



PROVINCIA
AUTONOMA
DI TRENTO
*Assessorato alla Salute
e Politiche sociali*



Alzheimer
Trento *Onlus*

Vademécum sobre el Alzheimer

Indicaciones y sugerencias para vivir
con una persona enferma de Alzheimer
y otros tipos de demencia

Vademecum Alzheimer

Indicazioni e spunti per vivere accanto alla persona
malata di Alzheimer e altri tipi di demenza



ESPAÑOL – ITALIANO
SPAGNOLO – ITALIANO

VADEMÉCUM SOBRE EL ALZHEIMER

Indicaciones y sugerencias para vivir con una
persona enferma de Alzheimer
y otros tipos de demencia

VADEMECUM ALZHEIMER

Indicazioni e spunti per vivere accanto alla persona malata di Alzheimer
e altri tipi di demenza

ESPAÑOL – ITALIANO

SPAGNOLO – ITALIANO

Trento 2016

Vademecum Alzheimer. Indicazioni e spunti per vivere accanto alla persona malata di Alzheimer e altri tipi di demenza

TESTO curato dall'Associazione Alzheimer Trento, in collaborazione con Giorgia Caldini, Federica Manti, Tiziano Gomiero, Paola Taufer e Bruna Bagozzi.

TRADUZIONE IN SPAGNOLO a cura dell'Associazione Alzheimer Trento

ILLUSTRAZIONI ORIGINALI: Deborah Garbari e Lorenzo Dalmonego. Non riproducibili senza l'autorizzazione dell'Associazione Alzheimer Trento.

INTEGRAZIONI E IMPAGINAZIONE: Assessorato alla Salute e Politiche sociali – Servizio Politiche sanitarie e per la non autosufficienza.

Prima edizione: febbraio 2013

Seconda edizione: luglio 2014

Terza edizione (con traduzioni): settembre 2016

Stampato per conto della Casa editrice Provincia autonoma di Trento dal Centro Duplicazioni PAT – Trento



Gracias al empeño de la *Asociación de Alzheimer de Trento*, que ha traducido este valioso Vademécum que se distribuyó en el territorio con gran éxito, hoy podemos divulgarlo en 6 idiomas (inglés, español, francés, ruso, ucraniano y rumano). El objetivo es brindar a las personas que están a cargo de un enfermo de Alzheimer u otra forma de demencia un instrumento simple, práctico, fácilmente utilizable, con contenidos validados, para conocer y enfrentar esta compleja enfermedad. Espero que este opúsculo bilingüe, que se puede llevar en la cartera o la mochila, sea para ustedes, involucrados en esta tarea tan delicada e importante, un valioso instrumento para mejorar su capacidad de ayudar y facilitar la comunicación con el enfermo y su familia.

Luca Zeni

*Asesor de la salud y políticas sociales
Provincia autónoma de Trento*

Grazie all'impegno dell'*Associazione Alzheimer Trento*, che ha tradotto questo prezioso Vademecum, già distribuito sul territorio con grande successo, siamo oggi in grado di divulgarlo in 6 lingue (inglese, spagnolo, francese, russo, ucraino e rumeno). L'obiettivo è quello di dare alle persone che prestano cura all'anziano con problemi di Alzheimer o altre forme di demenza uno strumento semplice, pratico, facilmente utilizzabile, validato nei contenuti per conoscere e affrontare questa complessa malattia. Questo opuscolo bilingue, che può essere messo in borsetta o nello zaino, spero che diventi per voi, che svolgete questo delicato e importante compito, uno strumento prezioso per migliorare la vostra capacità di aiuto e facilitare la comunicazione con la persona malata e la sua famiglia.

Luca Zeni

*Assessore alla salute e politiche sociali
Provincia autonoma di Trento*



El Vademécum - Indicaciones y sugerencias para vivir junto a una persona enferma de Alzheimer ha sido realizado por nuestra Asociación en el

año 2013 con la finalidad de ayudar a los familiares a enfrentar los primeros pasos de la enfermedad que son ciertamente arduos. Es el fruto de las experiencias directas e importantes de quienes tienen un familiar que sufre de demencia y de operadores que están en contacto directo con estos enfermos.

El Vademécum, específico para la enfermedad de Alzheimer, es una indicación válida también para otros tipos de demencia. Con el transcurrir de los años, gracias al contacto con los familiares, hemos podido constatar que gran parte de ellos son asistidos por personas que llegan de otros países y que la mayor dificultad en la relación interpersonal es el desconocimiento de nuestro idioma.

Por este motivo, hemos decidido difundir este Vademécum en la versión multilingüe para nuestras "badanti" (cuidadoras) para facilitar su tarea y poder ofrecerles instrumentos útiles para conocer la enfermedad y sostener a los enfermos con mayor competencia

Asociación de Alzheimer de Trento

Il Vademecum, indicazioni e spunti per vivere accanto alla persona malata di Alzheimer, è stato realizzato dalla nostra Associazione nel 2013 per aiutare i familiari ad affrontare i primi faticosi passi nella malattia di Alzheimer. È il frutto delle esperienze dirette e rilevanti di chi ha un familiare affetto da demenza e di tutti quelli che si trovano a contatto giornaliero con questi malati.

Il Vademecum, specifico per la malattia di Alzheimer, è una valida indicazione anche per gli altri tipi di demenza.

Nel corso degli anni, grazie ai contatti significativi con i familiari, abbiamo potuto constatare che gran parte di loro sono aiutati da persone che arrivano da altri Stati e la maggior difficoltà riscontrata nella relazione interpersonale è la non conoscenza della nostra lingua.

Per questo abbiamo deciso di diffondere questo *Vademecum* nella versione multilingue per le nostre "badanti", per agevolare il loro prezioso operato e poter offrire loro uno strumento utile per conoscere la malattia e accudire con maggiore competenza i malati di Alzheimer.

Associazione Alzheimer Trento

ÍNDICE

LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Enfermedad de Alzheimer	6
Memoria	8
Apraxia	10
Atención	11
Indicaciones	12

FICHAS

Acciones repetitivas y hoarding	17
Agitación	18
Agresividad	20
Alucinaciones y delirios	22
Alteración sueño-vigilia	24
Vagabundeo	26
Comportamiento sexual inapropiado	28
Comunicación	30
Alimentación	32
Disfagia	34
Aseo personal	36
Ambiente doméstico	39
Propuesta de actividades	40

Registro provincial de asistentes familiares	00
---	-----------

Direcciones útiles	00
---------------------------	-----------

SOMMARIO

LA MALATTIA DI ALZHEIMER

Malattia di Alzheimer	6
Memoria	8
Aprassia	10
Attenzione	11
Indicazioni	12

SCHEDA

Affaccendamento e hoarding	17
Agitazione	18
Aggressività	20
Allucinazioni e deliri	22
Alterazione sonno veglia	24
Vagabondaggio	26
Comport. sessuale inadeguato	28
Comunicazione	30
Alimentazione	32
Disfagia	34
Cura di sé	36
Ambiente domestico	39
Attività da proporre	40

Registro provinciale delle/degli assistenti familiari	42
--	-----------

Indirizzi utili	43
------------------------	-----------

ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

MALATTIA DI ALZHEIMER

SÍNTOMAS

Dado que hay una gran variedad de síntomas que varían entre las diferentes personas, examinaremos los principales:

cognitivos

- déficit de la memoria
- desorientación en el tiempo y el espacio
- afasia
- alexia
- agrafia
- déficit del razonamiento abstracto
- déficit de la lógica
- déficit de juicio
- acalculia
- agnosia
- déficit visoespacial

no cognitivos

- psicosis (delirios, alucinaciones)
- alteraciones del estado de ánimo (depresión, euforia, etc.)
- ansiedad
- síntomas neurovegetativos (trastornos del sueño, alteraciones del apetito, etc.)
- trastornos de la actividad psico-motora (vagabundeo, acciones repetitivas, etc.)
- agitación
- alteraciones de la personalidad (apatía...)

SINTOMI

Premesso che c'è un'importante varietà di sintomi da persona a persona esaminiamo quelli principali:

cognitivi

- deficit della memoria
- disorientamento nel tempo e nello spazio
- afasia
- alessia
- agrafia
- deficit del ragionamento astratto
- deficit della logica
- deficit di giudizio
- acalculia
- agnosia
- deficit visuospatiali

non cognitivi

- psicosi (deliri, allucinazioni...)
- alterazioni dell'umore (es. depressione, euforia...)
- ansia
- sintomi neurovegetativi (es. turbe del sonno, alterazioni dell'appetito...)
- disturbi dell'attività psicomotoria (es. vagabondaggio, affaccendamento...)
- agitazione
- alterazioni della personalità (apatia...)

