

EMPEORAMIENTO AL ANOCHECER: SINDROME SUNDOWN

NOSOTROS SE LO EXPLICAMOS

cerebro*agil*.com

Síndrome Sundown:

-Si Los enfermos con demencia frecuentemente empeoran al anochecer. Este fenómeno recibe el nombre de Sundown.

La causa del empeoramiento al anochecer no es bien conocida, aunque se cree que aspectos como la disminución de la luz (que podría afectar a la capacidad de ver con claridad) y el exceso de actividad en la casa a esas horas (lo que aumentaría la confusión y desorientación), pueden ser la causa de su aparición.

Así pues, ambos cambios en el entorno del enfermo podrían provocar desorientación y dar lugar a reacciones catastróficas y a empeoramiento. También puede influir el que el cuidador está más fatigado y transmitir estímulos negativos al enfermo.

Recomendaciones:

- Intentar encontrar las causas (ver si es porque hay poca luz, o mucha gente, o mucho ruido, etc.) y eliminar lo que puede provocar esa situación.
- No plantear situaciones conflictivas al anochecer.
- **No dejarle solo** e intentar tranquilizarlo. Recuerde que su conducta no es deliberada, no lo hace adrede.
- Usted como cuidador, debe organizarse para no estar agotado o excesivamente cansado al anochecer.