



**Colegio Oficial
de Psicología
Castilla y León**

**C/Divina Pastora 6 y 8
983 210 329**

**Entreplanta
www.copcyl.es**

**VALLADOLID
copcyl@cop.es**

GRUPO DE TRABAJO DE PSICOLOGÍA DEL ENVEJECIMIENTO

“PROBLEMAS DE CONDUCTA EN ALZHEIMER”

**DIRIGIDO A: CUIDADORES FAMILIARES
Y A POBLACIÓN GENERAL**





“PROBLEMAS DE CONDUCTA EN ALZHEIMER”

La conducta de la persona con Alzheimer se convierte en **PROBLEMA** cuando se presenta:

- Por **EXCESO** Ejemplo: Deambulación, agitación...
- Por **DEFECTO** Ejemplo: Negativismo (bañarse, comer, hablar...)
- Como un **riesgo o peligro** para las personas Ejemplo: Agresividad, extravió...
- **Socialmente inaceptable** Ejemplo: Desinhibición sexual

HAY QUE VALORAR SI LA CONDUCTA ESTÁ EN RELACIÓN CON	¿QUÉ HACER?
EFFECTOS SECUNDARIOS A MEDICAMENTOS	INFORMAR AL MÉDICO
DÉFICITS SENSORIALES: OÍDO, VISTA...	REVISIONES PERIÓDICAS
ENFERMEDAD/DOLOR (Ej. fiebre, infección...)	ACUDIR AL MÉDICO
ESPACIOS DESORDENADOS/DESORGANIZACIÓN	ORDENAR POR CRITERIOS QUE FACILITEN Ej. si se empieza a vestirse por arriba poner camisetas en primer cajón ESTABLECER RUTINAS
SOBREESTIMULACIÓN: RUIDOS, ILUMINACIÓN, ESPEJOS	REGULAR Y/O ELIMINAR
INCOMODIDAD	ACOMODAR
TAREAS Y ACTIVIDADES QUE LES RESULTEN COMPLEJAS	SECUENCIAR EN PEQUEÑOS PASOS
INACTIVIDAD, ABURRIMIENTO	IMPLICAR EN ACTIVIDADES AGRADABLES
LUGARES NO RECONOCIDOS O NUEVOS	EXPLICAR, TRANQUILIZAR
INCAPACIDAD DE COMUNICARSE DE FORMA EFICAZ	USAR APOYOS Ej. gestos, carteles, reloj, calendario...



“PROBLEMAS DE CONDUCTA EN ALZHEIMER”

1. DEAMBULACIÓN O VAGABUNDEO

Caminar sin rumbo

Se dirige hacia un lugar familiar o propio de una etapa anterior de la vida

Hay que tener cuidado porque aparece el riesgo de que tenga un accidente o se pierda

¿QUÉ HACER?	¿QUÉ NO HACER?
Activar y que desgaste energía Ej. Dar paseos Distraerle haciéndole alguna pregunta	Sobreactivar y sobreestimar
Involucrar en alguna actividad Ej. Doblar ropa	Sobrecargar con actividades
Orientar a la realidad (indicar dónde está) Mantener rutinas y entornos	Cambiar sus rutinas
Estar a su lado si la causa es que no quiere estar solo	Agotarse. Hay que recurrir a la ayuda de otras personas
Tener entornos seguros y adaptaciones	Permitir que tropiece con alfombras y se de con los muebles
Evitar que se encuentre solo Buscar un acompañante	Tener ansiedad cuando no está con nosotros-as
Informar a familiares y conocidos si hay riesgo de extravío para que si sucede lo acompañen al domicilio	Regañarle cuando se extravía
Orientar a través de carteles y señales	Poner carteles y señales que la persona no entiende ni identifica
Utilizar seguros y candados en las puertas para que no se escape	Encerrarle y dejarle solo
Estar identificado utilizando una placa o pulsera que lleve inscrito su enfermedad, su nombre y apellidos, número de teléfono y dirección por si se pierde. Utilizar la pulsera para deambulantes que es parecida a la teleasistencia pero con geolocalizador	Que unas veces vaya identificado y otras veces no o que salga sin identificación solo



“PROBLEMAS DE CONDUCTA EN ALZHEIMER”

2. PERSEVERACIÓN

Repetición de palabras, preguntas, actividades...

¿QUÉ HACER?	¿QUÉ NO HACER?
Reconduzca su atención para que haga otra actividad Darle a hacer algo con las manos Ej. Doblar la ropa	Regañarle o enfadarse
Decirle con poca anticipación lo que tiene que hacer	Decirle lo que no tiene que hacer (Mejor decirle qué tiene que hacer)
Responder con frases sencillas y breves Utilizar un tono de voz adecuado Hablarle despacio	Decirle que acaba de hacerlo (No lo puede recordar y eso puede causarle angustia)
Utilizar apoyos (calendario, reloj, cartel...) Ejemplo: Poner en un lugar visible un cartel en el que se indique que la cena es a las 8 de la tarde	Sobreestimularle poner demasiados carteles
Abrazarle y cogerle cariñosamente del brazo para interrumpirle mientras se le habla suavemente agradeciéndole aquello que está realizando y ofreciéndole hacer otra tarea o hablar de otros temas de conversación	Mostrar nerviosismo
Premiar las conductas alternativas	Quejarse y contárselo a otra persona como si no estuviera delante
Decirle: “No te preocupes, yo me encargo de eso”	Pedir la explicación de por qué lo hace (puede no saber la respuesta)
Dejarle escrita la respuesta	Ignorarlo. Hay que responder con paciencia varias veces a su pregunta



“PROBLEMAS DE CONDUCTA EN ALZHEIMER”

3. AGITACIÓN

Actividad motora excesiva. Inquietud. Excitación.