EVOLUCIÓN

La historia natural de la enfermedad varía mucho entre las personas. Existen modificaciones importantes en el cuadro clínico, con mutaciones de las funciones cognitivas y del comportamiento y, en consecuencia, la subdivisión en estadios clínicos no se debe asumir con demasiada rigidez.

De todos modos, se puede distinguir una fase prodrómica con síntomas imprecisos que, con frecuencia, no se distinguen de los síntomas de un normal deterioro debido a la edad. Luego se manifiestan signos cognitivos y de comportamiento, hasta un compromiso funcional.

La evolución de la enfermedad abarca 8-10 años, pero naturalmente, también este es un dato teórico dada la mencionada variación de la enfermedad.

PEQUEÑO GLOSARIO

Afasia Pérdida total o parcial de la capacidad de expresar o comprender las palabras

Agnosia Incapacidad de reconocer objetos

Agrafia Pérdida total o parcial de la capacidad de escribir

Alexia Pérdida total o parcial de la capacidad de leer

Apraxia Incapacidad de realizar movimientos voluntarios

EVOLUZIONE

La storia naturale della malattia è molto variabile da persona a persona. Ci sono importanti modificazioni del quadro clinico, con modificazioni delle prestazioni cognitive, degli atteggiamenti comportamentali e quindi anche la suddivisione in stadi clinici non deve essere assunta con troppa rigidità.

Si usano comunque distinguere una fase prodromica con sintomi sfumati e spesso non distinguibili da quelli di un normale decadimento legato all'età; si manifestano poi segni cognitivi e comportamentali, fino ad una compromissione funzionale.

L'evoluzione della malattia si compie in 8-10 anni, ma, naturalmente, anche questo è un dato teorico, vista la già sottolineata variabilità della malattia.

PICCOLO GLOSSARIO

Afasia Perdita totale o parziale della capacità di esprimere o comprendere le parole

Agnosia Incapacità a riconoscere gli oggetti

Agrafia Perdita totale o parziale della capacità di scrittura

Alessia Perdita parziale o totale della capacità di lettura

Aprassia Incapacità di eseguire i movimenti voluti

MEMORIA

Es una función cerebral que nos permite almacenar las informaciones que recibimos del ambiente exterior. Según el tipo de información recibida, esta quedará impresa en nuestra memoria durante más o menos tiempo.

Memoria a corto plazo: permanece solo durante pocos segundos

Memoria a largo plazo: es la que conserva las informaciones durante más tiempo. Se divide en:

semántica: significado de las palabras

procedimental: gestos y actividades en secuencia (por ejemplo, conducir, vestirse, etc.)

autobiográfica: eventos que se refieren a la propia vida

prospectiva: organización de eventos en el futuro (por ejemplo, «Vístete que saldremos en media hora »)

tiempo/espacio: secuencia de eventos, orientación en el tiempo y en los lugares.

El enfermo de Alzheimer tiene la memoria muy comprometida (se habla de amnesia) y también la capacidad de almacenar informaciones nuevas; inicialmente los recuerdos del pasado se conservan bien, al contrario de lo que sucede con los sucesos más recientes, pero con el paso del tiempo, se pueden producir transformaciones en cuanto la persona tiende a mezclar los eventos.

MEMORIA

È una funzione cerebrale che ci permette di immagazzinare le informazioni che riceviamo dall'ambiente esterno. A seconda del tipo di informazione che riceviamo, questa rimarrà impressa nella nostra memoria più o meno a lungo nel tempo.

Memoria a breve termine: rimane solo per pochi secondi.

Memoria a lungo termine: quella che conserva le informazioni per più tempo. Si divide in:

semantica: significato delle parole...

procedurale: gesti ed attività in sequenza (es: guidare, vestirsi ...)

autobiografica: eventi che riguardano la propria vita

prospettica: organizzazione eventi nel futuro (es. «Vestiti, che tra mezz'ora usciamo», ...)

tempo/spazio: consequenzialità eventi, orientamento nel tempo e nei luoghi.

Nel malato di Alzheimer la memoria è fortemente compromessa (si parla di amnesia) ed insieme ad essa la capacità di immagazzinare informazioni nuove; inizialmente i ricordi del passato sono ben conservati, al contrario degli avvenimenti più recenti, ma, col passare del tempo possono subire delle trasformazioni, in quanto la persona tende a mescolare gli eventi.



QUÉ COSAS PUEDEN AYUDAR:

- Prueba utilizar recordatorios, notas, apuntes, listas de las actividades diarias
- Si resulta útil, coloca a la vista relojes y calendarios
- Intenta estimular a la persona para que recuerde eventos pasados personales
- No pierdas la paciencia ante las preguntas repetitivas, puedes tranquilizarla incluso sin responder sus preguntas
- No reprendas a la persona si habla sobre eventos en modo errado o si se encuentra ante las dificultades mencionadas
- Prueba utilizar fotos

COSA PUÒ AIUTARE:

- Prova ad utilizzare promemoria, note, appunti, elenchi delle attività giornaliere
- Metti in vista orologi e calendari se risulta utile
- Cerca di stimolare la persona a ricordare eventi passati personali
- Non spazientirti davanti alle domande ripetitive, puoi rassicurare la persona anche senza rispondere direttamente al quesito
- Non riprendere la persona se riporta eventi in modo errato o se si trova di fronte alle difficoltà già citate
- Prova ad utilizzare delle fotografie

APRAXIA

Incapacidad de realizar movimientos voluntarios

La persona tiene dificultad para realizar movimientos, por ejemplo, comer, porque no recuerda la secuencia de las acciones a seguir para hacerlos (por ejemplo, tomar los cubiertos con la mano, agarrar la comida, llevarla a la boca, etc.). Por lo tanto, es posible que revuelva continuamente en el plato y que no se lleve los alimentos a la boca.

QUÉ COSAS PUEDEN AYUDAR:

- Mientras sea posible, bríndale indicaciones verbales y pequeñas ayudas (por ejemplo, prepara el cubierto con el bocado insertado en el plato)
- Sugierele la acción, colócale el cubierto en la mano
- Come frente al enfermo para que te pueda imitar
- Presta atención a las distracciones ambientales (movimiento de gente, ruidos, etc.) y trata de que haya solo lo esencial sobre la mesa para no crear más confusión
- Si se debiera prescindir del uso de los cubiertos, propone comidas que se puedan comer con las manos (por ejemplo, pizza, papas fritas, salchichas, croquetas, etc.) y ¡olvidate de los modales!
- Presta atención a los colores. Trata de que haya un contraste entre el mantel y el plato, y entre el plato y la comida (por ejemplo, mantel blanco y platos verdes)
- Dale prioridad a los cubiertos y platos “cómodos” con los que se pueda agarrar la comida más fácilmente (por ejemplo, platos con el borde alto, tazones, cucharas, etc.)

APRASSIA

Incapacità di eseguire i movimenti voluti

La persona fa fatica a compiere dei movimenti, per es. a mangiare, perché non ricorda la sequenza di gesti da compiere per farlo (es. impugnare la posata, prendere il cibo, portarlo alla bocca, ecc.). Può succedere quindi che rimesti continuamente nel piatto e che non si porti le cose alla bocca.

COSA PUÒ AIUTARE:

- Finché possibile fornisci indicazioni verbali e piccoli aiuti (es. prepara la posata inserita nel piatto)
- Suggestisci l'azione, mettile la posata in mano
- Mangia di fronte a lui/lei in modo da permettergli/le di imitarti
- Attenzione alle distrazioni ambientali (andirivieni, rumori, ecc.) e fai in modo che ci sia solo l'essenziale sul tavolo in modo da non creare ulteriore confusione
- Se venisse a mancare l'uso della posata, proponi cibi che si possano mangiare con le mani (es. pizza, patatine, würstel, crocchette, ecc.) e dimenticati del galateo!
- Stai attento ai colori, fai in modo che ci sia contrasto tra la tovaglia e il piatto e tra il piatto stesso e il cibo (es. tovaglia bianca e piatti verdi)
- Prediligi posate e piatti “comodi” che rendano più facile prendere il cibo (es. piatti con il bordo alto, ciotole, cucchiaini, ecc.)

