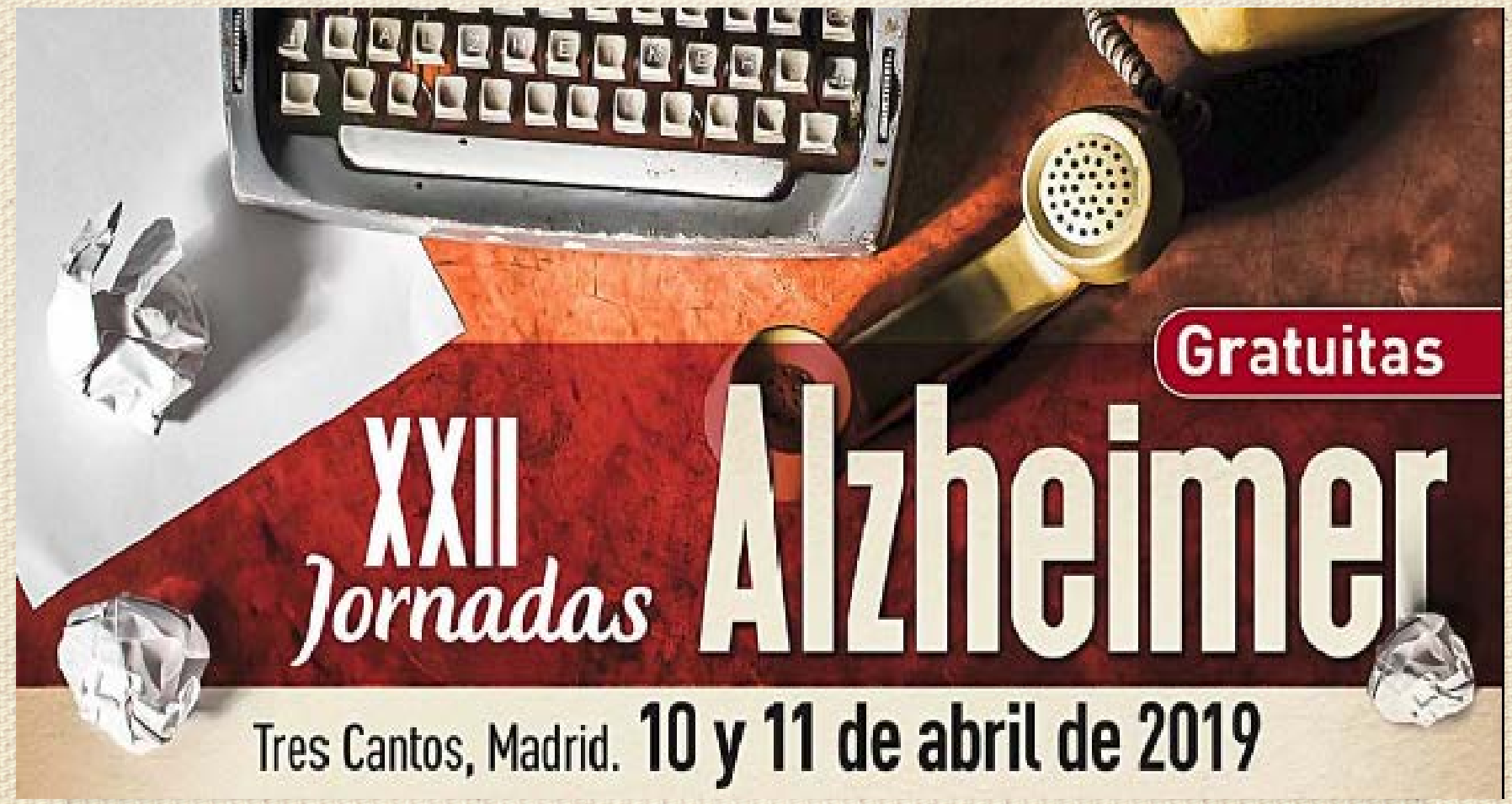
Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos



Taller de Comunicación con el enfermo de Alzheimer

Ponente: Estela Márquez

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Contextualiando…

El Alzheimer es un tipo de demencia que implica:

- Un grado de **deterioro cognitivo** de las áreas cerebrales que regulan las funciones cognitivas como: memoria, lenguaje, orientación, calculo, abstracción y razonamiento, capacidad de planificación…

- Se van **perdiendo neuronas y conexiones** por la acumulación de una proteína anormal llamada *beta amiloide* formando placas y ovillos que se acumulan en el cerebro.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Contextualiando…

El Alzheimer es una enfermedad:

→ Neurológica, progresiva, degenerativa e irreversible.

