ⇒ **Consigue** para tu pariente un brazalete de MedicAlert® Alzheimer's Association Safe Return® a través de la oficina local de la Asociación de Alzheimer. Las personas que están perdidas pueden ser llevados a una sala de emergencias. Este brazalete acelerará el proceso de reencuentro con tu ser querido. Obtén más información acerca de los programas relacionados con la seguridad, como el proyecto LifeSa-

ver International
(www.projectlifesaverinternational.com).

- ⇒ **Dependencia.** Necesita a un miembro de familia o amigo de confianza para que se quede con tu ser amado cuando él o ella ingrese a la sala de urgencias u hospital. Dispón de al menos dos familiares con-fiables, vecinos o amigos quienes puedan acompañarte al hospital en cualquier instante, para que una persona se encargue de llenar documentos y los demás pueden quedarse con tu ser querido.

Bolsa de Emergencia

Empaca una "bolsa de emergencia" que contenga lo siguiente:

Documentos de Información Personal: Crea un documento con la siguiente información para tu compañero de cuidado.

- ◆ Nombre y lenguaje de preferencia, (algunas personas vuelven a su idioma nativo en la etapa tardía de la enfermedad de Alzheimer) información de contacto de los médicos, familiares importantes, amigos (también prográmaselos en el teléfono celular, si es posible).
- ◆ Enfermedades o condiciones médicas
- ◆ Todos los medicamentos y las instrucciones de dosificación; actualiza cada vez que haya un cambio
- ◆ Cualquier medicamento que haya causado una mala reacción
- ◆ Cualquier alergia a medicamentos o alimentos, dietas especiales

Ver cont...

Consejos



Si la ansiedad or agitación ocurren:

- ◆ Quita la ropa personal de vista.
- ◆ Haz recordatorios si es cómodo par tu ser querido.
- ◆ Apaga el televisor, timbre del teléfono e intercom. Minimiza el ruido de fondo para evitar la sobre estimulación.
- ◆ Habla con voz tranquila y brinda seguridad. Repite respuestas a las preguntas cuando sea necesario.
- ◆ Proporciona un reconfortante toque o distrae su atención ofreciéndole bocadillos y bebidas.
- ◆ Considera el dolor inexpresivo (es decir, ceño fruncido, que apriete sus dientes o tire puños y patadas). Asume que tu ser querido siente dolor, si la condición o procedimiento normalmente está asociado con dolor. Pide evaluarlo, especialmente si él o ella tiene dificultades de respiración, gime, llora o si eres incapaz de consolar o distraer a tu ser querido.
- ◆ Escucha música relajante o intenta rituales como la lectura, la oración, el canto o la rememoración.
- ◆ Actúa con calma; trata de no apresurar a tu ser querido.
- ◆ Evita hablar de temas o eventos que pueden alterar el paciente.

- ◆ Necesidad de usar anteojos, dentaduras postizas o aparatos auditivos
- ◆ Grado de deterioro y cantidad de asistencia necesaria para realizar actividades
- ◆ Información de la familia, condiciones de vida, y los principales acontecimientos de su vida
- ◆ Historial espiritual, de trabajo, y ocio
- ◆ Programación diaria y patrones, preferencias de autocuidado
- ◆ Comida y música favorita; recursos visuales y táctiles

Documentación: Incluye copias de documentos como:

- ◆ Tarjetas de seguro médico (incluye números de póliza y números de tel. de pre-autorización).
- ◆ Tarjetas de Medicaid y/o Medica-re
- ◆ Poder Notarial Duradero
- ◆ Poder Notarial de Salud
- ◆ Voluntad de vida y/o un POLST original (Orden del Médico de Mantener Tratamiento de Vida)

Suministros para el Paciente:

- ◆ Un cambio de ropa, artículos de higiene, y medicamentos personales
- ◆ Extra (por ejemplo: pañales de adulto), si es que los usa. Estos puede que no estén disponibles en la sala de emergencias, en caso de necesitarlos.

- ◆ Toallitas húmedas, y bolsas de plástico para los desperdicios, y objetos reconfortantes: un iPod, MP3 CD, audífonos o bocinas

Suministros para el cuidador:

- ◆ Un cambio de ropa, artículos de higiene, y medicamentos personales
- ◆ Medicina para el dolor, como Advil, Tylenol o Aspirina. Un viaje a la sala de emergencias puede tardar más de lo que piensas. El estrés puede provocar un dolor de cabeza u otros síntomas.
- ◆ Una libreta y lápiz para anotar la información y las instrucciones dadas por el personal del hospital. Mantén un registro de los síntomas y problemas de tu ser querido. Puede que las mismas preguntas sean planteadas por muchas personas. Muéstrales lo que haz escrito en lugar de repetir tus respuestas.
- ◆ Un merienda sellado como un paquete de galletas y una botella de agua o jugo, para ti y para tu ser querido. Puede tengas que esperar bastante rato para que puedas salir a comer.
- ◆ Una pequeña cantidad de efectivo.
- ◆ Coloca una nota de recordatorio en la parte exterior de la "bolsa de emergencia" que indique que no olvides llevarte un un teléfono celular.