ATENCIÓN

Es una función cerebral múltiple, con mecanismos muy diversos involucrados. Nos permite filtrar, seleccionar o ignorar todos los estímulos que llegan a nuestros órganos sensoriales, y también nos permite concentrarnos en lo que queremos hacer o pasar de una tarea a la otra.

Este “filtro” se daña cuando una persona se enferma de Alzheimer; por lo tanto, mantener un buen nivel de atención puede ser extremadamente difícil sobre todo para algunas tareas (por ejemplo, inhibir informaciones no relevantes).

QUÉ COSAS PUEDEN AYUDAR:

- Intenta no crear confusión alrededor del enfermo y presta atención para seleccionar los estímulos que llegan del ambiente (sonidos, personas, ruidos, etc.)
- Evita pedirle más de una cosa a la vez y también darle demasiada información al mismo tiempo
- Evita el apuro, respeta con calma y paciencia los tiempos de la persona

¡Atención a los fumadores!

ATTENZIONE

È una funzione cerebrale molteplice, con meccanismi molto diversi che sono implicati. Ci permette di filtrare, selezionare o ignorare tutti gli stimoli che arrivano ai nostri organi di senso, permettendoci di concentrarci su ciò che intendiamo fare o di passare da un compito all'altro.

Questo “filtro” si danneggia quando una persona si ammala di Alzheimer; quindi riuscire a mantenere un buon livello di attenzione può diventare estremamente difficile soprattutto per alcuni compiti (ad esempio inibire le informazioni non rilevanti).

COSA PUÒ AIUTARE:

- Cerca di evitare di creare confusione intorno a lui e presta attenzione, selezionando gli stimoli che arrivano dall'ambiente (suoni, persone, rumori ...)
- Evita di chiedergli più di una cosa alla volta, ma anche di dargli troppe informazioni contemporaneamente
- Non avere fretta, rispetta con calma e pazienza i tempi della persona

Attenzione ai fumatori!



INDICACIONES sobre competencias comunicativas que facilitan la relación interpersonal entre el cuidador y el enfermo de Alzheimer

Vivir con una persona enferma de Alzheimer seguramente produce un fuerte impacto emocional en todos.

Instaurar una relación significativa ayuda a crecer en humanidad y muchas veces, en las situaciones que se presentan, se sufre al constatar los propios límites.

Para estar a cargo de una persona enferma de Alzheimer se requiere respeto, atención, comprensión y competencia respecto de la situación que está viviendo, sin que se sienta juzgada.

Estas atenciones enriquecen la relación cotidiana tanto para el enfermo como para su cuidador.

Es útil conocer la historia del enfermo y compartir con él las propias experiencias para favorecer el conocimiento mutuo. Cuando se comienza a trabajar para una familia en la cual hay una persona con demencia, es fundamental comprender cuáles son las rutinas del enfermo y prestar mucha atención también a los hábitos alimentarios: los gustos, las preferencias y los horarios se deben respetar para favorecer una buena relación. Infórmate sobre las comidas que le apetecen y las que, al contrario, no le apetecen a la persona enferma.

INDICAZIONI sulle competenze comunicative facilitanti la relazione interpersonale fra Caregiver e Malato di Alzheimer

Vivere accanto ad una Persona malata di Alzheimer ha sicuramente un forte impatto emotivo per tutti.

Instaurare una relazione significativa aiutare a crescere in umanità. Molte volte nelle situazioni che si vengono a creare si incontra la sofferenza di riconoscere i propri limiti.

Prendersi cura della Persona malata di Alzheimer richiede rispetto, attenzione, competenza e comprensione della situazione che essa sta vivendo, senza che si senta giudicata.

Queste attenzioni rendono più ricco il rapporto quotidiano sia per il malato che per il caregiver.

È utile conoscere la storia della Persona malata e condividere, con essa, anche le proprie esperienze per favorire la conoscenza reciproca. Quando si inizia a lavorare per una famiglia in cui è presente una persona con demenza è fondamentale capire quali siano le routine del malato e porre molta attenzione anche alle abitudini alimentari: i gusti, le preferenze e gli orari devono essere rispettati per favorire l'instaurarsi di una buona relazione. Informarsi sui cibi che sono graditi e quelli, al contrario, sgraditi alla persona malata.

El primer objetivo para quienes asisten a una persona que sufre de Alzheimer es favorecer el bienestar del enfermo y de quien está a su lado.

Quien asiste a una persona enferma de Alzheimer debe cuidar su propio bienestar y no sentirse en culpa si pide ayuda para sí mismo y para asistir a su ser querido.

Las personas enfermas comprenden NO tanto QUÉ se les comunica sino CÓMO se les comunica, a través de palabras y lenguaje no verbal — la voz y el tono de quien habla — la expresión facial — el lenguaje corporal.

Con el avance de la enfermedad, la posibilidad de comunicarse con el enfermo se reduce progresivamente. Algunas medidas pueden ser útiles:

1. Asegurarse del estado de la vista y el oído; eventualmente dotar al enfermo de gafas adecuadas o audífonos.
2. Hablar en forma clara y lenta, de frente a la persona y mirándola a los ojos. No hablar de lejos, de atrás o de arriba hacia abajo; usar un tono de voz claro pero sin gritar.

Il primo obiettivo, per coloro che assistono una Persona malata è favorire il ben-Essere dell'assistito e di chi gli sta accanto.

Chi assiste una persona affetta da Alzheimer deve aver cura del proprio benessere e non sentirsi in colpa nel chiedere aiuto per sé e per assistere il proprio caro.

Le persone malate comprendono NON tanto COSA viene loro comunicato, ma COME viene comunicato, attraverso le parole e il linguaggio non verbale — la voce e il tono di chi parla — l'espressione facciale — l'atteggiamento corporeo.

Con il progredire della malattia, la possibilità di comunicare con il malato si riduce progressivamente. Alcuni accorgimenti possono essere di aiuto:

1. Accertarsi della funzionalità della vista e udito; eventualmente provvedere con occhiali adeguati o con apparecchi acustici.
2. Parlare chiaramente e lentamente, ponendosi di fronte alla persona guardandola negli occhi. Non parlare da lontano, da dietro o dall'alto in basso; usare un tono di voce adeguato, ma senza urlare.

- 3.** Mostrar afecto con el contacto físico (tocar al paciente) puede ser útil, si es que al enfermo no le disgusta (preguntar a los familiares).
- 4.** Prestar atención al lenguaje corporal. El paciente se puede expresar también con mensajes no verbales (el lenguaje corporal puede expresar ansiedad, miedo, dolor).
- 5.** Tener conciencia del propio lenguaje corporal para no crear equívocos (por ejemplo, se puede decir algo con mucha calma pero de todos modos, se puede ver que uno está ansioso).
- 6.** Identificar algunas palabras “clave” (es decir, palabras fáciles de recordar que puedan sugerir otras), o bien sugerencias o explicaciones que puedan ser eficaces para comunicarse con la persona.
- 7.** Asegurarse de que la persona esté atenta y alerta antes de hablarle.
- 8.** La persona tiene emociones y sentimientos. No hablar con otros sobre ella o sus condiciones de salud en su presencia.
- 9.** Es útil no subrayar los fracasos y mantener la calma; resaltar los fracasos solo puede empeorar la situación. Si ocasionalmente las cosas no salen bien, se debe a la enfermedad y no a la intención del enfermo.
- 10.** El humorismo puede ser un buen método para reducir el estrés. Reír con el enfermo pero evitar reírse de él. Podría no comprender.

- 3.** Mostrare affetto con il contatto fisico (toccare il paziente) può essere utile, se questo è gradito. (chiedere ai familiari)
- 4.** Fare attenzione al linguaggio del corpo: il paziente infatti si può esprimere anche attraverso messaggi non verbali (il linguaggio corporeo può esprimere ansia, paura, dolore).
- 5.** Essere consapevoli anche del proprio linguaggio corporeo per non creare equivoci (es. si può dire una cosa con grande calma, ma mostrare comunque di essere irrequieti).
- 6.** Individuare alcune parole “chiave” (cioè parole facili da ricordare che ne possano suggerire altre), oppure particolari suggerimenti o spiegazioni che possono essere efficaci per comunicare con la persona.
- 7.** Assicurarsi che la persona sia attenta e vigile prima di parlare con lei.
- 8.** La persona mantiene emozioni e sentimenti: evitare accuratamente di parlare ad altri di lei o delle sue condizioni di salute in sua presenza.
- 9.** È utile non sottolineare gli insuccessi e mantenere la calma; mentre sottolineare i fallimenti può solo peggiorare la situazione. Se alle volte le cose non vanno bene questo avviene a causa della malattia non per intenzione della persona.
- 10.** L'umorismo può essere un buon modo per ridurre lo stress: ridere con il malato, ma evitare di ridere di lui: potrebbe non capire.