→ Se caracteriza por un deterioro progresivo de las funciones cognitivas y otras alteraciones en la personalidad y el comportamiento.

→ Su origen es multifactorial; no hay una única causa para su aparición.

→ Su síntoma principal: déficit de memoria.

→ Es un proceso involutivo por lo que la persona irá perdiendo autonomía y requerirá cada vez más ayuda para realizar actividades de su vida cotidiana.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Principales señales de alarma…

- Problemas de memoria reciente.
- Repite las cosas una y otra vez.
- Problemas para realizar tareas habituales.
- Pierde cosas y puede llegar a echar culpa a otros.
- Cambios de humor muy frecuentes.
- Le cuesta decir una palabra concreta.
- Desorientación : espacial y temporal.
- Aislamiento y apatía: evitar encuentros sociales, inactividad, disminuye la iniciativa.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

La evolución de la enfermedad

- **Inicio gradual y deterioro cognitivo continuo**, de modo que, al principio los pacientes presentan problemas de memoria y atencionales;
- Con el tiempo aparecen **otras dificultades cognitivas** como problemas de lenguaje, desorientación, alteraciones de personalidad, dificultades en la percepción y en la motricidad.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Principales alteraciones

→ **Amnesia: pérdida de memoria.**

→ **Afasia: dificultades en el lenguaje.**

→ **Agnosia: dificultades en la percepción.**

→ **Apraxia: dificultades en la motricidad.**

→ **Alteración en la ejecución.**

Acompañadas de:

→ **Desorientación.**

→ **Alteraciones de la personalidad y comportamiento.**

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Síntomas en las distintas fases de Alzheimer

- **FASE LEVE:**

→ Problemas de memoria: olvidos, despistes…
→ Pérdida de capacidad de concentración e interés.
→ Desorientaciones puntuales.
→ No reconocen sus olvidos en muchas ocasiones.
→ A veces no perciben estos fallos de memoria.
→ Cambio ligeros de personalidad.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Síntomas en las distintas fases de Alzheimer

- **FASE MODERADA:**

→ Más afectación de memoria.
→ Puede empezar a hablar en lengua materna.
→ Puede necesitar ayuda y/o supervisión para AVD.
→ Problemas de conducta: delirios, alucinaciones, agresividad, deambulación, apatía, problemas de sueño, quejas continuas…

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Síntomas en las distintas fases de Alzheimer

- **FASE AVANZADA:**

→ Absoluta dependencia y poca actividad.
→ Problemas de memoria muy serios.
→ Notable deterioro físico.
→ Problemas para caminar, comer, contener esfínteres…
→ Problemas de reconocimiento a familiares o a sí mismo.

DINÁMICA: ejercicio práctico.

La dificultad para comunicar con interferencias.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Pautas generales para una buena comunicación con personas con Alzheimer

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

La comunicación se dificultará a medida que avanza la enfermedad. Por un lado, los problemas de memoria hacen que olviden cada vez más lo que se le ha dicho. Pero, por otro lado, con el tiempo es muy posible que ya no comprenda lo que se le está diciendo.

En este caso, nuestros ojos, nuestro tono de voz y nuestros gestos son mucho más importantes que las palabras. Las personas con Alzheimer mantienen muy activo este tipo de comunicación no verbal aun en fases muy avanzadas. Por eso es muy importante cómo se dicen las cosas.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Recomendaciones generales:

⇒ Adecuar nuestra comunicación verbal a su nivel de expresión y comprensión.
⇒ Hablar despacio, claro y de forma afectuosa.
⇒ Darles tiempo para la respuesta.
⇒ Llamarles por su nombre.
⇒ Cuidar la comunicación no verbal: mirada, sonrisa y el contacto físico.
⇒ Captarles la atención.
⇒ Intentar mantener la calma.
⇒ Desviar la atención si es preciso.
⇒ No discutir ni regañarles.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Recomendaciones generales:

⇒ Conocer centros de interés, biografía…
⇒ Mantener las funciones que tienen mediante la repetición.
⇒ Refuerzo positivo.
⇒ Mantenerles ocupados y activos.
⇒ Tratar de expresar hechos y no preguntas.
⇒ Trabajar especialmente la MLP y la de reconocimiento.
⇒ TOR: técnicas de orientación a la realidad.
⇒ Uso de visualizaciones: relajación autógena.
⇒ Creatividad y sencillez.

