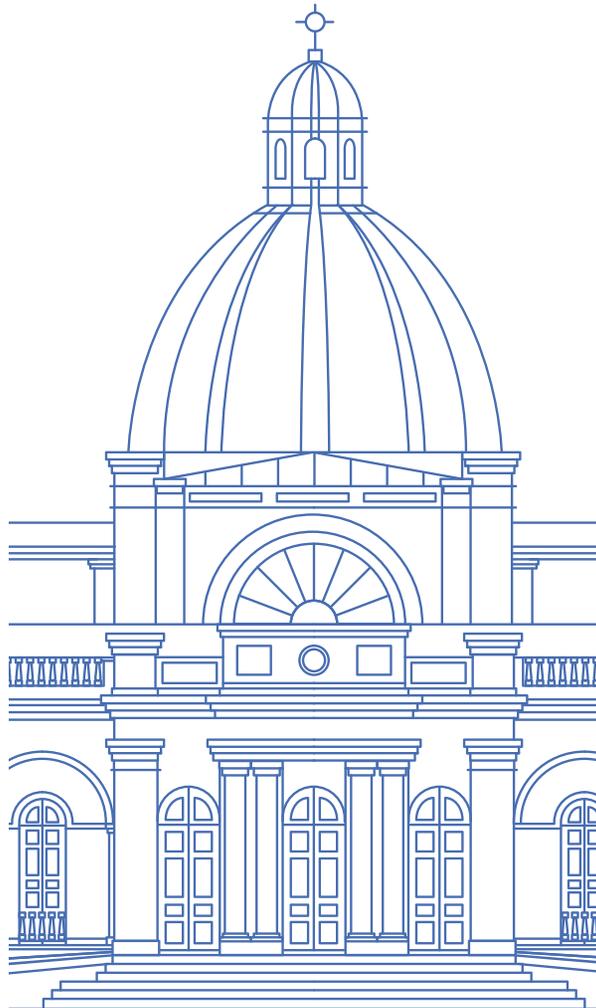




Unidad de Memoria Hospital del Salvador

225753560

Avenida Salvador #486, Providencia, Santiago



Estrategias de comunicación efectiva en personas con demencia

Unidad de Memoria Hospital del Salvador



A medida que la enfermedad avanza, las dificultades para expresarse y comprender la información serán más limitantes para la persona con demencia, por esta razón el cuidador, cuidadora y/o familiar debe esforzarse al máximo para poder entender lo que la persona con demencia trata de decir, ya que, si esta percibe que nadie le puede entender, aumentarán sus problemas de comportamiento.

Se deben conocer no sólo los principios de una buena comunicación, sino cómo debe realizarse una interacción eficaz con las personas con demencia, por lo que se deberá tener un cuidado especial en la relación entre el cuidador, cuidadora y/o familiar y la persona al cuidado. Es preciso fomentar sus habilidades sociales, hablarles normalmente, lo que significa evitar infantilizar aquello que se habla, ya que estamos tratando con adultos con historias y experiencias de vida. Considerando todo lo anterior, es fundamental estimular en lo posible la capacidad de comunicación y sociabilización de la persona con demencia, para así retrasar el avance de la enfermedad y la pérdida que se da de manera progresiva en la comunicación.



Decir su nombre

Utilizar los nombres de la persona para lograr su atención.

Ejemplo: «¡Buenos días, Carlos!», «¿Se encuentra bien hoy?», «Bien, Carlos. Hoy saldremos a dar un paseo».

Ir junto con lo que dice la persona

Esperar que la persona con demencia termine su discurso y prestar atención a lo que dice.

Ejemplo: la persona con demencia menciona: «Ayer mi nieta vino a visitarme al medio día y me trajo helado». El cuidador o cuidadora escucha atentamente y responde: «¡Qué bueno! Entonces comieron helado juntas».

Mostrar lo que se quiere decir

Señalar o hacer la acción de lo que se quiera informar, es decir, comunicar de modo visual.

Ejemplo: si la persona con demencia dice que quiere comer un yoghurt y pretende comerlo con un tenedor, es deber del cuidador o cuidadora tomar una cuchara e indicarle: «El yoghurt se come con cuchara», mientras señala la cuchara y el yoghurt.

Ofrecer tranquilidad verbal

Se recomienda hablar de manera tranquila y mantener una intensidad y velocidad de habla adecuada, sin exagerar en ambas.

Ejemplo: el cuidador o cuidadora le habla a la persona de forma calmada y le proporciona información sobre la hora del día y su ubicación espacial en todo momento, esto en pos de que la persona con demencia no se sienta perdida. «Son las 12 del día, ya es casi la hora de almorzar».



Establecer y mantener contacto visual

Es primordial mirar a los ojos a la persona con demencia para así insertarse en su campo visual.

Ejemplo: si la persona con demencia se encuentra sentada en una habitación donde el cuidador o cuidadora se aproxima para interactuar comunicativamente con ella, al momento de sentarse a su lado, lo que corresponde es primero buscar la mirada del interlocutor.

Sonreír

Se sugiere demostrar empatía con el usuario a través de la sonrisa.

Ejemplo: en la hora de los medicamentos de la persona con demencia, el cuidador o cuidadora se acerca y le dice: «Ya son las seis, así que le traje agua para que pueda tomar sus medicamentos», mientras sonríe para que la persona con demencia reciba el mensaje en confianza.

Mostrar empatía

La buena comunicación implica ser capaces de percibir o inferir los sentimientos o el estado emocional de otras personas.

Ejemplo: en una conversación, la persona con demencia trata de decir algo, pero no recuerda la palabra. En vez de apurar su respuesta, el cuidador o cuidadora debe fomentar la tranquilidad y otorgar calma a la persona con demencia para evitar que se frustre.

Utilizar declaraciones positivas y biográficas

Se recomienda siempre comunicar de modo positivo.

Ejemplo: Ofrecer un cumplido como: «Hoy le queda mejor esa corbata» o motivar a la persona a recordar una anécdota: «¿Se casó utilizando una corbata parecida?».

Hablar sobre temas de conversación significativos

Se aconseja hablar sobre temas de interés para la persona con demencia, al hacerlo se posibilitará la atención en el acto comunicativo y se facilitará la comprensión y exposición del discurso.

Ejemplo: al momento de establecer una conversación, se abordan temas sobre su vida pasada o se relata un acto significativo para la persona con demencia, por ejemplo, su familia: «¿Te acuerdas cuando te casaste con tu esposa?» o «¿Te acuerdas del nacimiento de tu primer hijo José?».

Reconocer los cambios de micro conducta

Como cuidador/a de una persona con demencia, es primordial tomar atención a los gestos o intentos de comunicación que ellos presenten de forma no verbal, así se podrá reconocer eficazmente las necesidades o el mensaje que se quiera expresar.

Ejemplo: la persona con demencia eleva la comisura labial cuando ve una manzana mientras aparta la vista con el ceño fruncido, un gesto que demuestra disgusto y que significa que no le apetece el alimento.