FICHAS

SCHEDA

ACCIONES REPETITIVAS Y HOARDING

Acciones repetitivas: se trata de la actividad motora continua, frenética, desordenada e inconclusa.

El enfermo de Alzheimer puede expresar una necesidad irrefrenable de hacer algo y cambia los objetos de lugar, los esconde o realiza acciones repetitivas que pueden expresar simple aburrimiento, necesidad de moverse o una reacción a un estado de malestar.

Hoarding (acumulación compulsiva): es la tendencia que tienen algunos enfermos de Alzheimer a recoger una gran cantidad de objetos, de cualquier tipo y sin ningún motivo aparente

INFORMACIONES ÚTILES

- Trata de comprender la eventual necesidad de movimiento del enfermo
- No combates estos comportamientos.

AFFACCENDAMENTO E HOARDING

Affaccendamento: È un'attività motoria continua, frenetica, disordinata e inconcludente. Talvolta il malato di Alzheimer esprime un insopprimibile bisogno di fare qualcosa e sposta gli oggetti, li nasconde o esegue azioni ripetitive che possono esprimere semplice noia, bisogno di muoversi, o una reazione ad uno stato di disagio.

Hoarding: È la tendenza che si riscontra in alcuni malati a raccogliere un numero elevato di oggetti, di qualsiasi tipo e senza nessun motivo apparente.

INFORMAZIONI UTILI

- Cerca di capire l'eventuale bisogno di movimento del malato
- Non contrastare questi comportamenti

AGITACIÓN

ansiedad, miedo, inquietud, incapacidad de quedarse quieto, pedidos continuos

AGITAZIONE

ansia, paura, inquietudine, incapacità di stare fermo, continue richieste

CAUSAS POSIBLES:

- Dificultades de interacción con el ambiente circundante, sensación de malestar
- Excesiva presencia de estímulos (sonidos, luces, personas)
- Malestar físico, dolor, cansancio
- Sensación de insuficiencia para responder a pedidos demasiado exigentes para sus capacidades
- Consecuencia de una modificación de los hábitos
- Efectos colaterales de medicamentos
- Podría ser causada por los sentimientos del cuidador

POSSIBILI CAUSE:

- Difficoltà di interazione con l'ambiente circostante, senso di disagio
- Eccessiva presenza di stimoli (suoni, luci, persone ...)
- Disagio fisico, dolore, malessere, stanchezza
- Potrebbe essere la risposta a nostre richieste troppo elevate rispetto alle sue capacità
- Conseguenza di una modificazione delle abitudini
- Effetti collaterali dei farmaci
- Potrebbe essere determinato dai sentimenti del caregiver



¿QUÉ ESTRATEGIAS PUEDO APLICAR?

- Intenta comprender cuál es la causa que provoca el malestar a la persona; presta atención al ambiente
- Usa un tono de voz calmo y tranquilizador, el contacto físico (si es bien aceptado) e intenta distraer a la persona con cualquier cosa que le guste
- Mantiene el autocontrol, evita las discusiones
- Tranquiliza al enfermo repetidamente sobre el lugar en el cual se encuentra (por ejemplo, «Has venido a vivir conmigo», «Este es tu dormitorio»)

¡Atención! Si la persona hace pedidos repetitivos continuamente, puedes tranquilizarla incluso sin responder directamente, haciéndole comprender con delicadeza que no tiene por qué preocuparse, que todo está bajo control.

QUALI STRATEGIE POSSO METTERE IN ATTO?

- Cerca di capire qual è la possibile causa che provoca malessere alla persona, presta attenzione anche all'ambiente
- Usa un tono di voce calmo e rassicurante, il contatto fisico (se ben accettato) e prova a distrarre la persona con qualcosa di gradito
- Mantieni l'autocontrollo, evita discussioni
- Rassicura la persona ripetutamente sul luogo in cui si trova (es. «Sei venuto ad abitare con me», «Questa è la tua stanza», ...)

Attenzione! Se la persona fa continue richieste ripetitive, puoi rassicurarla anche senza rispondere direttamente, facendole capire con delicatezza che non c'è niente di cui deve preoccuparsi, che è tutto sotto controllo.

CAUSAS POSIBLES

- reacción defensiva a una amenaza percibida, sin tener la percepción real de lo que sucede a su alrededor (por ejemplo, acercamiento o contacto físico inesperado, tono de voz demasiado alto, dificultad para seguir una conversación)
- pedido de compañía o atención
- malestar físico (dolor, constipación, necesidad de ir al baño, hambre, frío, etc.)
- reacción a las intervenciones de asistencia (ducha, vestirse, lavarse, etc.)

¿QUÉ ESTRATEGIAS PUEDO APLICAR?

- Intenta captar las posibles señales de alarma (postura, gestos, mímica facial, etc.)
- Presta atención a tus señales verbales y no verbales, muestra calma y seguridad a través de las palabras y los gestos (evita el tono de voz demasiado alto, los gestos bruscos, precipitados)
- Prueba distraer a la persona con estímulos agradables (por ejemplo, canciones, rimas, recuerdos, comidas que le gusten, etc.) y espera hasta que se calme
- Estimula todo lo posible la expresión verbal del malestar, pregúntale qué le enoja
- Evita absolutamente insistir y alimentar la discusión
- Pide apoyo a familiares o conocidos

POSSIBILI CAUSE

- reazione difensiva ad una minaccia percepita, non riuscendo ad avere la percezione reale di ciò che accade intorno a sé (es. avvicinamento o contatto fisico inaspettato, tono di voce troppo alto, fatica a seguire una conversazione)
- richiesta di compagnia o di attenzione
- malessere fisico (dolore, stitichezza, necessità di andare in bagno, fame, freddo, ...)
- reazione a nostri interventi assistenziali (doccia, vestirsi, lavarsi, ...)

QUALI STRATEGIE POSSO METTERE IN ATTO?

- Prova a cogliere i possibili segnali d'allarme (postura, gesti, mímica facciale, ...)
- Fai attenzione ai tuoi segnali verbali e non verbali, mostra calma e sicurezza attraverso le parole ed i gesti (evita il tono di voce troppo alto, i gesti bruschi, frettolosi, ...)
- Cerca di distrarre la persona con stimoli piacevoli (es. canzoni, filastrocche, ricordi, cibi graditi, ecc.) ed aspetta che si calmi
- Favorisci per quanto possibile l'espressione verbale del disagio, chiedi cosa la fa arrabbiare
- Evita assolutamente di insistere e di alimentare la discussione
- Chiedi supporto a familiari o conoscenti

► Habla del tema con alguien que te pueda brindar apoyo (tus seres queridos, una asociación de familiares, amigos, psicólogo, etc.)

¡Atención! Recuerda que en la agresividad de la persona enferma no hay intención. Su enojo no está dirigido conscientemente hacia ti sino que es solo la expresión de un malestar, por lo tanto, no tiene ningún sentido gritarle por su comportamiento, “predicarle”, preguntarle por qué se comporta así y esperar una explicación racional. La agresividad está generalmente dirigida a las personas que el enfermo siente afectivamente más cercanas.

► Parla dell'accaduto con qualcuno che ti possa supportare (tuoi cari, associazione di familiari, amici, psicologo, ...)

Attenzione! Ricorda che nell'aggressività della persona malata non c'è intenzionalità, la sua rabbia non è rivolta consapevolmente verso di te ma è solo l'espressione di un disagio quindi non ha nessun senso sgridare la persona per i suoi comportamenti, “fare la predica”, chiederle perché si comporta così ed aspettarsi una spiegazione razionale. Talvolta l'aggressività è rivolta maggiormente alle persone che il malato sente affettivamente più vicine a sé.



ALUCINACIONES Y DELIRIOS

ALLUCINAZIONI E DELIRI

Alucinaciones: ver o sentir cosas que no existen (personas, animales, voces, olores) y estar convencido de la presencia real de lo que percibe.

Delirios: considerar que están sucediendo cosas que no son verdaderas (por ejemplo, “me están robando”, “me quieren abandonar”, “tú no eres mi hija”)

CAUSAS POSIBLES

- Daño neurológico
- Cambios bruscos en el ambiente o los hábitos cotidianos (por ejemplo, internación hospitalaria, vacaciones)
- Percepción distorsionada de las imágenes reflejadas (espejos, TV)
- Incapacidad de reconocer personas conocidas
- Incapacidad de interpretar las acciones de los demás

Allucinazioni: Vedere o sentire cose che non esistono (persone, animali, voci, odori) ed essere convinti della presenza reale di ciò che si percepisce.

