

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

SE MUESTRA APÁTICA Y SIN GANAS DE NADA

por Álvaro García Soler

Mantén a la persona implicada con el entorno

Genera oportunidades para interactuar con el ambiente que la rodea

Puede despertar su interés el tener a la vista y a mano aquellos objetos que invitan a la puesta en práctica de algún tipo de actividad significativa para la persona.

Estimula, motiva y participa

Ofrece opciones para la acción, cuanto más sencillas las plantees mejor. "Te acerco el periódico", "¿Te apetece que hagamos un zumo?...". No dejes la actividad en la mano de la persona si la puedes compartir.

Incorpora la práctica de actividades cotidianas,

intenta no hacerlas para la persona, e introduce progresivamente opciones para realizar nuevas actividades o actividades que ya se hacían, pero se quedaron atrás. Hacer la cama, tender la ropa, barrer la cocina, regar las plantas...

Conversa con la persona

Habla con la persona de igual a igual, con paciencia y tiempo para atender a lo que dice y sin criticarla en el caso de que no participe.

Propónle retos

adaptados al nivel de la persona, ni demasiado sencillos que infantilicen o aburran, ni demasiado complicados que puedan frustrarla.

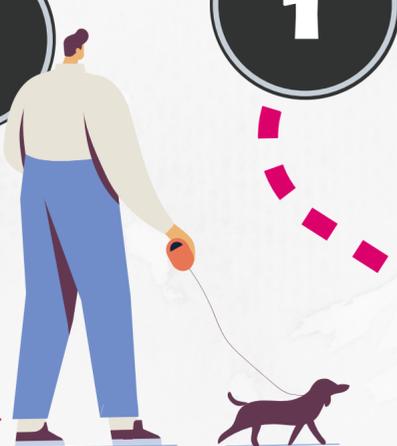


Y si ya lleva tiempo así...

2

Ensaya opciones

y prueba a facilitarle cosas nuevas, puede que te sorprenda haciendo cosas que nunca antes le habían interesado.



1

Pregunta y escucha lo que dice

Si no puede hablar, su expresión y su cuerpo pueden decir mucho sin palabras.



8

Ten presente que se trata de compartir

Proveer estímulos para dejar a la persona sola no compensa. La actividad tiene más valor si se hace en compañía.



7

Incorpora a la persona en las situaciones sociales

Visitas, familia y amigos. Es positivo verse incluida, aunque no se participe.



3

Saca partido a los errores

Ofrece actividades y si no funcionan o no son bien recibidas, vuelve a probar en otra situación más tranquila, o con la persona más activa.



6

Valora positivamente tus acciones,

no sólo las tuyas. Si la persona no reacciona ante el ofrecimiento, ya sólo la atención que le das y la que la persona te preste es valiosa en sí misma. A veces la atención precede a la acción.



4

Usa el contacto físico

La cercanía y el tacto, si son deseados y bien recibidos, son una puerta a la comunicación.



5

Tómate tu tiempo,

despacio y con calma. El que la persona participe o interactúe con algo puede ser cuestión de tiempo y de facilitar las cosas.



SERIE COVID-19

www.matiafundazioa.eus

MATIA
FUNDAZIOA

#YoMeQuedoEnCasa