El tomar estas medidas con antelación, puede reducir el estrés y la confusión que a menudo acompaña a una visita al hospital, especialmente si la visita es un viaje imprevisto a la sala de emergencias.



MedicAlert® + Alzheimer's Association Safe Return®

Un servicio nacional de respuesta a emergencias disponible las 24-horas para individuos con Alzheimer o demencia, quienes se extravían o tienen alguna emergencia medica.

Inscríbete hoy: **1.888.572.8566**
www.medicalert.org/safereturn

Continuación de pág. 2:

Herramientas



Recursos Útiles:

- Centro de Recursos Costa para el Cuidador: (805) 962-3600
- Alianza del Cuidador de la Familia: 800-445-8106 (toll-free), www.caregiver.org
- Asociación Nacional de los Cuidadores de la Familia: 800-896-3650 (línea gratuita)
- "Hospitalización Ocurre", texto completo disponible en: www.nia.nih.gov/Alzheimers/Publications/happens.htm

En la Sala de Emergencias

- ◆ Un viaje a la sala de emergencias puede fatigar o incluso asustar a tu ser querido. Hay algunas cosas importantes que debes recordar:
- ◆ Ser paciente podría ser una larga espera, si el motivo de tu visita no es mortal.
- ◆ Reconocer que los resultados de pruebas de laboratorio toman tiempo.
- ◆ Ofrece comodidad física, emocional y verbal con tranquilidad a tu pariente. Mantén la calma y el optimismo. Lo que sientes se refleja y afecta a otros.
- ◆ Date cuenta de que el que no veas personal en los pasillos, no significa que no estén trabajando.
- ◆ Ten en cuenta que el personal de la sala de urgencias a menudo tiene una formación limitada sobre la enfermedad de Alzheimer y la demencia, (entre otras relacionadas). Trata de ayudarlos a entender mejor a tu ser querido.
- ◆ Alienta al personal hospitalario a ver a tu ser querido como una persona y no solo un paciente con demencia que es confuso y desorientado.
- ◆ No asumas que tu ser querido será ingresado y aceptado en el hospital.
- ◆ No te vayas de la sala de emergencias a tu casa, sin un plan de seguimiento. Si te envían a casa, asegúrate de que tienes todas las instrucciones de seguimiento para el cuidado de tu ser querido.

Con la enfermedad de Alzheimer y la demencia, es sabio aceptar que la hospitalización es un "cuando" y no un "si lo hospitalizan". Debido a la naturaleza de la enfermedad, es muy probable que, en algún momento, la persona que cuidas será hospitalizada. Las instalaciones médicas no están normalmente bien diseñadas para personas con demencia. La planificación y preparación previa hace la diferencia.

Texto adaptado de "Hospitalización Ocurre", del Instituto Nacional del Envejecimiento

CUIDADOR ON-LINE HERRAMIENTAS



Conviértete en Intercesor

El Sector Central de la Asociación de Alzheimer en California te invita a convertirte en un intercesor del Alzheimer. Por favor, únete a nosotros y aboga por los derechos y necesidades de personas diagnosticadas con Alzheimer, las de sus familiares y proveedores de cuidado. Ayúdanos a lograr nuestra visión de crear un mundo sin Alzheimer.

Regístrate en: alz.org/advocacy

Alzheimer's Navigator®

Alzheimer's Navigator® (Navegador de Alzheimer), es una herramienta digital gratuita diseñada específicamente para aclarar tus dudas mediante la creación de planes de acción personalizados, y para brindarte acceso a información, apoyo y recursos locales. alzheimersnavigator.org



TrialMatch

Investigadores prueban nuevos métodos de detectar, tratar y prevenir el Alzheimer y otras enfermedades relacionadas con la demencia a través de ensayos clínicos. La Asociación de Alzheimer TrialMatch® es un servicio gratuito que facilita a las personas diagnosticadas con Alzheimer, a sus familiares, a sus proveedores de cuidado, y médicos a localizar ensayos clínicos basados en características personales (diagnóstico, etapa de la enfermedad, etc.) y su ubicación. alz.org/trialmatch

AlzConnected

Conéctate con una comunidad que ofrece apoyo de Alzheimer. Comparte preguntas y opiniones con una comunidad diversa. Obtén respuestas a tus preguntas o apoya a otros proveedores de cuidado sugiriendo soluciones a sus desafíos. Visita: alzConnected.org

Aprendizaje Electrónico

Ser proveedor de cuidado no viene con un manual de instrucciones, pero hay recursos disponibles para prepararse. Usa los cursos de capacitación, los talleres, libros y DVDs en este portal digital para desarrollar habilidades de cuidado y conocer consejos prácticos.

alz.org/care/alzheimers-dementia-care-training-certification.asp