Deliri: Ritenere che stiano accadendo delle cose non vere (es. «Mi stanno derubando», «Mi vogliono abbandonare», «Tu non sei mia figlia»).

POSSIBILI CAUSE

- Danno neurologico
- Bruschi cambiamenti nell'ambiente o nelle abitudini quotidiane (es. ricovero ospedaliero, vacanze, ...)
- Percezione distorta delle immagini riflesse (specchi, tv)
- Incapacità di riconoscere persone note
- Incapacità di interpretare le azioni altrui



¿QUÉ ESTRATEGIAS PUEDO APLICAR?

- ▶ Intenta llevar a la persona a la realidad con MUCHA delicadeza; si no es posible, apoya sus discursos, tranquilízala y hazle entender que comprendes cómo se siente
- ▶ No te rías de ella
- ▶ Si el motivo está relacionado con el reflejo de imágenes, elimina los estímulos que las provocan (por ejemplo, espejos, TV,)
- ▶ Distráela con algo que le resulte agradable
- ▶ Evita los cambios bruscos y presta la máxima atención (por ejemplo, en caso de cambio de lugar, involucra a la persona de modo que se habitúe poco a poco)
- ▶ Pide consejo a tu médico de familia.

QUALI STRATEGIE POSSO METTERE IN ATTO?

- ▶ Prova a riportare la persona con MOLTA delicatezza alla realtà, se non è possibile, asseconda i suoi discorsi, tranquillizzala e falle capire che comprendi il suo stato d'animo
- ▶ Non ridere di lei
- ▶ Se sono provocati da immagini riflesse, elimina gli stimoli che li causano (es. specchi, TV, ...)
- ▶ Attira l'attenzione su qualcosa di piacevole per lei
- ▶ Cerca di evitare cambiamenti bruschi e comunque presta la massima attenzione (es. in caso di trasferimento coinvolgi la persona di modo che si abitui a poco a poco, ...)
- ▶ Chiedi consiglio al tuo medico di famiglia

ALTERACIÓN DEL RITMO SUEÑO-VIGILIA

CAUSAS POSIBLES

- Enfermedades orgánicas
- Dolor
- Necesidades fisiológicas (hambre, sed, necesidad de evacuar)
- Desorientación o miedo a la oscuridad
- Excesivo descanso diurno
- Disturbios provenientes del ambiente (lucos, sonidos, ruidos)

¿QUÉ ESTRATEGIAS PUEDO APLICAR?

- Verifica que no tenga frío, hambre, sed, necesidad de ir al baño, etc., y que no haya algo que le dé fastidio y que le impida dormir (lucos, oscuridad)
- No lo obligues a permanecer en la cama; si no comprende, no insistas en explicarle que es de noche (¡y que a la noche se duerme!). Intenta proponerle una actividad que lo mantenga mayormente ocupado
- Intenta mantenerlo más ocupado durante el día, propone paseos y actividades manuales que le interesen y lo cansen
- Intenta reducir el descanso diurno (en algunos casos, puede ser útil evitarlo por completo)
- Intenta ponerle música relajante y modula la iluminación del dormitorio en las horas nocturnas
- Prueba limitar la ingesta nocturna de líquidos y sustancias estimulantes (café, té, tabaco)

ALTERAZIONE RITMO SONNO E VEGLIA

POSSIBILI CAUSE:

- Malattie organiche
- Dolore
- Bisogni fisiologici (fame, sete, evacuazione)
- Disorientamento o paura del buio
- Eccessivo riposo diurno
- Disturbi provenienti dall'ambiente (luci, suoni, rumori)

QUALI STRATEGIE POSSO METTERE IN ATTO?

- Verifica che non abbia freddo, fame, sete, bisogno di andare in bagno, ecc. e che non ci sia qualcosa che lo infastidisce impedendogli il sonno (luci, buio, ...)
- Non costringerlo a rimanere a letto per forza, non insistere spiegandogli che è notte (e che la notte si dorme!) se l'informazione non viene compresa. Prova a proporre un'attività che lo tenga maggiormente impegnato.
- Prova a tenerlo più occupato durante il giorno, proponi passeggiate e attività manuali che lo interessino e lo stanchino
- Prova a ridurre il riposo diurno (in alcuni casi può essere funzionale toglierlo completamente)
- Prova ad utilizzare musica rilassante e a modulare l'illuminazione della stanza nelle ore serali
- Tenta di limitare l'assunzione serale di liquidi e di sostanze stimolanti (caffè, tè, tabacco)



► En el caso en que la persona corra riesgo de caerse, puedes usar camas con equipamiento especial o bien adoptar medidas simples, como por ejemplo, bajar la cama o colocar un par de colchones al lado de ella. Intenta llevar al enfermo a la realidad con MUCHA delicadeza. Si no es posible, apoya sus discursos, tranquilízala y hazle entender que comprendes su estado de ánimo.

¡Atención! Recuerda que no existe un ritmo de sueño-vigilia común a todas las personas, por lo tanto, ¡el tuyo puede ser muy diferente al de tus seres queridos!

► Nel caso in cui la persona sia a rischio cadute puoi dotarti di letti attrezzati oppure apportare dei semplici accorgimenti come ad esempio disporre un paio di materassi accanto al letto o abbassare il letto stesso. Prova a riportare alla realtà la persona con MOLTA delicatezza, se non è possibile, asseconda i suoi discorsi, tranquillizzala e falle capire che comprendi il suo stato d'animo

Attenzione! Ricorda che non c'è un ritmo sonno veglia comune a tutte le persone, quindi il tuo può essere molto differente da quello dei tuoi cari!

VAGABUNDEO

Wandering

VAGABONDAGGIO

Wandering

CAUSAS POSIBLES

- Consecuencia de un estado de ansiedad. La persona puede no saber quién es, cómo encontrar las palabras justas para expresarse, adónde ir, adónde estaba yendo, o qué es lo que quería hacer
- Necesidad de llenar un tiempo "vacío", ganas de romper el aburrimiento
- Intento de fuga de una situación estresante (exceso de ruidos, de gente, ambiente amplio, demasiados pedidos)
- Impulso como respuesta a una necesidad olvidada o dificultad de expresarla (dolor, hambre, sed, evacuación)
- Efectos colaterales de la terapia farmacológica

POSSIBILI CAUSE

- Conseguenza di uno stato ansioso: la persona può non sapere chi è, come trovare le parole giuste per esprimersi, dove deve andare, dove stava andando o cosa aveva intenzione di fare
- Necessità di riempire un tempo "vuoto", voglia di rompere la noia
- Tentativo di fuga da una situazione stressante (eccesso di rumori, affollamento, ambiente ampio, eccessive richieste, ...)
- Impulso in risposta ad un bisogno dimenticato o fatica ad esprimere (dolore, fame, sete, evacuazione)
- Effetti collaterali della terapia farmacologica



¿QUÉ ESTRATEGIAS PUEDO APLICAR?

