

Cómo Permanecer Seguro:
LA DEAMBULACIÓN
Y EL PACIENTE CON LA
ENFERMEDAD DE ALZHEIMER



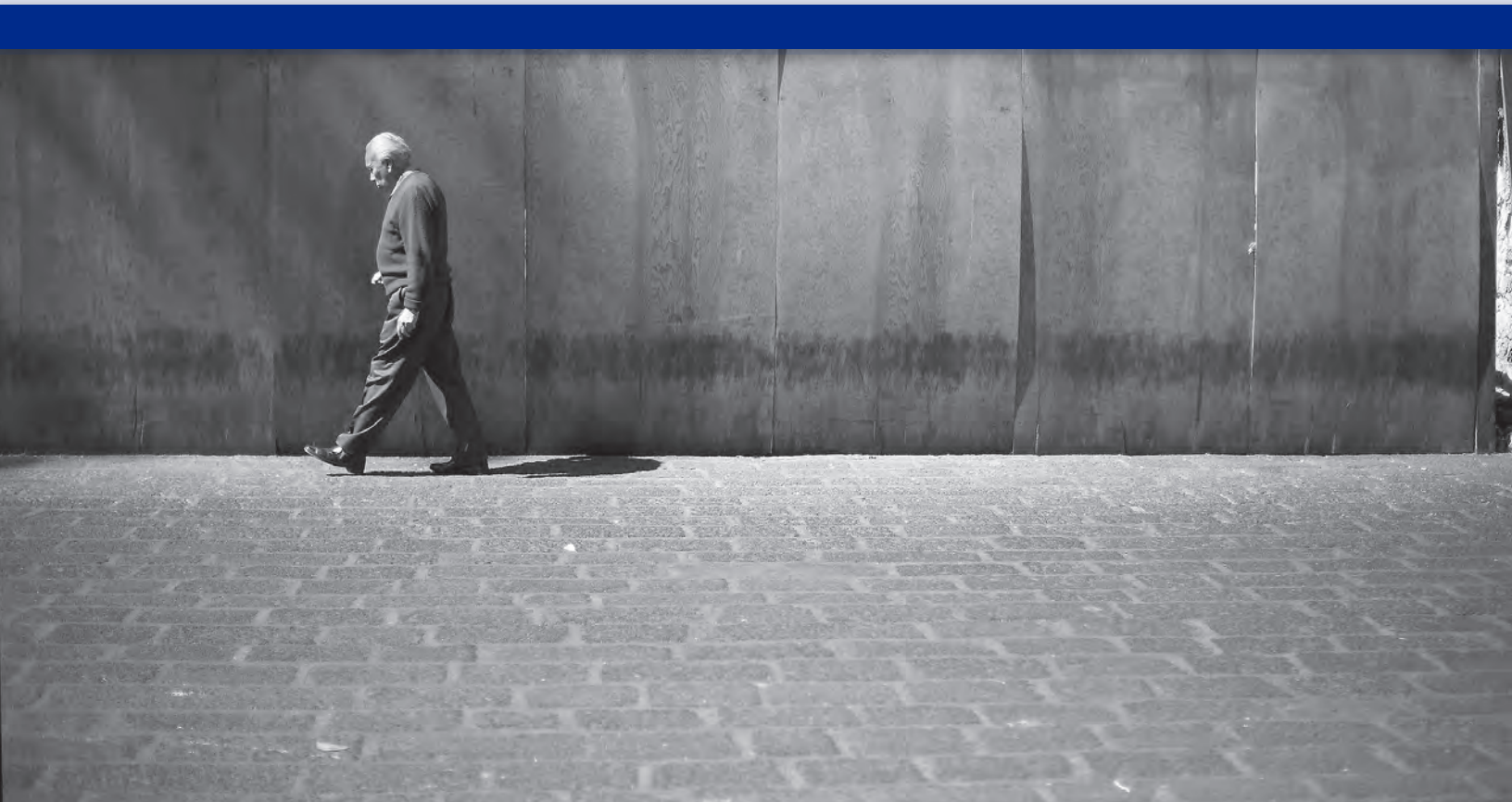
ALZHEIMER'S
DISEASE
RESEARCH

A Program of the
American Health Assistance Foundation



ALZHEIMER'S
DISEASE
RESEARCH

A Program of the
American Health Assistance Foundation



Cómo evitar el deseo de deambular 1

Si una persona está desaparecida 2

Recursos..... 3

Uno de los comportamientos más peligrosos relacionados con la enfermedad de Alzheimer es el deseo de deambular. Un paciente que padece de Alzheimer y que deambula solo fuera de la casa se puede perder, confundir o accidentar fácilmente, e incluso morir por exposición al frío durante el invierno. Es imperativo, especialmente en la etapa intermedia de esta enfermedad, que los cuidadores tomen medidas para evitar el riesgo de deambular y saber qué hacer si su ser querido desaparece.

