

NO VECINDARIO

COMO ACTUAR CUNHA PERSOA CON DEMENCIA NA CONTORNA VECIÑAL



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



A contorna veciñal é un elemento chave para evitar a exclusión social das familias afectadas polas demencias. Por iso, é importante que a contorna veciñal empatee, é dicir, conecte coa persoa afectada por demencia e a vexa máis aló do que é a súa enfermidade, como a persoa que é.

As demencias, ao comezo da enfermidade, non representan un obstáculo para seguir facendo as cousas que se facían anteriormente; é máis, convén que sigan a facelas. En consecuencia, non debemos ser nós quen exclúamos a familia da contorna veciñal nin da sociedade en xeral.

Que debemos saber?

- Infórmate sobre as demencias para comprender mellor a persoa afectada e o seu familiar cuidador ou persoa cuidadora.
- Infórmate do tipo de demencia que ten a persoa e de como lle está a afectar á familia, non tires as túas propias conclusións.
- Nunha conversa grupal, cando vaias a comunicarte coa persoa con demencia, faino directamente como o farías habitualmente, non a exclúas.
- Continúa cos costumes habituais (paseos, tomar algo nun bar, viaxar, acudir a eventos de lecer...) coa persoa diagnosticada e/ou coa persoa cuidadora.
- Informa a familia sobre as xuntanzas veciñais.
- Segue convivindo coa persoa no centro cívico (en caso de acudir), non a exclúas.
- Infórmaa das actividades do barrio.
- Preocúpate das necesidades da persoa afectada e do seu familiar cuidador.

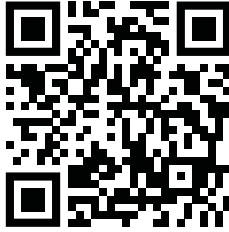


¿Cómo podemos actuar?

O ambiente veciñal pode axudar a fomentar “asociacións non exclusivas” con persoas con enfermidade de Alzheimer.

- Non discrimines nin teñas prexuízos, é unha forma de estigmatizar as persoas afectadas pola enfermidade.
- Evita corrixir a persoa con alzhéimer se comete un erro ou se esquece algo.
- É importante facer que a persoa se sinta segura e protexida.
- Unha característica da enfermidade é a pregunta repetitiva. Esta situación produce sobrecarga, polo que é importante non perder a paciencia e contestar ou cambiar a conversa noutra dirección.
- É posible que mudara o carácter da persoa que unha vez coñeciches; por esta razón, cómpre non tomar en serio respostas mal dadas, enfados ou malos xestos.
- Fálalle de forma suave e tranquilizadora, adapta o discurso á persoa. Se ves que non che entende, utiliza frases máis curtas e sinxelas.
- Non discutas coa persoa con demencia; é posible que non te comprenda e unha discusión podería xerarlle máis ansiedade. Evita a confrontación; discutir non axuda, ao contrario, pode provocar que se poña máis nerviosa. É mellor cambiar de tema ou restar importancia ao motivo que a provocou.
- Se cres que a persoa pode estar desorientada, achégate de forma tranquila e relaxada, e lémbrale quen es. Se sabes onde vive, acompañaa ou avisa a familia. Mentres esperades a familia, tenta achar se ten algunha necesidade (sede, fame, cansazo...). Intenta non facerlle moitas preguntas que poidan desacougala e trata temas variados e distendidos ata a chegada da familia.
- Nalgunhas ocasións, a propia desorientación e nerviosismo poden producir certa agresividade; tenta manter a calma, déixalle espazo para se desaforar e proba a distraela cambiando de tema: pregúntalle onde naceu, explícalle algunha cousa...
- Se sospeitas que a persoa está desorientada e coñeces a familia, primeiro avísaa; se non responden ou non a coñeces, daquela avisa o 112.





Más información:
www.ceafa.es/entornos-amigables

CONTORNAS AMIGABLES
E SOLIDARIAS COAS
D E M E N C I A S



**CONFEDERACIÓN
ESPAÑOLA DE
ALZHEIMER**