



Programa de información y apoyo dirigido a cuidadores y familiares de pacientes con demencia

Recomendaciones generales de cuidados

La demencia es la causa que ha obligado al enfermo a dejar de lado su vida. Ya no puede trabajar, ni conducir, ni puede decidir aspectos importantes de su vida. Con el objetivo de mantener al máximo su autonomía personal y los hábitos adquiridos a lo largo de su vida, resulta muy beneficioso guiarle, estimularle y hacerle participar en las actividades de la vida cotidiana. Desde el principio de la enfermedad es conveniente simplificar todas las actividades diarias dentro y fuera de casa, estableciendo una rutina familiar que le permita participar, evitando a toda costa sobreprotegerle y resolver aquellas dificultades que vayan presentándose, ya que esto podría suponer que fuera más dependiente de lo que realmente es.

Para ajustar la intervención terapéutica a las capacidades reales del paciente, en primer lugar, deberemos localizar las que están afectadas, su nivel de afectación y determinar la fase actual de la patología. De esto se encargará el equipo médico que lleva a su familiar. Sólo de esta forma podremos ajustar la programación de actividades futuras a las necesidades del paciente y de la familia, que irán cambiando en función de la etapa evolutiva de la enfermedad. (Fase inicial: observación moderada y discreta de las actividades que el enfermo realiza. Fase final: sustitución total de las actividades del enfermo).

Y en segundo lugar, será imprescindible que el cuidador pueda ofrecer estar lo más relajado posible y mostrar una actitud positiva de cara al enfermo, dejando de lado otras tareas mientras esté con él. Esta actitud es difícil de tomar, y dependiendo de las circunstancias personales, más todavía, pero por esto es tan importante que el cuidador también sepa tener sus momentos para cuidarse, para de esta manera después poder ofrecer momentos para el enfermo (ver capítulo, "solo para el cuidador").

También será necesario establecer unos objetivos claros y dirigidos a mejorar, en la medida de lo posible, la situación actual del paciente; favoreciendo la conservación de sus capacidades mentales, reduciendo la frecuencia de trastornos tanto psicológicos como del comportamiento y finalmente potenciando y estimulando su autonomía y autoestima.