
Coronavirus (COVID-19): consejos para cuidadores de personas con demencia

Lo más probable es que el Alzheimer y otras demencias no aumenten el riesgo de COVID-19, la enfermedad respiratoria causada por el nuevo coronavirus, al igual que la demencia no aumenta el riesgo de contraer gripe. No obstante, los comportamientos relacionados con la demencia, el aumento de la edad y las afecciones de salud comunes que a menudo acompañan a la demencia pueden aumentar el riesgo.

Por ejemplo, las personas con la enfermedad de Alzheimer y cualquier otra demencia pueden olvidarse de lavarse las manos o de tomar otras precauciones recomendadas para prevenir la enfermedad. Además, las enfermedades como COVID-19 y la gripe pueden empeorar el deterioro cognitivo debido a la demencia.

A medida que reabren las comunidades y los servicios de asistencia médica, es fundamental que los cuidadores consideren los riesgos y tomen precauciones de seguridad adicionales para las personas que viven con demencia.

Vacunas

Las vacunas son un paso importante para proteger la salud y la seguridad de las personas con la enfermedad de Alzheimer u otra demencia, así como de sus cuidadores, y la Alzheimer's Association recomienda vehementemente su uso.

Ahora que las vacunas están ampliamente disponibles para el público en general, la mayoría de los adultos mayores han sido vacunados. Pero las personas vacunadas aún pueden infectarse con COVID-19, especialmente si están expuestas a personas que no han sido vacunadas. Se deben seguir implementando otros protocolos, incluido el equipo de protección personal (EPP), las pruebas rápidas en el punto de atención y otras medidas de seguridad, para garantizar un entorno seguro y protegido para las visitas.

Para obtener más información sobre las vacunas contra el COVID-19, consulte <https://www.alz.org/alzheimers-dementia/coronavirus-covid-19-vaccine>.

Cuidadores en el hogar

Los cuidadores de personas que viven con Alzheimer y otras demencias deberían continuar con el seguimiento de las pautas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y considerar los siguientes consejos:

- Para las personas que viven con demencia, el aumento de la confusión suele ser el primer síntoma de cualquier enfermedad. Si una persona que vive con demencia muestra un aumento rápido de la confusión u otros cambios

repentinos de comportamiento, comuníquese con su proveedor de atención médica para solicitar asesoría.

- Las personas que viven con demencia pueden necesitar recordatorios adicionales o escritos y apoyo para recordar prácticas higiénicas importantes de un día para otro.
 - Considere colocar letreros en el baño y en otros lugares para recordar a las personas con demencia que se laven las manos con jabón durante 20 segundos.
 - Demuestre el lavado minucioso de las manos.
 - El desinfectante de manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol puede ser una alternativa rápida al lavado de manos si la persona con demencia no puede llegar al lavabo o no puede lavarse las manos fácilmente.
- Piense con anticipación y haga planes alternativos para la persona con demencia en caso de que se modifique o cancele la atención diurna para adultos, la atención de relevo, etc., en respuesta al COVID-19.
- Piense en el futuro y haga planes alternativos para la gestión de la atención si el cuidador principal se enferma.

Entornos de atención a largo plazo

Las personas que viven en comunidades de cuidados a largo plazo son extremadamente vulnerables al COVID-19 debido a la naturaleza comunitaria de estos entornos. Además, la gran mayoría de las personas que viven en estos entornos son mayores y tienen afecciones crónicas subyacentes que aumentan su riesgo de contraer COVID-19.

Según algunas estimaciones, el 34% de todas las muertes por COVID-19 en EE. UU. fueron de residentes o personal de las comunidades de atención a largo plazo.

Sabemos que la pandemia de COVID-19 ha sido un momento especialmente difícil para los cuidadores y las familias que no han podido ver a sus seres queridos en persona y nos anima que las vacunas contra el COVID-19 continúen llegando a residentes cada vez más vulnerables en entornos de cuidados a largo plazo.

La Asociación apoya la guía de los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) emitida el 10 de marzo y sus esfuerzos para permitir las visitas, lo que reunirá a los residentes con sus familias y reducirá el impacto dañino que el aislamiento social ha tenido en estas personas.

Precauciones de seguridad para visitantes y cuidadores

Dado el riesgo aún presente de transmisión de COVID-19 y el hecho de que los comportamientos relacionados con la demencia pueden aumentar el riesgo, la Alzheimer's Association alienta a los visitantes y cuidadores a que tomen

las consideraciones adecuadas y tomen precauciones de seguridad adicionales cuando visiten las comunidades de atención, que incluyen:

- Antes de su visita, consulte con la comunidad de cuidados sobre sus políticas de visitas.
- Si no se ha vacunado, considere hacerse la prueba antes de la visita. Además, limite el número de personas no vacunadas que visitan al mismo tiempo.
- Durante su visita, siga las pautas de la comunidad para las visitas. Limite su visita a áreas aprobadas únicamente y evite ir a otras partes de la comunidad. Mantenga su distancia de otros residentes tanto como sea posible.
- Realice visitas al aire libre cuando sea posible para minimizar el riesgo de transmisión.
- Si en los últimos 14 días ha estado expuesto a alguien que tenía el virus, posponga su visita.
- Informe al personal de inmediato si presenta fiebre o síntomas compatibles con COVID-19 en los 14 días posteriores a su visita.
- Traiga su propia mascarilla, póngasela antes de entrar a la instalación y úsela en todo momento. Las mascarillas deben estar bien ajustadas y sujetarse sobre la boca y la nariz.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos y evite tocarse la cara. Si no dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante de manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol.

