

# CÓMO ABORDAR LOS TRASTORNOS DE MEMORIA

## DE LA PERSONA QUE CUIDO

### 1. Repetición de preguntas

En el fondo de este comportamiento está la falta de memoria producida por la enfermedad y se potencia por preocupaciones, ansiedad e inseguridad. No es consciente de haber hecho la pregunta varias veces ni recuerda la respuesta que ha recibido.

#### Estrategias recomendadas .....

- ▶ Tranquilizar a la persona afectada o contestar a la misma pregunta varias veces, evitando ignorarle o intentar razonar.
- ▶ Intentar hablar con voz tranquila y frases cortas.
- ▶ Distraer su atención cambiando de conversación y/o llevándole a otro sitio, poniendo música que le guste, etc.
- ▶ No decirle con mucho tiempo las citas médicas, cumpleaños u otro tipo de acontecimientos.
- ▶ Responder en términos de actividad o en relación a hechos bien conocidos por él. Por ejemplo, “¿Qué hora es? Hora de comer”.
- ▶ Intentar ayudarles a que encuentren la respuesta, por ejemplo: “¿qué hora es?, vamos a mirar el reloj”.
- ▶ Facilitar la orientación mediante calendarios, relojes, carteles..., ya que muchas preguntas se relacionan con la desorientación en el tiempo y el espacio.

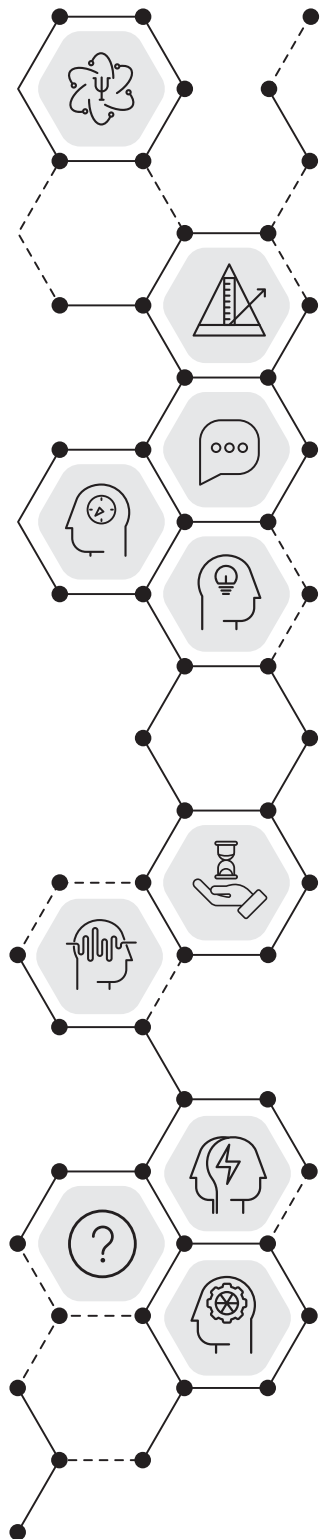
### 2. Pérdida y ocultación de objetos

La pérdida de memoria hace que la persona enferma muchas veces deje cosas en lugares que luego no recuerda. Igualmente pasa con objetos de valor que guarda o esconde.

Si se añade que algunas personas con demencia se vuelven suspicaces, se pueden crear conflictos porque cuando los objetos no aparecen piensan que alguien los ha robado, y generalmente recae la culpa en algún familiar o en la persona que le cuida.

#### Estrategias recomendadas .....

- ▶ Mantener el orden en la casa, ya que así es más fácil relacionar cada cosa con un lugar concreto. Un sitio para cada cosa y cada cosa en su sitio.
- ▶ Disponer de un lugar en el que dejar siempre llaves, gafas, monedero, etc.



- ▶ Disponer de copias de seguridad de llaves y recambios de cosas importantes que se puedan perder.
- ▶ Cerrar con llave determinados armarios o habitaciones para limitar su campo de acción.
- ▶ No dejar mucho dinero en casa.
- ▶ Hacer que resalten los objetos pequeños que se pueden perder. Por ejemplo, colocar llaveros grandes y vistosos que destaquen mucho.
- ▶ Intentar descubrir si el paciente tiene un lugar favorito para esconder las cosas.
- ▶ Evitar que tenga fácil acceso a joyas, documentos y objetos de valor, a fin de que no los pierda, los esconda o incluso los rompa.
- ▶ Evitar que lleve encima mucho dinero u objetos de valor, como joyas (éstas se pueden sustituir por bisutería por si se pierden).
- ▶ Comprobar el contenido antes de vaciar la papelera.
- ▶ Es mejor aceptar que algo se ha perdido y buscarlo con el paciente que entablar una discusión.
- ▶ Si plantea el robo, valorar si la sospecha puede tener o no algún fundamento.

### 3. Gastos excesivos

Pueden darse situaciones de gastos excesivos por compras inadecuadas o repetitivas, retiradas de dinero por no recordar que ya se ha sacado o dónde se guarda, pérdida de dinero en casa o en la calle, dificultades de cálculo...

#### Estrategias recomendadas .....

- ▶ Evitar infantilizar a la persona con demencia. Permitir que maneje cierta parte de los temas económicos, en la medida que no resulte un riesgo.
- ▶ Llegar a acuerdos en fases iniciales, cuando la persona que recibe el cuidado aún puede entender, antes de optar a otro tipo de protección legal como la inhabilitación o incapacitación. Se puede poner un límite diario a la tarjeta o estar en sus cuentas en forma de consultor para conocer los movimientos de dinero.
- ▶ Dejar que disponga de una cantidad razonable de dinero de bolsillo.
- ▶ Intentar que vaya con alguien a comprar y que no pueda acceder a comprar por Internet.
- ▶ Explicar la situación a comerciantes de la zona o personal del banco para involucrarles en el control.
- ▶ Si necesita información sobre la protección económica de la persona enferma consultar con el equipo sanitario de referencia.