Parte de evitar el riesgo de deambular es tratar de identificar las razones por las que un paciente puede tener deseos de hacerlo. Algunas razones comunes para desear deambular son:

- **Confusión.** El paciente no se da cuenta que está en casa, y sale dispuesto a “encontrarla”.
- **Delirios.** El paciente puede estar tratando de cumplir una responsabilidad del pasado, tal como ir a trabajar o ir a buscar a un hijo.
- **Intentos de escapar** de una amenaza real o percibida. Los pacientes pueden sentirse asustados por un hogar ruidoso, un visitante extraño o incluso por la creencia de que su cuidador está tratando de hacerle daño.
- **Nerviosismo**, un síntoma común de la enfermedad de Alzheimer también puede exacerbarse por algunos medicamentos.
- **Inquietud**, ocasionada por la falta de ejercicio y otras estimulaciones.
- **Búsqueda** de algo, ya sea una persona, un lugar o un artículo personal que haya perdido.

Cómo evitar el deseo de deambular

No se debe dejar nunca solo a un paciente que padece de la enfermedad de Alzheimer que está inquieto o que tiene tendencia a deambular. Incluso estando con otro adulto en casa, los cuidadores deben tomar ciertas medidas

para reducir el peligro de que el paciente salga solo de la casa. Algunas de estas medidas incluyen:

- Brindar al paciente un **lugar despejado y seguro para caminar**. Eliminar las alfombras y los obstáculos con los que el paciente pueda tropezarse, y permitirle caminar de un lado a otro.
- Asegurarse que todas las necesidades básicas del paciente están cubiertas. (Aseo personal, alimentación nutritiva, saciar la sed, etc.)
- Dar al paciente **algo** repetitivo que **hacer**, tal como mecerse en una mecedora o columpio, barrer el piso o doblar la ropa.
- Agregar **cerrojos** en todas las puertas que conducen al exterior, y mantener las llaves en un lugar seguro, donde el paciente no tenga acceso a ellas.
- Instalar **dispositivos de seguridad** comprados en su ferretería local en todas las ventanas para limitar cuánto se pueden abrir.
- Instalar **timbres o alarmas** que suenen cuando se abra una puerta que conduce al exterior. Estas también las puede encontrar en las ferreterías.
- Obtener un **brazalete de identificación médica** para el paciente con su nombre, las palabras “pérdida de memoria” y un número de teléfono de emergencia. Asegúrese que el paciente lo use en todo momento. Estos brazaletes a menudo se venden en las farmacias.
- Si es posible, instale una **verja** alrededor de su casa con una puerta con llave.

- Asegúrese que su ser amado traiga un GPS (Sistema de posicionamiento global) o **dispositivo de seguimiento**, lo que puede ayudarlo a encontrarlo rápidamente.
- **Avisar a sus vecinos** que su ser amado tiene tendencia a deambular y pedirles que le avisen inmediatamente si ven que está solo afuera.
- **Buscar** detectores de movimiento, buscapersonas electrónicos, cerrojos especiales y otros productos creados para pacientes que padecen de Alzheimer en sitios de internet y catálogos especiales de **productos de cuidado** (Ver la sección de Recursos en la parte posterior de este folleto para pedir más información).
- **Cubrir las puertas** con afiches de “camuflaje” que hacen que se vean como estantes para libros o algo diferente a una puerta. Estos pueden pedirse por catálogo. También se puede pintar las puertas del mismo color de las paredes, para hacerlas “desaparecer”.

Si una persona está desaparecida

Aun cuando haya tomado todas las precauciones mencionadas, existe aún la posibilidad de que en algún momento su ser querido logre escabullirse sin que se den cuenta. Ella pudo haberse ido caminando o por otro medio de transportación. Si esto ocurre, hay algunas cosas que debe estar preparado a hacer para encontrarlo tan pronto como sea posible. Estas incluyen:

- **Avisar a la policía**. Si su comunidad tiene el sistema 911, llame a ese número. Un paciente desaparecido que padece de la

enfermedad de Alzheimer debe ser tratado siempre como una emergencia.

