

# EN CASA VIVIENDO CON UNA PERSONA CON DEMENCIA. ¿QUÉ HAGO SI...?

## TIENE DELIRIOS

por Cristina Buiza y Pura Díaz-Veiga

### Procura prevenirlos\*

Facilita que la persona esté en un ambiente conocido y familiar

Asegúrate de que te ve u oye cuando le hables colocándote cerca y de frente. Háblale con claridad y suavemente

Inclúyela en las conversaciones para evitar que crea que están hablando o haciendo hay un complot contra ella, etc.

### No dudes en pedir ayuda si la necesitas

Recuerda, pedir ayuda en estos casos no es signo de debilidad, sino de fortaleza.

## Si ya han aparecido...

**1 Ponte en su lugar,** dándole cuenta de que la persona está asustada debido a pensamientos que le hacen sufrir

**2 Mantén la calma para transmitir tranquilidad y seguridad,**

y reducir su malestar por ese pensamiento que le genera malestar.

**3 Atiende a lo que la persona está sintiendo**

Evita hacerle entrar en razón, para ella lo que piensa es la realidad.

**4 Háblala en tono suave,** aunque no entienda, cógele su mano, escúchala para que sienta que está atendida y protegida.

**5 No le quites importancia a lo que dice, ni la ridiculices por ello**

Escúchala. Para la persona es muy importante sentir que la apoyas.

**6 Introduce poco a poco temas que sepas que le resulten agradables.**

Háblale de sus aficiones (deporte, lectura...), su música favorita, la comida que más le gusta,...

(\*) En algunos casos puede ayudar salir a la calle. Solicite al médico de cabecera un documento que justifique la necesidad de la salida.

Recomendaciones basadas en la publicación: "Consejos y orientaciones no farmacológicas para pacientes con deterioro cognitivo en el domicilio y unidades psicogeríatras". Arriola, E., Alaba J., Buiza, C., González M.F. y Zulaica, A.