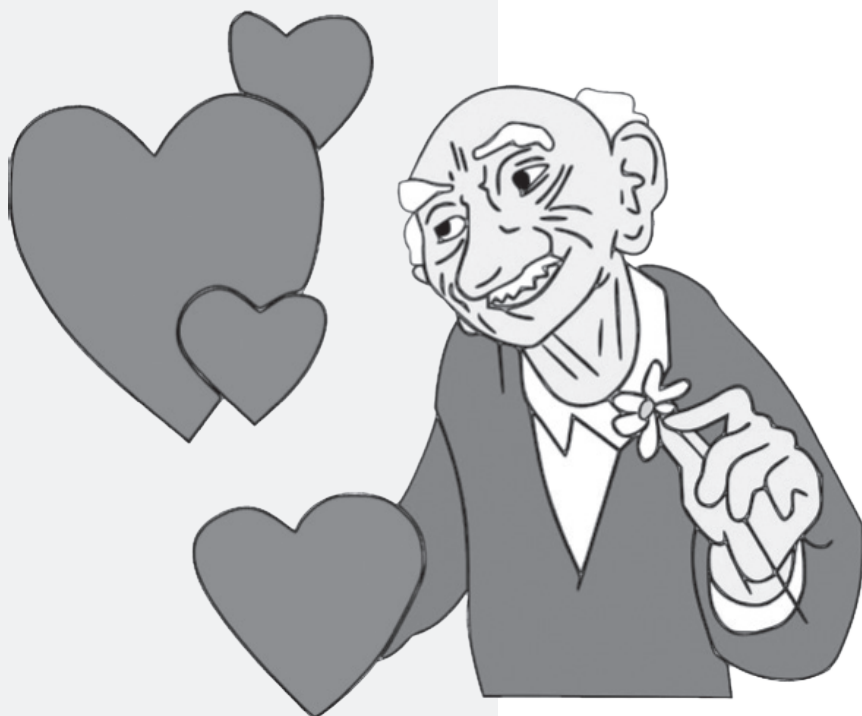
- ▶ Si es posible, no lo obstaculices
- ▶ Intenta identificar una actividad que le interese, aunque sea por pocos minutos y úsala en combinación con otra para retomarla cuando se distrae
- ▶ Pídele que te ayude con lo que estás haciendo, dale cualquier cosa para que tenga en la mano
- ▶ Aprovecha los momentos en los que está quieto para hacerlo descansar, beber y comer
- ▶ Asegúrale un ambiente protegido y sin riesgos, presta atención al calzado, evita los zapatos que no permiten un apoyo seguro del pie
- ▶ Si es necesario, sigue a la persona a distancia e interviene solo en caso de necesidad
- ▶ Obsérvalo para ver si tiene necesidades físicas (sed, necesidad de ir al baño, dolor)

QUALI STRATEGIE POSSO METTERE IN ATTO?

- ▶ Se possibile, non ostacolarlo
- ▶ Prova ad identificare un'attività che lo interessi, anche solo per pochi minuti ed intervallala ad un'altra per riprenderla quando si distrae
- ▶ Chiamalo per chiedergli di aiutarti a fare ciò che stai facendo, dagli qualcosa da tenere in mano
- ▶ Sfrutta i momenti in cui è fermo per farlo riposare, bere e mangiare
- ▶ Garantisci un ambiente protetto e privo di rischi, fai attenzione alle calzature, cerca di evitare quelle che non consentono un appoggio sicuro del piede
- ▶ Se necessario, segui la persona a distanza ed intervieni solo in caso di necessità
- ▶ Osserva la persona per capire se può avere dei bisogni fisici (sete, necessità di andare al bagno, dolore, ...)

COMPORTAMIENTO SEXUAL INAPROPIADO

COMPORTAMENTO SESSUALE INADEGUATO



CAUSAS POSIBLES

- La consecuencia de una necesidad no expresada (calor, frío, necesidad de evacuar)
- La búsqueda de seguridad, contacto humano, intimidad
- Reconocimiento errado de la persona a la que dirige sus insinuaciones
- Consecuencia de confusión y desorientación respecto de la percepción de la propia persona

POSSIBILI CAUSE

- Potrebbe essere la conseguenza di un bisogno inespresso (caldo, freddo, evacuazione)
- La ricerca di sicurezza, contatto umano, intimità
- Potrebbe essere causato da un errato riconoscimento di una persona alla quale rivolge delle avances
- Consequenza di confusione e disorientamento rispetto alla percezione della propria persona

¿QUÉ ESTRATEGIAS PUEDO APLICAR?

- Prueba estar calmo, usa un tono de voz sereno
- No ridiculices a la persona
- Cuando sea posible, intenta ser muy claro respecto de la situación (por ejemplo, «No me gusta que me toquen», «Te estás equivocando de persona», etc.)
- Trata de averiguar si no tiene necesidades no expresadas, el comportamiento podría provenir de motivos de naturaleza no sexual

¡Atención! Podrían presentarse modificaciones del comportamiento sexual del enfermo, como desnudarse o masturbarse en público, tocar con intención sexual, hacer insinuaciones verbales, etc., ya sea con el cónyuge o con otras personas. Son conductas que seguramente provocan embarazo y malestar, pero es importante recordar que son causadas por la enfermedad, como cualquier otra manifestación de comportamiento.

QUALI STRATEGIE POSSO METTERE IN ATTO?

- Cerca di rimanere calmo, usa un tono di voce pacato
- Non deridere la persona
- Quando è possibile cerca di essere molto chiaro rispetto alla situazione (es. «Non mi piace essere toccato», «Stai sbagliando persona», ecc.)
- Cerca di capire che non abbia bisogni inespressi, il comportamento potrebbe anche avere origini di natura non sessuale

Attenzione! Potrebbero verificarsi modificazioni del comportamento sessuale della persona malata come spogliarsi o masturbarsi in pubblico, toccare con intento sessuale, fare avance verbali, ecc. sia nei confronti del coniuge che verso altre persone. Sono atteggiamenti che possono provocare sicuramente imbarazzo e disagio ma è importante ricordare che sono causati dalla malattia, come qualsiasi altra manifestazione comportamentale.

COMUNICACIÓN VERBAL

Comunica un contenido y se expresa con palabras (ver también la ficha de AFASIA)

COMUNICAZIONE VERBALE

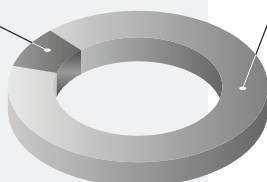
Comunica un contenuto e si esprime attraverso le parole (vedi anche la scheda AFASIA)

COMUNICACIÓN NO VERBAL

Comunica una experiencia emocional y se expresa a través de gestos, expresiones faciales, posturales y el tono de la voz

COMUNICAZIONE NON VERBALE

Comunica un vissuto emotivo e si esprime attraverso gesti, espressioni facciali, posturali e tono di voce



INFORMACIONES ÚTILES

- No interrumpas a la persona mientras habla. Si tiene dificultad para encontrar las palabras justas, sugiéreselas tú con mucha delicadeza
- Llama a la persona por su nombre, establece un contacto para llamar su atención
- Si tiene dificultad para entender lo que estás diciendo, usa sinónimos y gestos
- Pronuncia bien las palabras, usa un tono de voz calmado y pacífico
- No remarques sus eventuales errores
- Evita las dobles preguntas, usa en lo posible la modalidad afirmativa (respuesta sí o no)

¡Atención! Si la persona no logra hablar, ¡no está dicho que no comprenda lo que escucha!

INFORMAZIONI UTILI

- Non interrompere la persona mentre parla, se fa fatica a trovare le parole giuste suggeriscile tu con molta delicatezza
- Chiama la persona per nome, stabilisci un contatto per attirare la sua attenzione
- Se fa fatica a capire ciò che stai dicendo, usa dei sinonimi e i gesti
- Scandisci bene le parole, usa un tono di voce calmo e pacato
- Non rimarcare i suoi eventuali errori
- Evita le doppie domande, possibilmente utilizza modalità affermative (risposta sì o no)

Attenzione! Se la persona non riesce a parlare, non è detto che non capisca quello che si dice!

ALIMENTACIÓN

Falta de apetito – Ausencia del sentido de saciedad

¿QUÉ PUEDO HACER?

DISMINUCIÓN DEL APETITO

- Propone, en forma atractiva, comidas que le gustaban a la persona antes de la enfermedad
- Ofrécele alimentos nutritivos (por ejemplo, trocitos de queso grana, alimentos condimentados)
- Proponle con frecuencia pequeñas cantidades de comida, incluso en forma de bocadillos
- Presta atención a los hábitos de la persona y ofrécele comidas simples
- Coloca sobre la mesa solo lo indispensable y evita las distracciones ambientales (por ejemplo, ruidos, movimiento de gente, TV)
- Respeta sus tiempos aunque sean muy lentos, evita hacer pedidos continuos
- No exageres con las porciones de comida
- Se come con más ganas si se come en compañía de otra persona

AUSENCIA DEL SENTIDO DE SACIEDAD

- Proponle con frecuencia pequeñas cantidades de alimentos no muy calóricos (por ejemplo, trocitos de fruta, verdura, grisesines)
- No le propongas la comida toda de una vez
- No dejes a disposición comida o sustancias potencialmente dañinas (por ejemplo, medicamentos, detergentes, botones)

ALIMENTAZIONE

Mancanza di appetito
Assenza del senso di sazietà

COSA POSSO PROVARE A FARE?

