

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

LA PERSONA TIENE CONDUCTAS AGRESIVAS

por Cristina Buiza y Pura Díaz-Veiga

Procura prevenirlas*



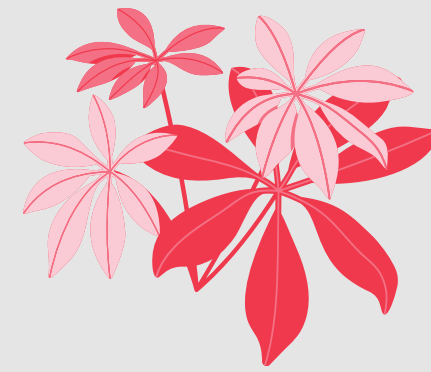
Motiva la práctica de actividades cotidianas,

facilitando y valorando el desempeño de lo que a la persona le gusta y motiva.



Mantén las rutinas diarias.

En caso de que los cambios sean inevitables, procura introducirlos de modo progresivo.



Presta atención al entorno.

Mantén controlados objetos peligrosos y la medicación. Procura tener una temperatura agradable, y ambiente tranquilo.



Distraéla contándole algo con tono calmado

o bien ofrécele algo que mantenga sus manos ocupadas (comida, un periódico, cartas,...), en especial cuando la persona se empieza a alterar.

Si han aparecido...

1. Respira y conserva la calma

No te tomes la agresividad como algo personal, trata de averiguar qué es lo que le causa irritación y actúa antes de que vaya a más.



2. Preguntale a la persona qué le pasa

y si le puedes ayudar, con voz suave y sin hacer gestos bruscos. Levantar la voz o discutir casi siempre provoca una escalada del comportamiento agresivo.



3. Usa el contacto físico con criterio

de modo personalizado. a veces, el contacto o un abrazo pueden consolar a una persona, pero también puede ser entendido como una provocación.

4. Aborda a la persona por delante,

despacio y con calma. No te acerques rápidamente, ni por detrás. Avisale de lo que vas a hacer y procura no causarle sobresaltos.



No dudes en pedir ayuda si la necesitas

Ten a mano teléfonos de Urgencias u otros recursos en caso de no poder controlar la situación por tí misma. No olvides, pedir ayuda en estos casos no es signo de debilidad, sino de fortaleza.



5. Distrae a la persona centrando gradualmente su atención en algo placentero,

cambiando de actividades, yendo a otra sala, dejando la situación en suspenso.



6. Sujétale, si hace falta, con firmeza y cuidado.

Resulta mejor una sujeción ligera, agarrándole los brazos con suavidad.

(*) 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.