Resumiendo: personalizar y empatizar en la relación.

DINÁMICA: análisis de una entrevista.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Herramientas concretas que facilitan la comunicación:

⇒ **Señale con el dedo si hay dificultad para nombrar cosas**.

⇒ Parafrasear: **devolver mensajes emitidos** de forma clara y sencilla, en especial los menos clarificadores.

⇒ No **corregir de manera sistemática.**

⇒ Comprobar que el **mensaje está siendo entendido.**

⇒ Ayudar cuando les cuesta terminar la frase o contestar a una pregunta: **repitiendo las dos o tres últimas palabras.**

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Herramientas concretas que facilitan la comunicación:

⇒ **Tono de voz** que sea moderado.

⇒ Frases **cortas, sencillas**, **familiares y conocidas.**

⇒ Hablar **lenta y claramente**, articulando bien.

⇒ **Leguaje positivo**: Decir lo que debe hacer y no lo que no debe hacer.

⇒ Preguntas **sencillas y cerradas:** limitar las alternativas de respuesta o con respuestas sencillas: sí o no.

⇒ Apoyar las palabras con **gestos sencillos**.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Herramientas concretas que facilitan la comunicación:

⇒ **Mantener la calma y transmitirle seguridad**.

⇒ Acercarse lentamente y de frente, **mantener contacto ocular**.

⇒ Atención a nuestros gestos y movimientos para **evitar reacciones bruscas e imprevistas**.

⇒ Informar de lo que **se están haciendo**, y lo que **va a hacer** para reducir la ansiedad.

⇒ Intentar **evitar la confusión**. Evitar cortes bruscos en la conversación.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Herramientas concretas que facilitan la comunicación:

⇒ **No interrumpir** su discurso.

⇒ **Evitar distracciones/ruidos** durante la comunicación: conversaciones en grandes grupos, excesiva estimulación, somnolencia…

⇒ No encadenar **varias órdenes**.

⇒ **Repetir** aquello que sea necesario las veces que sean necesarias.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Herramientas concretas que facilitan la comunicación:

⇒ No utilizar **expresiones tipo** :"¿no recuerdas?", "ya te lo he dicho antes".

⇒ Dado que el enfermo va perdiendo la capacidad de razonar, es preciso **evitar aplicar la lógica** y los razonamientos complejos.

⇒ Tener mucha **paciencia.**

⇒ Mantener y utilizar el sentido del **humor.**

⇒ **Sonreír,** así como tomar del brazo y llamar al enfermo por su nombre, situándose frente a él y hablando despacio.

La comunicación en las distintas fases del Alzheimer

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Involución del lenguaje según las fases de la enfermedad

- **FASE LEVE:** AFASIA ANOMICA

Los trastornos del lenguaje son sutiles:
→ Dificultad para encontrar las palabras adecuadas (anomia), con interrupciones frecuentes o leve tartamudeo.
→ Empleo de palabras "esto", "eso" para referirse a objetos.
→ Tendencia a divagar.
→ Ideas fijas repetitivas.
→ Lentitud paulatina para la comprensión.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Pautas de comunicación en la Fase leve:

⇒ Asesoramiento, información del proceso.
⇒ Escoger momentos y lugares tranquilos e iluminados.
⇒ No forzar, respetar silencios.
⇒ No plantear interrogantes complicados con muchas opciones.
⇒ Utilizar lenguaje sencillo.
⇒ Repetir cuando sea necesario.
⇒ Coherencia entre comunicación verbal y no verbal.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Involución del lenguaje según las fases de la enfermedad

- **FASE MODERADA:** AFASIA SENSORIAL TRANSCORTICAL/LÉXICA Y FONOLÓGICA

→ Marcada pobreza en el lenguaje espontáneo.

→ Errores frecuentes de expresión ocasionan un lenguaje incomprensible y estereotipado. La comprensión se afecta, apareciendo en ocasiones la "ecolalia", o repetición automática de lo que dice el interlocutor.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Pautas de comunicación en la Fase moderada (1):

⇒ Mantenerse informado y adaptarse a los cambios.
⇒ Tomar la iniciativa en la comunicación. Reforzar respuestas.
⇒ Sugerir en lugar de ordenar.
⇒ Usar frases cortas y sencillas.
⇒ Tono de voz cálido, alegre, calmado.
⇒ Situarse frente a sus ojos.
⇒ Volumen adecuado.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Pautas de comunicación en la Fase moderada (2):

⇒ Apoyarse en objetos cotidianos que favorezcan la denominación y el recuerdo.