RIDUZIONE DELL'APPETITO

- Proponi, anche in maniera invitante, cibi graditi prima della malattia
- Offri alimenti nutrienti (es. pezzetti di grana, cibi conditi, ...)
- Proponi spesso piccole quantità di cibo, anche in orari diversi da quelli standard
- Cerca di fare attenzione alle abitudini della persona e offri cibi semplici
- Fai in modo che sul tavolo ci sia solo l'indispensabile e che non ci siano distrazioni ambientali (es. rumori, andirivieni, tv, ...)
- Rispetta i suoi tempi anche se sono molto lenti, evita di fare continue richieste
- Non esagerare con le porzioni di cibo
- Si mangia più volentieri se si mangia insieme

ASSENZA DEL SENSO DI SAZIETÀ:

- Proponi spesso piccole quantità di cibo non troppo calorico (es. pezzetti di frutta, verdura, grissini, ...)
- Non proporre il pasto tutto in una volta
- Non lasciare a disposizione cibo o sostanze potenzialmente dannose (es. medicinali, detersivi, bottoni, ...)

NOTA: Al envejecer, todas las personas tienden a beber menos. Es indispensable mantener un buen nivel de hidratación, por lo tanto, prueba ofrecerle de beber con frecuencia y controla la situación. ¡La alimentación y la hidratación adecuadas favorecen la regularidad del movimiento intestinal!

¡Atención! Para todos los problemas vinculados con la alimentación y la hidratación, es necesario:

- ▶ mantener el peso controlado
- ▶ controlar la cantidad de comida y líquidos ingeridos
- ▶ solicitar una consulta al médico de familia

N.B. Tutte le persone invecchiando tendono a bere di meno, è indispensabile però mantenere un buon livello di idratazione, quindi cerca di offrire spesso da bere e tieni monitorata la situazione. Alimentazione ed idratazione adeguate favoriscono un alvo regolare!

Attenzione! Per tutti i problemi legati all'alimentazione ed all'idratazione è necessario:

- ▶ tenere controllato il peso
- ▶ monitorare le quantità di cibo e i liquidi assunti
- ▶ chiedere un consulto al medico di famiglia



DISFAGIA

Es un problema derivado de la epiglotis que ha dejado de funcionar correctamente, por lo tanto, la comida y los líquidos, en lugar de llegar al esófago, pueden dirigirse a la tráquea con el riesgo de asfixia.

¡Atención! Comer con demasiada prisa sin masticar, incluso sin la presencia de disfagia, puede presentar un riesgo.

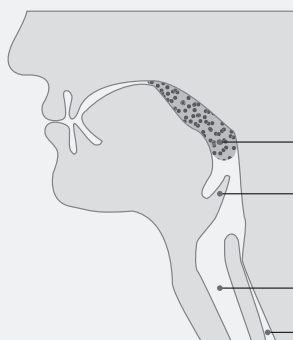
- Siempre es conveniente hacer una consulta médica y/o de enfermería para tener un diagnóstico cierto
- Presta atención a la postura de la persona mientras come y/o bebe
- Procura que la silla y la mesa sean adecuadas para sus necesidades
- Trata de estar presente durante la comida
- No tengas prisa y procura que la persona se alimente con calma y tranquilidad

DISFAGIA

È un problema derivato dell'epiglottide che non funziona più correttamente, dunque il cibo o i liquidi anziché arrivare all'esofago possono dirigersi nella trachea con rischio di soffocamento.

Attenzione: mangiare troppo in fretta senza masticare, anche in assenza di disfagia può comportare un rischio.

- È sempre bene chiedere un consulto medico e/o infermieristico per avere una diagnosi certa.
- Fai attenzione alla postura della persona mentre mangia e/o beve
- Fai in modo che sedia e tavolo siano adeguati alle esigenze
- Cerca di essere presente durante il pasto
- Non avere fretta e fai in modo che la persona si alimenti con calma e in tranquillità.



Bolo alimenticio

Epiglotis

Tráquea

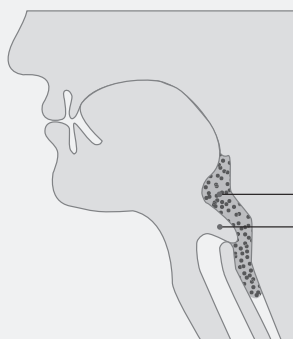
Esófago

..... Bolo

..... Epiglottide

..... Trachea

..... Esofago

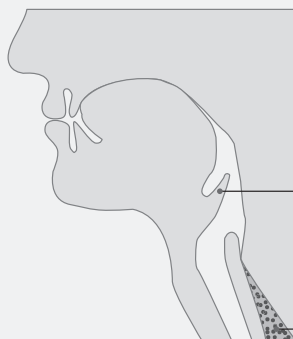


Bolo alimenticio

Epiglotis

..... Bolo

..... Epiglottide



Epiglotis

Bolo alimenticio

..... Epiglottide

..... Bolo

ASEO PERSONAL

Igiene - Vestimenta

CURA DI SÉ

Igiene – Abbigliamento

¿QUÉ ESTRATEGIAS PUEDO APLICAR?

HIGIENE

- Simplifica los procedimientos (por ejemplo, prepara los envases abiertos, vierte sobre la esponja,) no tengas prisa y bríndale indicaciones verbales sugiriendo las acciones de una a la vez, sin anular la independencia de la persona
- Respeta en lo posible sus hábitos respecto de la modalidad (ducha o baño) y sus costumbres (a la mañana, a la noche)
- Tiene solo lo indispensable en el baño para evitar distracciones

QUALI STRATEGIE POSSO METTERE IN ATTO?

IGIENE

- Simplifica le procedure (es. prepara le confezioni aperte, versale sulla spugna, ...) non avere fretta e fornisci indicazioni verbali suggerendo le azioni una alla volta, senza togliere l'indipendenza alla persona
- Rispetta per quanto possibile le sue abitudini rispetto a modalità (doccia o bagno), e ritualità (mattino, sera, ...)
- Tieni solo l'indispensabile in bagno per evitare distrazioni



► Si la persona no desea bañarse, es mejor esperar hasta que esté más tranquila, intenta convencerla distrayéndola con cualquier cosa agradable (por ejemplo, una canción) o charlándole un poco

► Si tú te encargas de la higiene, bríndale indicaciones muy precisas sobre lo que estás por hacer para evitar que se asuste (por ejemplo, «Ahora te lavaré el cabello»)

► A veces puede ser inconveniente informar a la persona lo que se está por hacer; puede ser útil decírselo una vez que lleguen al baño

► Asegura siempre respeto y privacidad, cierra la puerta, evita que entren al baño más personas de las necesarias

► Controla la temperatura del agua porque el enfermo tal vez no pueda expresarse respecto a esto

► Presta atención a la seguridad: piso del baño, obstáculos, alfombras con las que se podría tropezar, mesitas o estantes bajos, accesorios de pared poco resistentes

► Podrías instalar manijas grandes al costado de los sanitarios y de la ducha.

¡Atención! Recuerda que el momento del baño es muy delicado y con frecuencia, a las personas no les gusta que se invada su privacidad, ten paciencia y demuestra tranquilidad con tus palabras y gestos.

► Se la persona non vuole fare il bagno, è meglio aspettare un momento in cui è più tranquilla, tenta di convincerla distraendola con qualcosa di gradito (es. una canzone) o con due chiacchiere

► Se provvedi tu all'igiene della persona, fornisci indicazioni molto precise su ciò che stai per fare per evitare che si spaventi (es. «Adesso ti lavo i capelli»)

► A volte può non essere d'aiuto informare la persona su ciò che si sta per fare, può essere utile informarla una volta arrivati in bagno

► Garantisci sempre rispetto e privacy, chiudi la porta, evita che entrino in bagno più persone del necessario

► Controlla la temperatura dell'acqua perché la persona potrebbe non essere in grado di esprimersi rispetto ad essa

► Fai attenzione alla sicurezza: pavimentazione del bagno, ostacoli, tappeti che potrebbero far inciampare, tavolini o ripiani bassi, accessori da muro poco resistenti

► Puoi installare dei maniglioni a fianco dei sanitari e della doccia

Attenzione! Ricorda che il momento del bagno è molto delicato ed è frequente che le persone non gradiscano che si invada la loro privacy, sii paziente e dimostra calma e tranquillità attraverso le parole e i gesti.

VESTIMENTA

- Tal vez el enfermo desee usar la misma ropa y no quiera que se la laven. Lávala a escondidas y compra ropa bastante similar entre sí para que no se dé cuenta del cambio
- Deja al alcance solo la ropa apta para la estación, evita dar demasiadas alternativas
- Intenta preparar la vestimenta en la secuencia justa y, si es necesario, bríndale indicaciones verbales
- Presta atención a la comodidad sin modificar totalmente el “estilo” de la persona; se puede usar ropa sin botones, cierres, cinturones, breteles, etc.
- Prueba con prendas reversibles (que se puedan usar hacia adelante o atrás)
- Atención con el calzado. Evalúa el confort y evita tacos y zapatos abiertos si la deambulación de la persona no es segura.

