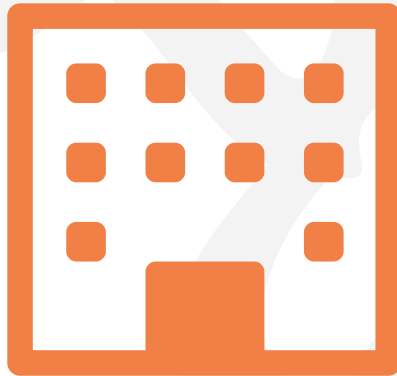


AL VEÏNAT

COM ACTUAR AMB UNA PERSONA AMB DEMÈNCIA EN L'ENTORN VEÏNAL



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



La demència no només afecta la persona que la pateix, sinó també la família i, sobretot, el cuidador principal. L'estrès personal i emocional que suposa exercir la cura requereix una bona planificació per poder gestionar la malaltia a llarg termini.

Les demències, al principi de la malaltia, no representen cap obstacle per continuar fent les coses que es feien anteriorment; és més, convé que es continuïn fent. Per aquest motiu, no hem d'excloure la família de l'entorn veïnal ni de la societat en general.

Què hem de saber?

- Informa't del tipus de demència que té la persona i de com aquest fet està afectant la família, sense extreure conclusions pròpies.
- Informa't sobre les demències per comprendre millor la persona afectada i la persona cuidadora.
- En una conversa en grup, quan t'hagis de comunicar amb la persona amb demència, fes-ho directament com ho faries habitualment, sense excloure-la.
- Continua amb els costums habituals (passejades, prendre alguna cosa al bar, viatjar, fer activitats d'oci...) amb la persona diagnosticada o amb la persona cuidadora.
- Informa la família sobre les reunions veïnals.
- Continua convivint amb la persona al centre cívic (en cas que hi vagis) i no l'exclouis.
- Informa-la de les activitats del barri.
- Preocupa't de les necessitats de la persona afectada i de la persona cuidadora.

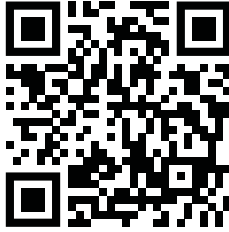


Com podem actuar?

L'entorn veïnal pot contribuir a fomentar les "societats no excloents" amb les persones amb la malaltia d'Alzheimer.

- No discriminis ni tinguis prejudicis, ja que és una forma d'estigmatitzar les persones afectades per la malaltia.
- Evita corregir la persona amb Alzheimer si comet un error o se li oblida alguna cosa.
- És important fer que la persona se senti segura i protegida.
- Una característica de la malaltia és la pregunta repetitiva. Aquesta situació produeix sobrecàrrega; per això, és important no perdre la paciència i respondre o dirigir la conversa en una altra direcció.
- És possible que el caràcter de la persona que has conegut fins ara hagi canviat; per aquest motiu, cal que no et prenguis seriosament una mala resposta, un mal gest o una empipada.
- Parla-li de forma suau i tranquil·la i adapta el discurs a la persona. Si veus que no t'entén, utilitza frases més curtes i simples.
- No discuteixis amb la persona amb demència; és possible que no t'entengui i una discussió podria generar-li més ansietat. Evita la confrontació: discutir no ajuda en absolut; al contrari, pot provocar que es posi més nerviosa. És preferible canviar de tema o treure-li importància al motiu que l'ha provocada.
- Si creus que la persona pot estar desorientada, apropa-t'hi de forma tranquil·la i relaxada i recorda-li qui ets. Si saps on viu, acompanya-la; si no, avisa la família. Mentre espereu la família, intenta esbrinar si té alguna necessitat (set, gana, cansament...). Intenta no fer-li gaires preguntes que la puguin inquietar i parla de temes variats i distesos fins que arribi la família.
- De vegades, la desorientació i el nerviosisme poden produir una certa agressivitat; intenta mantenir la calma, dona-li espai perquè es desfogui i intenta distreure-la canviant de tema (pregunta-li on va néixer, explica-li alguna cosa...).
- Si sospites que la persona està desorientada i en coneixes la família, avisa-la; si no respon o no la coneixes, truca al 112.





Més informació:
www.ceafa.es/entornos-amigables

ENTORNS AMIGABLES I
SOLIDARIS AMB LES
D E M È N C I E S



**CONFEDERACIÓN
ESPAÑOLA DE
ALZHEIMER**