⇒Dar pistas.

⇒Dar tiempo al procesamiento. No terminar sus frases.

⇒ Interpretar neologismos (palabras inventadas).

⇒ Relatar su propia vida.

⇒ Reducir la sobreestimulación en las interacciones sociales.

⇒ Apoyarse en la gestualización e incentivarla. Coherencia entre comunicación verbal y no verbal..

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Involución del lenguaje según las fases de la enfermedad

- **FASE AVANZADA:** AFASIA GLOBAL.

→ Reducción de todas las capacidades lingüísticas, tanto en la comprensión como en la expresión.

Sin embargo, también existen casos atípicos en los que la alteración se centra en el lenguaje, mientras que la memoria y el resto de capacidades están, en comparación, relativamente preservadas.

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Pautas de comunicación en la Fase avanzada(1)

⇒ Procurar ambiente luminoso, cálido, sin exceso de ruidos.

⇒ Integrar, en la medida de lo posible, al enfermo en su entorno.

⇒ Hablarle a pesar de su silencio del pasado y de lo cotidiano.

⇒ Mostrarse alegre, evitar expresiones de cansancio, hartazgo y discusiones.

⇒ Contacto benévolo y cariñoso, si no hay rechazo.

⇒ Situarse en su campo visual.

⇒ Dar más énfasis a lo NO VERBAL

Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Pautas de comunicación en la Fase avanzada(2):

En esta fase el enfermo puede estar en una situación de **mutismo casi absoluto**, por lo que:

⇒ Fijarse en los gestos y actitudes del enfermo.

⇒ Adelantarse a sus necesidades básicas.

⇒ Observar los gestos, signos corporales y actitudes del enfermo. Estos suelen transmitir mucha información.

Recordemos la importancia del lenguaje no verbal:

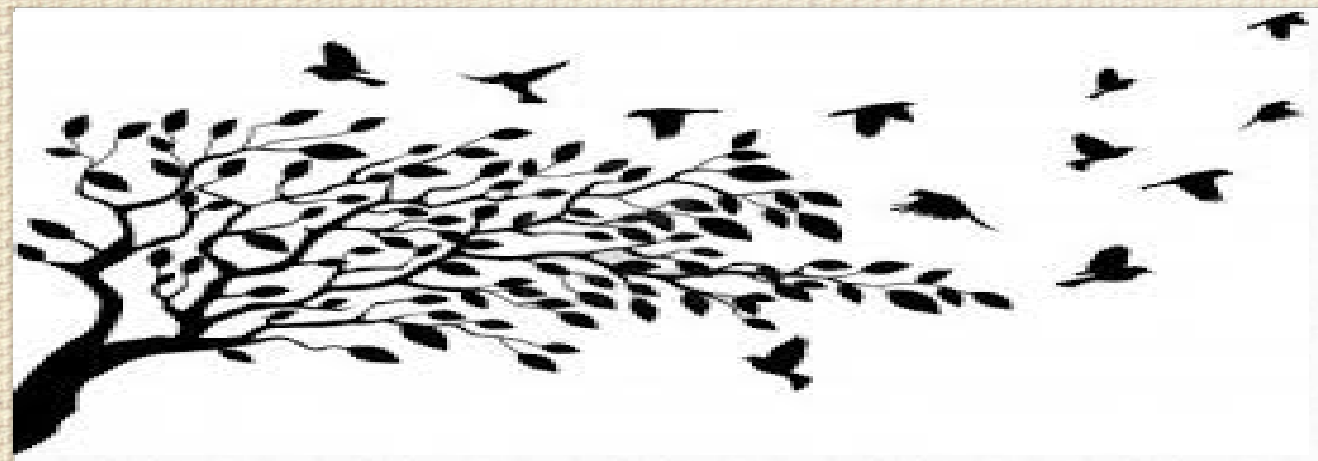
- Mirar a los ojos
- La sonrisa comunica
- La expresión de la cara
- Los gestos con la cabeza, manos y brazos
- La postura del cuerpo

Recordemos también la importancia de:

- Transmitir seguridad y percepción de control mientras se pueda
- Reforzar su autoestima
- Mejorar su sensación de bienestar

Centro de Humanización de la Salud

Religiosos Camilos



Centro de Humanización de la Salud
Religiosos Camilos

Ha sido un placer

¡Gracias!

stelamar75@yahoo.es

Estela Márquez