Siempre existen riesgos con las visitas en persona, pero a medida que las comunidades de atención a largo plazo comiencen a permitir visitantes y se vacune una mayor parte de la población del país, estos pasos adicionales ayudarán a mitigar el riesgo.

CMS señala algunas circunstancias en las que se deben evitar las visitas debido al alto riesgo de transmisión de COVID-19 (nota: las visitas de atención compasiva deben permitirse con el equipo de protección personal adecuado). Esto incluye situaciones en las que hay:

- Residentes no vacunados, si la tasa de positividad del condado de COVID-19 para el centro de atención es de más de 10%, y menos del 70% de los residentes del centro están completamente vacunados.
- Residentes con infección confirmada por COVID-19, vacunados o no vacunados hasta que hayan cumplido con los dos criterios para suspender las precauciones con base en la transmisión.
- Residentes en cuarentena, vacunados o no, hasta que hayan cumplido los criterios para salir de la cuarentena.

Servicios de atención domiciliaria

Si actualmente recibe o planea recibir servicios de un profesional de atención médica remunerado en su hogar, considere estos consejos:

- Comuníquese con el proveedor de atención médica domiciliaria y pídale que le explique sus protocolos para reducir la propagación de COVID-19, incluso si el proveedor está vacunado.
- Controle la temperatura del profesional de atención médica domiciliaria antes de que entre en su hogar. Cualquier persona con una temperatura superior a 100.4 °F (38 °C) no puede proporcionar cuidados.
- Pregúntele al profesional de atención médica si estuvo expuesto a alguna persona que haya obtenido un resultado positivo en la prueba y, de ser así, no le permita ingresar a su hogar.
- Asegúrese de que el profesional de atención médica se lave las manos al llegar y repita este procedimiento con frecuencia mientras esté en su hogar.
- Si el profesional de atención médica no se ha vacunado, pídale que use una mascarilla.

Servicios de atención basados en la comunidad

Si usted o alguien a quien cuida generalmente depende de los servicios comunitarios, es posible que haya experimentado una interrupción debido a las restricciones causadas por el COVID-19. A medida que las comunidades comienzan a reabrir gradualmente y estos servicios vuelven a estar disponibles, es fundamental sopesar los riesgos asociados con la reanudación de estas opciones de atención.

Las opciones de atención fuera del hogar, como los centros de recepción y los centros diurnos para adultos, en donde por su naturaleza hay varias personas congregadas, plantean inquietudes comunales para las personas con demencia. Durante la pandemia de COVID-19, no todas las personas con demencia son aptas para los centros con congregación y no todos los centros son aptos para brindar atención en el lugar a las personas con demencia.

Debido a que las personas con demencia pueden ser extremadamente vulnerables al COVID-19, debido a su edad o afecciones médicas, y pueden tener problemas para seguir la pauta de distanciamiento social, los centros diurnos para adultos en todo el país han realizado cambios para aplicar las pautas de los CDC y están atendiendo de manera segura a las personas con demencia. Es mejor visitar un centro específico para determinar si se siente cómodo con los protocolos de seguridad en ese centro específico.

También podría querer considerar programas diurnos para adultos que ofrecen actividades virtuales para mantener la salud y fomentar la participación social. Además, algunos proveedores ofrecen entrega de comidas.

En el hospital

Si bien muchos hospitales están restringiendo o limitando el ingreso de visitas para frenar la propagación del COVID-19 y proteger a los pacientes y al personal, siempre hay maneras para apoyar a la persona que vive con demencia durante su hospitalización. Las pautas de los CDC admiten las visitas de parejas asistentes de personas con demencia si estas son fundamentales para el bienestar físico o emocional del paciente.

Si visita a un paciente personalmente

- Asegúrese de familiarizarse con los requisitos de seguridad del hospital de antemano.
- Lleve su propia mascarilla y póngasela antes de llegar al establecimiento.
- Lávese las manos con frecuencia y evite tocarse la cara.
- Limite su visita a la habitación de la persona que vive con demencia y evite ir a otros lugares del hospital.

Si no puede visitar a un paciente personalmente

- Comuníquese con la persona por teléfono o videollamadas.
- Ofrezcale su información de contacto al enfermero a cargo y pídale que la escriba en la pizarra de la habitación de la persona. Averigüe qué canales de comunicación hay disponibles y de qué manera debería recibir los partes con información actualizada.

TS-0118-S | Updated November 2021