Ejemplo: incapacidad de permanecer sentado

¿QUÉ HACER?	¿QUÉ NO HACER?
Reduzca ruidos y distracciones. Relajar	Excitar, sobreestimar, activar Dar excitantes (café, té, colas)
Apartarle de la situación y/o lugar que provoca esa reacción	Enfrentarse y discutir
Reaccione con calma Evite discusiones y enfrentamientos	Alterarse y gritar
Con un tono de voz adecuado preguntar si le puede ayudar	Pedir explicaciones (no se las va a poder dar)
Corregir con una explicación sencilla y tranquilizar	Tocarle de manera inesperada o por detrás. Agarrarle Hacer gestos bruscos
Distraerle con alguna actividad Ej. salir a pasear Buscar una tarea que le resulte agradable	Utilizar métodos de sujeción
Comprobar que no tiene ganas de ir al baño o siente incomodidad	Dejarle que permanezca inactivo y/o aburrido
Comprobar que la temperatura del ambiente es adecuada Que no hace demasiado calor ni frío y que haya ventilación	Reforzar esta conducta prestándole atención
Explique y tranquilice si hay algo que le inquiete	Solicitar una tarea que esté fuera de su alcance porque el fracaso ante una actividad que antes realizaba puede generar malestar



“PROBLEMAS DE CONDUCTA EN ALZHEIMER”

4. AGRESIVIDAD verbal o física

Insultar, gritar, empujar, pegar...

¿QUÉ HACER?	¿QUÉ NO HACER?
Dar autonomía porque aumenta la confianza y seguridad	Frustrar cuando desea o hace algo
Evitar los cambios o que estos sean progresivos	Modificar sus rutinas porque eso genera malestar y confusión
Ignorar las conductas agresivas	Reforzar prestando atención a las conductas agresivas
Proponer que haga actividades incompatibles con el comportamiento agresivo Ej. Cuando no quiere comer proponerle que si te ayuda a servir la comida e intentarlo después	Insistir y empeñarse en realizarlo a la fuerza
Cambiar a otra actividad. Distraerle y cambiar su atención	Utilizar métodos de sujeción
Evitar situaciones similares Prevenir que se repita, hacer ejercicio puede calmar	Ponerse nervioso Utilizar la fuerza
Mantener la calma. Hablar despacio con un tono de voz adecuado, por delante y mirándole a los ojos	Agarrarle Hacer gestos bruscos
Empatizar y sonreír	Castigar porque no es un niño-a
SI ESTÁ EN PELIGRO PIDA AYUDA	Permanecer en esa situación



“PROBLEMAS DE CONDUCTA EN ALZHEIMER”

5. NEGATIVISMO o APATÍA

No responder a una petición. Mostrar rechazo.

¿QUÉ HACER?	¿QUÉ NO HACER?
Ayudar a iniciar una actividad y dejarle que luego continúe solo	Estresar y forzar Infantilizar, tratarle como si fuera un niño
Fijarse en lo que hace y felicitar cualquier pequeña tarea o paso que lleve a cabo aunque no termine la actividad	Fijarse en lo que no hace Regañarle
Pedir su colaboración	Hacer comentarios continuos sobre su falta de actividad y criticar por su falta de interés e iniciativa

6. CONFUSIÓN

No reconocer personas, lugares o cosas.

Nombrar a miembros de la familia con otros nombres

Confundirse acerca de dónde está su casa.

Olvidar el uso de objetos comunes...

¿QUÉ HACER?	¿QUÉ NO HACER?
Corrija con una explicación sencilla y tranquilícele	Enfadarse o apenarse
Utilizar fotos u otros apoyos que faciliten su recuerdo Ej. carteles	Darle largas explicaciones y razones
Orientar a la realidad	No insista ni corrija constantemente porque le puede frustrar



“PROBLEMAS DE CONDUCTA EN ALZHEIMER”

7. DESINHIBICIÓN SEXUAL

Exhibicionismo, manipulación de los genitales, proposiciones sexuales inadecuadas, tocamientos, lenguaje obsceno, masturbación pública...

¿QUÉ HACER?	¿QUÉ NO HACER?
Comprobar que la ropa no le aprieta o le incomoda, si quiere ir al baño, que tenga calor...	Ponerle ropa ajustada
Aceptar y asumir que estas conductas ocurren por la enfermedad y normalizarlas nos ayudará	Culparle y juzgarle
Utilizar la distracción. Proponerle que haga otras actividades	Forzarle a que cese en su actividad Discutir y enfrentarse
Dar una explicación breve de que dicho comportamiento no es adecuado en ese momento	Regañarle
Reorientar esa actividad al contexto adecuado. Hacerlo con delicadeza. Ejemplo: la masturbación que se realice en la intimidad de su habitación o en el baño.	Evitar el ridiculizarle o hacerles sentir culpable.



RECUERDA:

- **La persona con Alzheimer no lo hace de manera intencionada ni como algo personal. ES LA ENFERMEDAD LA QUE CAUSA ESTAS SITUACIONES.**

- **Hay que comprender las necesidades del enfermo. Ponerse en su lugar: Probar la comida, comprobar la temperatura del agua...**

- **Cada persona es única. Hay que conocer sus características personales.**

La estrategia que a una persona le sirve a otra no le puede servir. Y puede ser útil en un momento dado y luego ya no.

**Puede consultar a profesionales
de la Psicología**