

Comportamientos comunes de la demencia

Puede ser habitual que las personas con demencia exhiban cambios de comportamiento. A menudo su conducta es su forma de comunicarse y un intento de expresar malestar por algún motivo. Identifique los primeros signos o las causas del comportamiento (es decir, los desencadenantes). Al identificar los desencadenantes podrá abordar el comportamiento antes de que se agrave. No ignore el problema. No hacer nada puede empeorar las cosas.

Causas o desencadenantes comunes

- Dolor, depresión, miedo o estrés
- Necesidades no satisfechas, como hambre o sed
- Falta de sueño o de descanso
- Estreñimiento
- Ropa interior sucia
- Cambio repentino de lugar, rutina o persona
- Aburrimiento
- Efecto de medicamentos
- Infección de orina
- Sentimiento de pérdida: la persona puede extrañar la libertad de conducir o la compañía de su cónyuge fallecido
- Ruido, confusión o demasiada gente
- Sentirse presionado por otros a hacer algo, como bañarse
- Que alguien le pida que recuerde algo
- Sentirse solo y no tener suficiente contacto con otras personas

Comportamientos comunes

- **Agitación:** caminar de un lado a otro, estar inquieto, gritar
- **Agresión:** discusiones verbales, amenazar a los demás, dañarse físicamente a sí mismo o a terceros
- **Alucinaciones:** ver, escuchar, oler, saborear o sentir algo que no existe
- **Delirio:** creer que algo es cierto cuando no lo es
- **Paranoia:** creer que los demás les roban o les mienten, afirmar que los demás “me persiguen”
- **Rebuscar u ocultar objetos:** buscar objetos extraviados, acumular objetos para “guardarlos”, clasificar objetos, cambiarlos de lugar
- **Rehusarse a hacer una tarea:** rehusarse a mantener su higiene, a comer, a tomar medicamentos, etc.
- **Síndrome vespertino:** inquietud, irritabilidad o confusión a última hora de la tarde o primera de la noche

Cómo responder a estos comportamientos

- Practique la comunicación compasiva validando los sentimientos que subyacen a lo que la persona está diciendo, aunque sean imaginaciones
- Recorra al humor siempre que pueda para que la actividad sea lo más agradable y cómoda posible



Comportamientos comunes de la demencia

- Permita que la persona mantenga el mayor control posible sobre su vida; ayúdela a completar la tarea pero sin hacerlo por ella
- Cree una rutina diaria para que la persona sepa cuándo van a suceder ciertas cosas
- Combine momentos de tranquilidad con actividades a lo largo del día
- Mantenga cerca objetos y fotografías de familiares para que la persona se sienta más segura
- Ponga música relajante, lean un buen libro o salgan de paseo
- Asegúrele a la persona que está a salvo y que usted está ahí para ayudar
- Reduzca el ruido, el desorden o el número de personas en la sala
- Limite la cantidad de cafeína, azúcar y “comida basura” que la persona toma
- Busque en la casa para descubrir dónde puede esconder las cosas
- Prenda las luces y cierre las cortinas o persianas antes del anochecer para minimizar las sombras
- Pregunte al médico si la persona necesita medicamentos para reducir o prevenir la agitación o la agresividad

Cómo gestionar estos comportamientos

Hable con el médico de la persona si observa alguno de estos cambios de comportamiento. Las infecciones pueden ser frecuentes y causar síntomas psiquiátricos o comportamientos agresivos. Si no se tratan, pueden suponer un riesgo para la salud. Un médico puede hacerle un examen para encontrar cualquier problema que pueda causar cambios de comportamiento repentinos. Ciertos síntomas conductuales pueden tratarse con medicamentos. Ahora bien, antes de recurrir a los medicamentos para controlar síntomas conductuales es preferible adoptar cambios ambientales. Es probable que las personas con enfermedad de Alzheimer necesiten ayuda para tomar medicamentos.

Cuando la persona tenga un comportamiento agresivo, protéjase a sí mismo y a los demás. Si es necesario, mantenga una distancia prudencial con la persona hasta que el comportamiento cese. Intente también evitar que la persona se haga daño.

Recursos útiles

UCLA Alzheimer's and Dementia Care Program: dementia.uclahealth.org

Family Caregiver Alliance: caregiver.org/fca-videos

Actualizado 20.2.2025



alzsd.org
858.492.4400

 Alzheimer's
SAN DIEGO

   
@AlzheimersSD