ABBIGLIAMENTO

- Potrebbe voler indossare sempre gli stessi vestiti e non gradire che qualcuno provveda a lavarglieli: lavali di nascosto ed acquista vestiti molto simili tra loro cosicché non si accorga del cambiamento
- Lascia a portata di mano solo i vestiti adatti alla stagione, evita di dare troppe alternative
- Prova a preparare gli indumenti nella sequenza giusta fornendo indicazioni verbali se necessario
- Fai attenzione alla comodità senza però modificare totalmente lo “stile” della persona; si possono usare indumenti senza bottoni, cerniere, cinture, bretelle, ecc.
- Prova con i capi reversibili (che il davanti possa essere indossato come il dietro)
- Attenzione alle scarpe, valutane il confort ed evita tacchi e scarpe aperte se la deambulazione della persona non è sicura

INFORMACIONES ÚTILES

- Evita exponer demasiados objetos que podrían crear confusión: la reducción progresiva debe acompañar el progreso de la enfermedad en el tiempo
- Deja los objetos de uso cotidiano siempre en el mismo lugar y, si es posible, al alcance de la mano
- Presta atención a las alfombras porque representan un riesgo de caída. Fíjalas bien al piso o sácalas del ambiente
- Haz que la iluminación de todos los ambientes sea buena para limitar la desorientación
- Si es posible, coloca luces nocturnas en los pasillos, en el dormitorio y en el baño
- Presta mucha atención a las escaleras y su accesibilidad
- Modifica las cerraduras de las puertas para que la persona no pueda quedar encerrada accidentalmente en un cuarto
- Evita cambios bruscos en el ambiente de modo que siga siendo reconocible para la persona
- Aplica dispositivos de seguridad a hornallas, aparatos eléctricos, etc.

¡Atención! El ambiente puede facilitar el control o, por el contrario, favorecer la aparición de disturbios del comportamiento, permitir que las habilidades se mantengan durante el tiempo más largo posible, favorecer o desfavorecer la orientación.

INFORMAZIONI UTILI

- Cerca di evitare di esporre troppi oggetti che potrebbero creare confusione: la riduzione progressiva deve eseguire l'andamento della malattia nel tempo.
- Lascia gli oggetti di uso quotidiano sempre nello stesso posto e possibilmente a portata di mano
- Presta attenzione ai tappeti, se rappresentano un rischio per eventuali cadute, fissali bene al pavimento oppure rimuovili direttamente
- Cerca di fare in modo che in tutte le stanze l'illuminazione sia buona così da limitare il disorientamento
- Se possibile, disponi luci notturne nei corridoi, nella camera da letto e nel bagno
- Fai molta attenzione alle scale e alla loro accessibilità
- Puoi modificare le chiusure delle porte per evitare che la persona non possa rimanere chiusa accidentalmente in una stanza
- Evita cambiamenti bruschi nell'ambiente di modo che rimanga grossomodo riconoscibile dalla persona
- Applica dispositivi di sicurezza a fornelli, apparecchi elettrici, ...

Attenzione! L'ambiente può facilitare il controllo o viceversa favorire la comparsa di disturbi del comportamento, consentire il mantenimento delle abilità per il tempo più lungo possibile, favorire o sfavorire l'orientamento.

PROPUESTA DE ACTIVIDADES

Cuando propones una actividad, es indispensable que tú la compartas para disfrutarla como un momento para hacer algo juntos.

No es tan importante el “producto” de la actividad, lo que cuenta es pasar momentos agradables.

Propone una actividad tratando de captar la atención de la persona, secundando sus características personales; también puede ser eficaz hacerla sentir útil proponiendo actividades como un pedido de ayuda en las tareas que estás realizando.

¿QUÉ PUEDO PROPONER?

- Actividades culinarias (cortar y pelar fruta y verdura, amasar, hacer bizcochos, pizzas, etc.)
- Actividades creativas (colorear, recortar, pegar)
- Actividades motoras con paseos simples o movimientos a realizar incluso sentados en casa
- Actividades musicales (escuchar, cantar, bailar)
- Actividades cognitivas (lecturas en voz alta, crucigramas simples)
- Actividades prácticas (pequeños trabajos de jardinería, recoger hojas, crochet, tejido)

ATTIVITÀ DA PROPORRE

Quando proponi un'attività, è indispensabile che tu proponga anche te stesso insieme ad essa per sfruttarla come un momento per fare qualcosa insieme.

Non è tanto importante il “prodotto” dell'attività, ciò che conta è riuscire a passare dei momenti piacevoli.

Proponi l'attività cercando di catturare l'attenzione della persona e assecondando le sue caratteristiche personali; può essere efficace anche farla sentire utile, proponendo l'attività come una richiesta d'aiuto nelle mansioni che stiamo svolgendo.

COSA POSSO PROPORRE?

- Attività culinarie (tagliare e sbucciare frutta e verdura, impastare, fare biscotti, pizzette, ...)
- Attività creative (colorare, ritagliare, incollare, ...)
- Attività motoria con delle semplici passeggiate o movimenti da fare anche seduti a casa
- Attività musicali (ascolto, canto, ballo)
- Attività cognitive (letture a voce alta, semplici cruciverba, ...)
- Attività pratiche (piccoli lavori di giardinaggio, raccolta foglie, uncinetto, lavoro a maglia, ...)

¡Atención! Cuando propones una actividad, ten cuidado de que no sea muy difícil para las capacidades de la persona y, si es necesario, divide la tarea en secuencias muy simples.

Attenzione! Quando proponi un'attività verifica di non fare richieste troppo elevate per le capacità della persona e, se necessario, dividi il compito in sequenze molto semplici.



REGISTRO PROVINCIAL DE ASISTENTES FAMILIARES

El *Registro provincial de asistentes familiares* se encuentra en el Servicio de políticas sociales de la Provincia.

La inscripción en dicho Registro, que se puede ver online en el sitio de la Provincia, permite ser contactado por las familias que buscan asistencia.

En el sitio web *www.trentinosociale.it* se pueden conocer las informaciones y los requisitos necesarios para la inscripción en el Registro

REGISTRO PROVINCIALE DELLE/DEGLI ASSISTENTI FAMILIARI

È istituito presso il Servizio politiche sociali della Provincia il *Registro provinciale delle/degli assistenti familiari*.

L'iscrizione al Registro, visibile online sul sito della Provincia, permette di essere contattati dalle famiglie che cercano assistenza.

Informazioni e requisiti necessari per l'iscrizione sono disponibili al seguente indirizzo *www.trentinosociale.it*

DIRECCIONES ÚTILES

INDIRIZZI UTILI

Servizio politiche sociali della Provincia autonoma di Trento

via Gilli 4, 38121 Trento

tel. 0461. 493800/46

e-mail: serv.politichesociali@provincia.tn.it

sito web: www.trentinosociale.it

Cinformi (Centro informativo per l'immigrazione) della Provincia autonoma di Trento

via Lunelli 4, 38121 Trento

tel. 0461. 491888

sito web: www.cinformi.it

Associazione Alzheimer Trento – Trento

via al Torrione 6, 38122 Trento

tel. 0461. 230775

e-mail: info@alzheimerrento.org

sito: sito web: www.alzheimerrento.org

Associazione Italiana Malattia di Alzheimer – Rovereto

via S.Maria 95, 38068 Rovereto

tel. 0464. 439432

e-mail: aimarove@virgilio.it

sito web: www.aimarovereto.org

Associazione Alzheimer “Rencureme” – Moena

strada di Troes 1, 38035 Moena

tel. 335 694 6153

e-mail: info@rencureme.it

sito web: www.rencureme.it

Associazione Alzheimer “Accogliamo l'Alzheimer” – Pinzolo

Presso APSP “Centro Residenziale Abelardo Collini”

via Genova 81, 38086 Pinzolo

tel. 0465. 503665

e-mail: segreteria@apsp-pinzolo.it

sito web: apsp-pinzolo.it

Familiar de referencia
(Familiare di riferimento)

.....

Médico de familia del enfermo
(Medico di famiglia del malato)

.....

Asistente social de referencia
(Assistente sociale di riferimento)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

