

Comunicación

Comunicación y la demencia

La enfermedad de Alzheimer y los otros tipos de demencia son enfermedades progresivas que gradualmente disminuyen la capacidad de poder comunicarse. Eventualmente, la gente con demencia tiene dificultad para expresar sus pensamientos y emociones.

Los desafíos asociados con la comunicación pueden ser frustrantes. Sin embargo, al entender qué cambios pueden ocurrir, puede preparar, hacer ajustes y saber cómo responder, ayudando a mejorar la comunicación.

Cambios en comunicación

Para personas con el alzhéimer, cambios en la comunicación varían y se basan en la persona y hasta qué punto a lo largo de él o ella ha progresado en la enfermedad. Problemas que usted puede esperar ver a lo largo de la progresión de la enfermedad incluyen:

- Dificultad para encontrar palabras adecuadas.
- Utilizar repetidamente palabras conocidas.
- Describir cosas conocidas en vez de llamarlas por su nombre.
- Perder fácilmente el hilo de la conversación.
- Dificultad para organizar palabras en orden lógica.
- Volver a hablar en su idioma de origen.
- Hablar cada vez menos.
- Depender más de gestos que de hablar.

La comunicación es:

- Cómo nos relacionamos uno al otro.
- Una parte importante de nuestras relaciones.
- Una manera de expresar nuestras necesidades, deseos, percepciones, conocimientos y sentimientos.
- Intercambio de pensamientos, mensajes e información
- Se trata más de escuchar que de hablar.
- Se trata de actitud, tono de voz, expresiones faciales y lenguaje corporal.

Comunicación en la etapa temprana

En la etapa leve (temprana) de la enfermedad de Alzheimer, la persona afectada todavía puede participar en el intercambio de un dialogo, tener conversaciones con sentido e involucrarse en actividades sociales. Sin embargo, la persona puede repetir las historias, tener dificultad encontrar la palabra correcta.

Consejos para la comunicación exitosa

- No haga suposiciones de la habilidad de comunicarse de parte de la persona debido a la diagnosis del Alzheimer. La enfermedad afecta cada persona de manera distinta.
- No excluya a la persona afectada de las conversaciones con la familia y los amigos.
- Hable directamente con la persona en lugar de a su cuidador o acompañante.
- Sea paciente y escuche la persona expresar sus pensamientos, sentimientos y necesidades.
- Dele tiempo a la persona afectada para que responda, no lo interrumpa a menos que se solicite ayuda. Pregúntele a la persona con que se siente todavía en cómodo en hacen por sí mismo y con que él o ella pueda necesitar ayuda. Hable de qué tipo de comunicación es preferible. Puede incluir correo electrónico, llamadas telefónicas o conversaciones en persona.
- ¡Está bien reírse! Puede hacer el humor de todos más ligero y puede facilitar la comunicación.
- No se aleje: su honestidad, amistad y apoyo es importante para la persona con la demencia.

Comunicación en la etapa intermedia

La etapa moderada (intermedia) del Alzheimer es típicamente la más larga y puede durar varios años. Con el progreso de la enfermedad, la persona con el Alzheimer tendrá mayor dificultad comunicándose y requerirá más cuidado directo.

Consejos para la comunicación exitosa

- Encuentre un lugar que sea callado para que puedan conversar cara a cara sin distracciones.
- Hable despacio y con claridad.
- Mantenga un buen contacto visual. Muestre a la persona que usted tiene interés en lo que dice.
- Dele a la persona suficiente tiempo para responder, así que él o ella pueda pensar en qué decir.
- Ser paciente y ofrezca reaseguro. Puede alentar a la persona para que explique sus pensamientos.
- Haga una pregunta a la vez.
- Haga preguntas de sí o no. Por ejemplo, "¿le gustaría un café?" en lugar de "¿qué desea beber?"
- Evite criticar o corregir. En cambio, escuche y trate de encontrar el significado en lo que dice la persona.
- Dé instrucciones claras, paso a paso para las tareas. Largas peticiones pueden ser abrumadoras.

- Evite discutir. Si la persona dice algo con lo cual no está de acuerdo, déjelo así.
- Dé indicaciones visuales. Demuestre una tarea para fomentar la participación. Trate de utilizar notas escritas cuando la comunicación hablada parezca demasiado confusa.

Comunicación en la etapa avanzada

La etapa severa (avanzada) de la enfermedad de Alzheimer puede durar varias semanas o varios años. A medida que la enfermedad avanza, la persona con el Alzheimer pueda depender en la comunicación no verbal, como con expresiones faciales o con sonidos vocales. Por lo regular, requieren cuidado las 24 horas del día.

Consejos para la comunicación exitosa

- Acérquese a la persona de frente. Dígale a la persona quien es usted.
- Utilice comunicación no verbal. Si no entiende lo que la persona está tratando de decir, pida que señale o que haga un gesto.
- Use el tacto, vistas, sonidos, olores y sabores como una forma de comunicación con la persona.
- Considere los sentimientos detrás de las palabras o sonidos. A veces las emociones expresadas son más importantes que lo que se dice.
- Trate la persona con dignidad y respeto. Evite hablar de la persona como si él o ella no estuviera allí.
- Está bien si no sabe qué decir; su presencia y la amistad son más importantes.

TS-0061-S | Updated July 2018