

# COMO COMUNICARSE CUNHA PERSOA CON DEMENCIA




POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL





s problemas de comunicación en persoas con Alzheimer comezan nas primeiras fases da enfermidade. Nas fases iniciais poden aparecer problemas para atopar palabras, a medida que avanza a enfermidade, será máis frecuente e para compensala utilizarán desvíos para indicar unha palabra, parafasia, incluso palabras inexistentes. Na fase máis avanzada o idioma limitarase a un número reducido de palabras, converténdose en nulo.

## Recomendacións para mellorar a comunicación

- Evita ruídos e distraccións. 
- Mantén a calma e ten paciencia (deixa tempo para pensar e expresarse).
- Sitúate diante da persoa, mantendo o contacto visual.
- Non fales da persoa diagnosticada con outras persoas coma se ela non estivese diante.
- Anima a conversar, mais sen forzar cando ela non o desexe.
- Cambia o tema da conversa cando as preguntas ou as explicacións non teñan sentido.

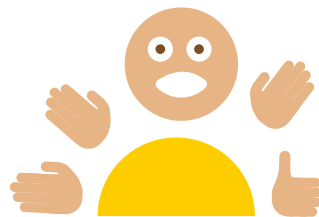
## Recomendacións para mellorar a comunicación verbal

- Fala claro e devagar.
- Expón as mensaxes de forma directa e concreta, sen xerar dúbidas.
- Utiliza frases curtas e vocabulario sinxelo.
- Pon énfase nas palabras chave.
- Usa un ton suave de voz.
- Reformula as preguntas, se non as comprendeu ben, cunha linguaxe sinxela e clara.



- Non discutas, non grites, non critiques, nin infantilices a persoa.
- Utiliza o humor como ferramenta para conectar coa persoa, pero non uses dobres sentidos, que poden levar a confusión.

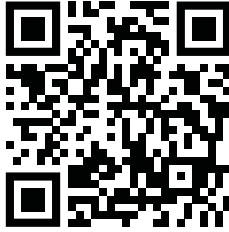
## Recomendacións para mellorar a comunicación non-verbal



- Xesticula pouco.
- Demostra cariño; desta forma a persoa sentirase segura e cómoda.
- Intenta non transmitir preocupación, tristeza, enfado ou inseguridade.
- Mostra visualmente, se é posible, o que queres transmitirle.

## Recomendacións xerais para afrontar a comunicación e a situación actual

- En primeiro lugar, considera que o coñecemento das características da linguaxe e da evolución da enfermidade de Alzheimer é esencial para que se produza a correcta atribución e aceptación da nova situación familiar.
- En segundo lugar, ten en conta que as súas emocións influirán no proceso de comunicación, polo que debes intentar aumentar a vixilancia e o control sobre elas.
- A maioría das asociacións de familiares de alzhéimer en España teñen grupos de autoaxuda, onde podes atopar eco destes sentimentos e aprender a recoñecer, comprender, aceptar, compartir cos demais, compensalos, enfrontalos e controlalos na medida do posible.
- Adáptate á realidade, sen perder de vista que aínda vas gozar de momentos e emocións moi agradables co teu ser querido, especialmente se non só se centra no que ambos perderon, senón no que aínda teñen..
- Optimizar a súa situación, estimulando ao paciente e converténdose nun facilitador do proceso de comunicación.
- Se reflexionamos sobre isto, podemos ver que todos temos a capacidade de adaptar os nosos estilos de comunicación aos nosos interlocutores, ás circunstancias ou aos diferentes medios que empregamos.



Más información:  
[www.ceafa.es/entornos-amigables](http://www.ceafa.es/entornos-amigables)

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



**CONFEDERACIÓN  
ESPAÑOLA DE  
ALZHEIMER**