

Cambios de personalidad en la demencia

Por Sonya Branco, especialista en cuidados



alzheimer's association®

Sector California Central Coast

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

71 Zaca Lane, Ste 110
San Luis Obispo, CA 93401
Tel: 805.547.3830

Condado de Ventura

2580 East Main St, Suite 201
Ventura, CA 93003
Tel: 805.494.5200

Línea de Emergencia
24-Horas

800.272.3900

www.alz.org/CaCentral

Las personas que viven con demencia conservan su esencia y espíritu, pero muchos experimentan grandes cambios de personalidad. Una persona dulce y amable puede comportarse más dulce después del inicio de la enfermedad de Alzheimer, mientras que la clase "mandona" puede volverse aún más controladora. Los afectados con demencias fronto-temporales pueden mostrar cambios de personalidad más drásticos y repentinos. Cuerpos de Lewy (Lewy Body Dementia, LBD), una enfermedad que causa demencia, puede causar alucinaciones que afectan el comportamiento.

En las primeras etapas de la enfermedad de Alzheimer, los pacientes pueden experimentar cambios de comportamiento y de personalidad, como aumento de la irritabilidad, ansiedad y depresión. Muchas veces estos cambios son el motivo por el cual las familias deciden buscar ayuda médica.

Los pacientes de Alzheimer pueden experimentar cambios de personalidad fluctuantes, volviéndose extremadamente confusos, sospechosos, temerosos o dependientes de un miembro de la familia. Todos nos ponemos tristes o de mal humor de vez en cuando. La diferencia con la enfermedad de Alzheimer es que tu ser querido puede mostrar cambios de humor repentinos, desde estar muy calmado a de repente comenzar a llorar o a demostrar ira, sin ninguna razón aparente.

A medida que tu ser querido entra en la etapa moderada de la enfermedad de Alzheimer, es posible que notes más síntomas en su comportamiento. Estos incluyen agresión, agitación y paranoia. Podría expresar temor porque cree que los miembros de la familia le están robando u ocultando cosas, y muchas veces su bolso o billetera es el objeto que suele ser "robado". Con la pérdida de control, los pacientes también pueden hacer cosas que no concuerdan con las características de la persona que tu identificabas como familiar o amigo.

Ejemplos de esto podrían ser la impulsividad, el descontrol, los acercamientos sexuales y la inadecuación social en general.

Los cambios comunes de personalidad incluyen:

- ◆ Apatía
- ◆ Pérdida de interés en actividades que antes disfrutaban
- ◆ Insensibilidad a los demás
- ◆ Paranoia
- ◆ Pensamientos delirantes
- ◆ Desinterés social

Ver cont...

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 médica.

Inscríbete hoy: **1.888.572.8566**

www.medicalert.org/safereturn

Consejos

Cuatro Consejos Prácticos

1 - No discutas

Si ella piensa que su esposo sigue vivo, esa es su realidad. Discutir con ella fomentará la frustración, la confusión, el miedo, y la ira creando un momento difícil para ambos. No se trata de estar en lo correcto, se trata de ayudar a una persona con una discapacidad grave.

2 - Usa la delicadeza, y no tengas miedo de falsear la verdad

Delicadeza: Sé sutil, hábil y estratégico al manejar una situación difícil. Los jugadores de cartas usan la delicadeza para engañar a sus oponentes en un juego. Cuando esté molesto, discúlpate para calmar la situación, aunque no tengas la culpa.

3 - Inventa una historia para ayudarlos a relajarse

Si él quiere conducir el auto, puedes decir: *está descompuesto y debes esperar a que llegue el la parte que le hace falta.*

O si quiere arreglar la televisión, dile: *ya he llamado a un técnico en reparación. Vendrá el sábado.*

Si está preguntando por su papá, dile: *Oh, papá se fue a un viaje de negocios esta semana.*

4 - Redirigir

Cambia el tema o actividad: *OK, pero primero necesitamos comer algo.*

Esperemos y llamemos a tu hermana después de que tengas una siesta. Probablemente ella también esté tomando una siesta ahora.

- ◆ Incapacidad para tomar decisiones
- ◆ Falta de iniciativa

Para muchos familiares y cuidadores, los cambios en el comportamiento y la personalidad son la parte más desafiante y angustiante de la enfermedad de Alzheimer.

Ten en cuenta que estos cambios se deben al deterioro progresivo de el cerebro del paciente. La enfermedad daña continuamente las células en múltiples áreas del cerebro, afectando diferentes capacidades cognitivas. Cuando una parte del cerebro deja de hacer su trabajo, después de haber sido dañada por la enfermedad, una persona puede exhibir un "comportamiento extraño".

El cerebro es un vasto órgano complejo y la fuente de nuestros pensamientos, sentimientos, emociones y personalidad. Con la demencia, la persona puede sentirse desorientada, preocupada, ansiosa, vulnerable e indefensa, afectando la forma en que reacciona ante las situaciones. A medida que la demencia avanza, la capacidad de la persona para navegar a través de las situaciones cotidianas disminuye. La persona se vuelve más susceptible a las influencias externas, como las multitudes, los ruidos y el entorno, que se convierten en factores importantes que definen el tipo de comportamientos que mostrará alguien que sufre de Alzheimer.

Tener presente y comprender que estos comportamientos son causados por la enfermedad puede ayudarte a enfrentar posibles cambios en la personalidad de tu ser querido.

Como cuidador, debes desarrollar tu propio conjunto de habilidades de afrontamiento y formas de lidiar con estos cambios de personalidad en tu ser querido. Discutir con ellos o recordarles lo que están olvidando no va a mejorar la situación. Muchas veces esto solo los enojará más. Aceptar que eso es causado por la enfermedad y no es culpa de tu ser querido es un factor crucial para lidiar con los cambios bruscos de personalidad.

Por el lado positivo, trata de disfrutar cuando tu ser querido está contagiado de humor y presente en el momento. Ríete con ellos cuando se presente un momento divertido y espontáneo. Ve con ellos un viejo programa de televisión que les parezca divertido. Estos simples momentos les ayudarán a sentirse seguros y protegidos. Al final del día, la satisfacción del día a día es el objetivo principal.

Los cuidadores experimentarán estrés y ansiedad cuando se enfrenten a cambios de personalidad desafiantes. Es importante recordar que debes descansar para aliviar el estrés. Asegúrate de encontrar tiempo para hacer actividades que disfrutas. Pídele a un amigo que se siente con tu ser querido durante una hora, mientras tú tomas un descanso. Se alegrarán de que hayas pedido ayuda. Sal a caminar, medita, ora, come, haz ejercicio, lee o asiste a un grupo de apoyo. Como cuidador, tu tarea es una jornada de cambios, pero no olvides que siempre es un buen momento de cuidar tu bienestar.

Herramientas

¿Ahora qué? Una Guía para Cuidadores y un Manual de Recursos

Creado por nuestro propio personal de la Asociación de Alzheimer Sector Costa Central, este libro incluye información completa sobre el cuidado de la demencia y estrategias para lidiar con los cambios de comportamiento. Disponible para descarga gratuita en alz.org/cacentral/documents/wn_web.pdf o para comprar (\$15) en la oficina local.

Los grupos de apoyo pueden ser una gran fuente de información útil sobre qué esperar en términos de cambios de comportamiento y personalidad, y habilidades sobre cómo lidiar con esa situación. Consulta la lista de grupos de apoyo en tu área en la página 5.

Los especialistas en cuidado están disponibles las 24 horas, todos los días de la semana para guiarte a través de cualquier cambio que notes en tu ser querido con demencia: 800.272.3900: ¡Menten este número a tu alcance!

