

Qué NO hacer como cuidador de una persona con Alzheimer: errores comunes y recomendaciones prácticas

Gomez Santos Sara¹, Tirado Lora Ana ²., Pozuelo Ibáñez Gloria².

¹R2 EFyC, C. S. Coll d'en Rabassa

²R2 EFyC, C.S. Sant Agustí

OBJETIVO

Ofrecer una guía práctica y accesible para cuidadores y familiares de personas con Alzheimer, centrada en conductas que deben evitarse para preservar el bienestar emocional, cognitivo y físico del paciente.

METODOLOGÍA

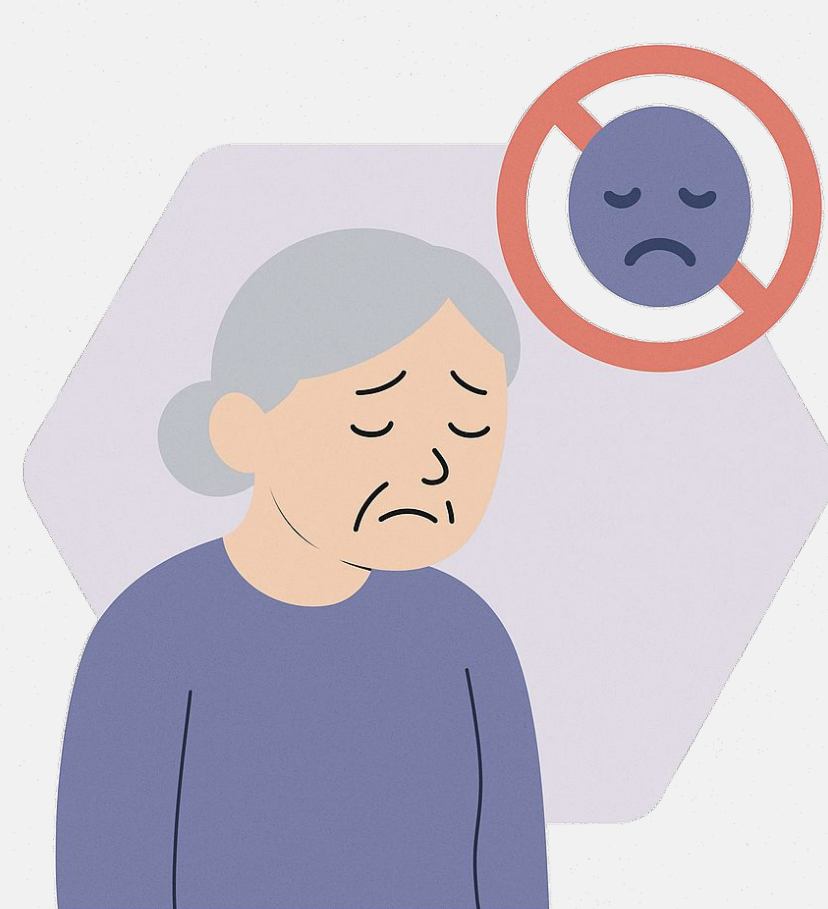
Se realizó una revisión bibliográfica de literatura científica, guías clínicas y recursos educativos dirigidos a cuidadores familiares, complementada con experiencia profesional en atención primaria.

RESULTADOS

Se identificaron conductas que pueden causar ansiedad, confusión o pérdida de autoestima en la persona con Alzheimer, tales como(1):



No corregir su memoria



No ignorar emociones



No sobreestimar



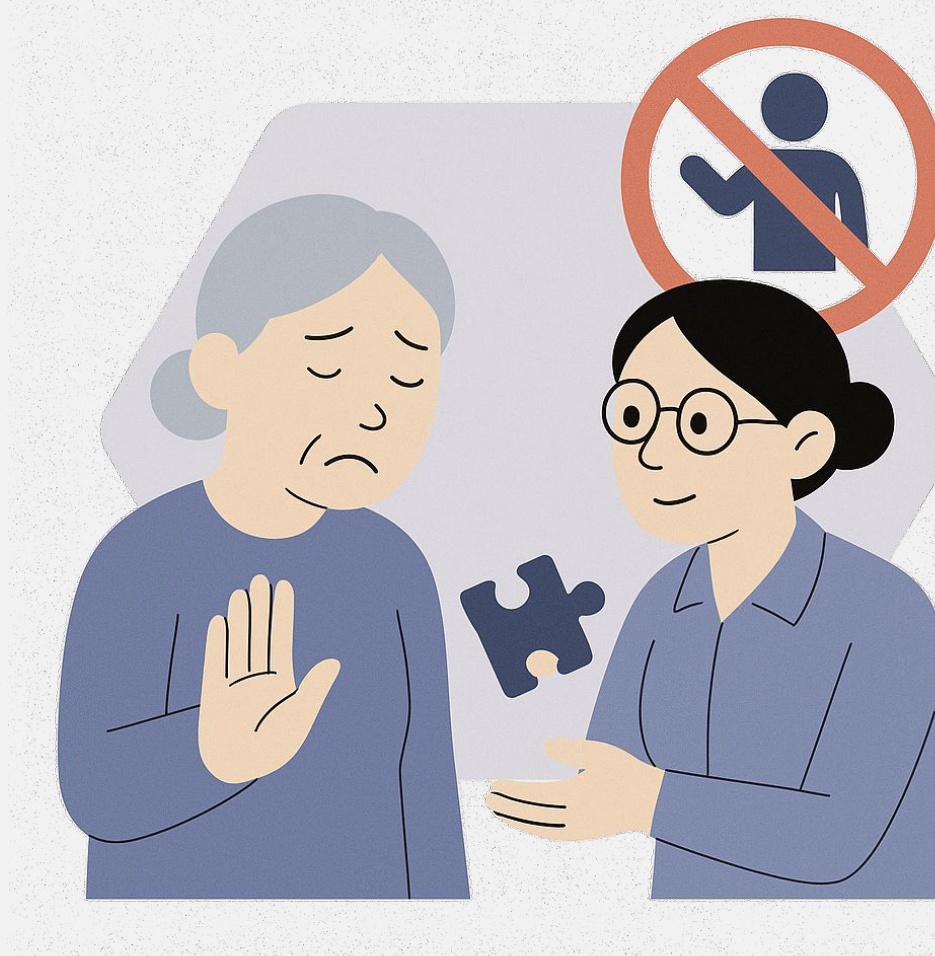
No aislar



No suponer que siempre están confundidos



No descuidar la supervisión y seguridad



No forzar su participación en actividades



No modificar rutinas sin preparación previa



No anticiparse a la incapacidad de autocuidado



No usar un lenguaje infantilizado ni muy complejo

Estas acciones pueden evitarse mediante estrategias como la comunicación empática, la validación emocional, la estructuración del entorno y el fomento del autocuidado(3).

CONCLUSIONES

Evitar errores comunes contribuye a preservar la dignidad de la persona, prevenir conflictos y crear un entorno más comprensivo. La formación y el acompañamiento adecuado aumentan la calidad del cuidado y protegen la salud física y emocional tanto del paciente como del cuidador (4)(5).

Bibliografía

