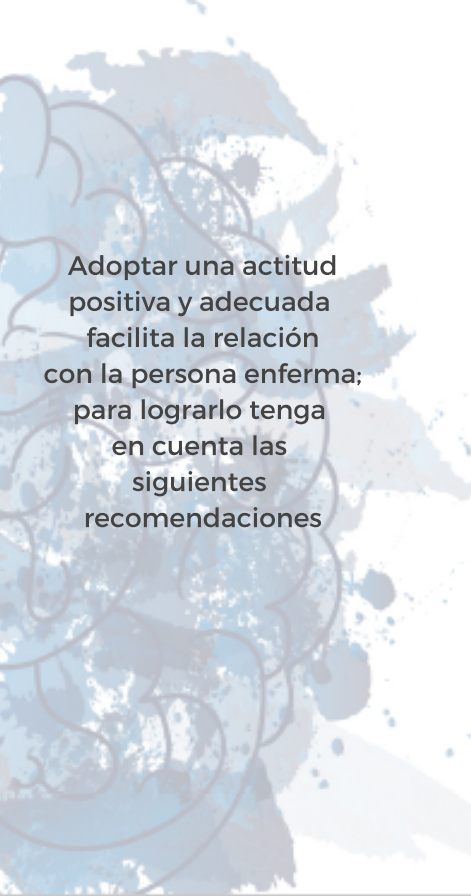


ACTITUD DE LA PERSONA CUIDADORA PARTE 2

NOSOTROS SE LO EXPLICAMOS

cerebroágil



Adoptar una actitud positiva y adecuada facilita la relación con la persona enferma; para lograrlo tenga en cuenta las siguientes recomendaciones



PAUTAS PARA FAMILIARES Y CUIDADORES

- Exprésele sus sentimientos con palabras de afecto, caricias y sonrisas; estimúlele para que también pueda mostrar los suyos (no le agobie o insista para que lo haga).
- Intente entender las emociones y sentimientos de esa persona, para la que tampoco es fácil esta situación y sabe que algo ocurre, que ya no puede hacer las cosas como antes, que algo no funciona en su cabeza, pero no puede entender ni decir lo que está pasando.
- Mantenga su sentido del humor; reírse juntos será beneficioso para ambos.
- Si se altera o agita, mantenga la calma, agárrele con suavidad, proporciónale seguridad con su voz, su gesto y su sonrisa; distráigale y ponga su atención en otra cosa.
- Sea flexible usted tiene que adaptarse a su ritmo y no al revés. Los cambios son imprevisibles, sobre todo en el comportamiento y las medidas o soluciones que funcionaban ayer puede que hoy no funcionen.
- No le cambie su estilo de vida, sólo hágalo más sencillo, más cómodo. La rutina es esencial, ya que les proporciona seguridad. No cambie sus horarios, ni sus hábitos, ni sus cosas de sitio (aunque las cambie, vuelva a colocarlas en su sitio habitual, le facilitará así el encontrarlas).
- Adapte la casa: buena iluminación, elimine el exceso de ruidos, elimine los muebles u otros elementos decorativos innecesarios y que dificulten su movilidad. Evite que elementos peligrosos estén a su alcance (productos tóxicos, medicinas, gas,...).
- Tome medidas de protección en escaleras, ventanas y balcones...
- Es importante NO eliminar todos sus objetos personales significativos, ya que contribuimos a acelerar el proceso de «despersonalización» y esto no es bueno para estas personas.
- Evite las aglomeraciones, (sobre todo a partir de la tarde-noche).