- **Tener varias copias** de una **fotografía** reciente y tomada muy de cerca de la persona, para entregar a la policía, vecinos, y cualquier persona que pueda estar buscándola.
- **Conservar una lista** (con varias copias) de la edad, sexo, estatura, peso y otras características físicas de su ser amado junto con su tipo de sangre, estado de salud, medicamentos, trabajos dentales, necesidades dietéticas y demás información pertinente para compartir con el personal de búsqueda.
- Proporcionar un **artículo de vestir** usado recientemente por el paciente que no esté lavado, guardado en una bolsa plástica para ayudar a los perros policía en la búsqueda de su ser amado. Con guantes de goma para evitar agregar su propio olor, reemplazar el artículo de vestir cada mes para que el olor se mantenga penetrante.
- Tener una **lista preparada de los lugares peligrosos** en su vecindario que se deben buscar primero, tales como concurridos cruces de caminos, puentes cercanos, riachuelos o viaductos, una zanja de drenaje o terreno empinado.
- Proporcionar una **lista de lugares a donde le gusta ir a la persona**, tal como un centro comercial, lugar de adoración, un parque o algún otro sitio que le sea familiar.

Recuerde entre más personas sepan sobre el estado de su ser amado y su tendencia a deambular, más ayuda obtendrá para evitar que se pierda.

Recursos

Investigación Sobre La Enfermedad de Alzheimer (Alzheimer's Disease Research) Es un programa de la Fundación Americana de Asistencia para la Salud. Proporciona información y publicaciones a los cuidadores de pacientes con la enfermedad de Alzheimer. El sitio web de la fundación tiene también abundantes recursos, incluyendo cómo obtener catálogos especiales de productos diseñados para el paciente con la enfermedad de Alzheimer.
1-800-437-2423
www.ahaf.org/alzheimers

Lea Nota: Las siguientes organizaciones no están afiliadas a la Fundación Americana de Asistencia para la Salud (American Health Assistance Foundation - AHAF), y AHAF no respalda los programas o productos ofrecidos por estas organizaciones. Algunas de las organizaciones pueden cobrar honorarios por sus servicios y asesoramiento.

Alzheimer's Disease Education and Referral Center (Centro de Educación y Referencia sobre la Enfermedad de Alzheimer) Es un servicio del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento, que forma parte de los Institutos Nacionales de Salud del gobierno federal de los Estados Unidos.
1-800-438-4380
www.nia.nih.gov/alzheimers

The Alzheimer's Store Catalog (Catálogo de Tienda de la Enfermedad de Alzheimer) Proporciona productos para personas con la enfermedad de Alzheimer y para sus cuidadores.
1-800-752-3238
www.alzstore.com

Eldercare Locator

(Localizador de Cuidado para Ancianos)
Servicio nacional que lo ayudará a ubicar una variedad de servicios en su área, incluyendo descanso para los cuidadores.
1-800-677-1116
www.eldercare.gov

MedicAlert Foundation International (Fundación Internacional de Alerta Médica)

Servicio sin fines de lucro que ofrece a sus afiliados, identificación médica las 24 horas a nivel nacional respondiendo los casos de individuos con Alzheimer, o una demencia relacionada, quienes tienen tendencia a deambular o tienen una emergencia médica. MedicAlert se ocupa de llamar a los contactos familiares del paciente y les avisa sobre su situación para que usted no esté solo en una emergencia.
1-888-633-4298
www.medicalert.org

National Adult Day Services Association (Asociación Nacional de Servicios Diurnos para el Adulto)

Proporciona ayuda para ubicar servicios de cuidado diurno para el adulto de acuerdo al estado donde reside.
1-877-745-1440
www.nadsa.org

Alzheimer's Association CareFinder™ (La Asociación de Alzheimer para la Búsqueda de Cuidado)

Fundación privada que ayuda a localizar lugares buenos de cuidado en su área, abordando asuntos como la planificación a futuro, opciones de cuidado, y la coordinación de atención médica. También ofrece una línea de ayuda, disponible las 24 horas todos los días para las emergencias relacionadas con el Alzheimer.
1-800-272-3900
TDD: 1-866-403-3073
www.alz.org/carefinder

www.alz.org/living_with_alzheimers_wandering_behaviors.asp

Centers for Medicare and Medicaid Services (CMS) (Centros para Servicios de Cuidado y Auxilio Médico)

Ofrece en su sitio de internet una manera de comparar los hospitales, hogares de ancianos, y servicios de atención domiciliaria. Posee una amplia selección de recursos para el cuidador.
1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)
www.medicare.gov/caregivers

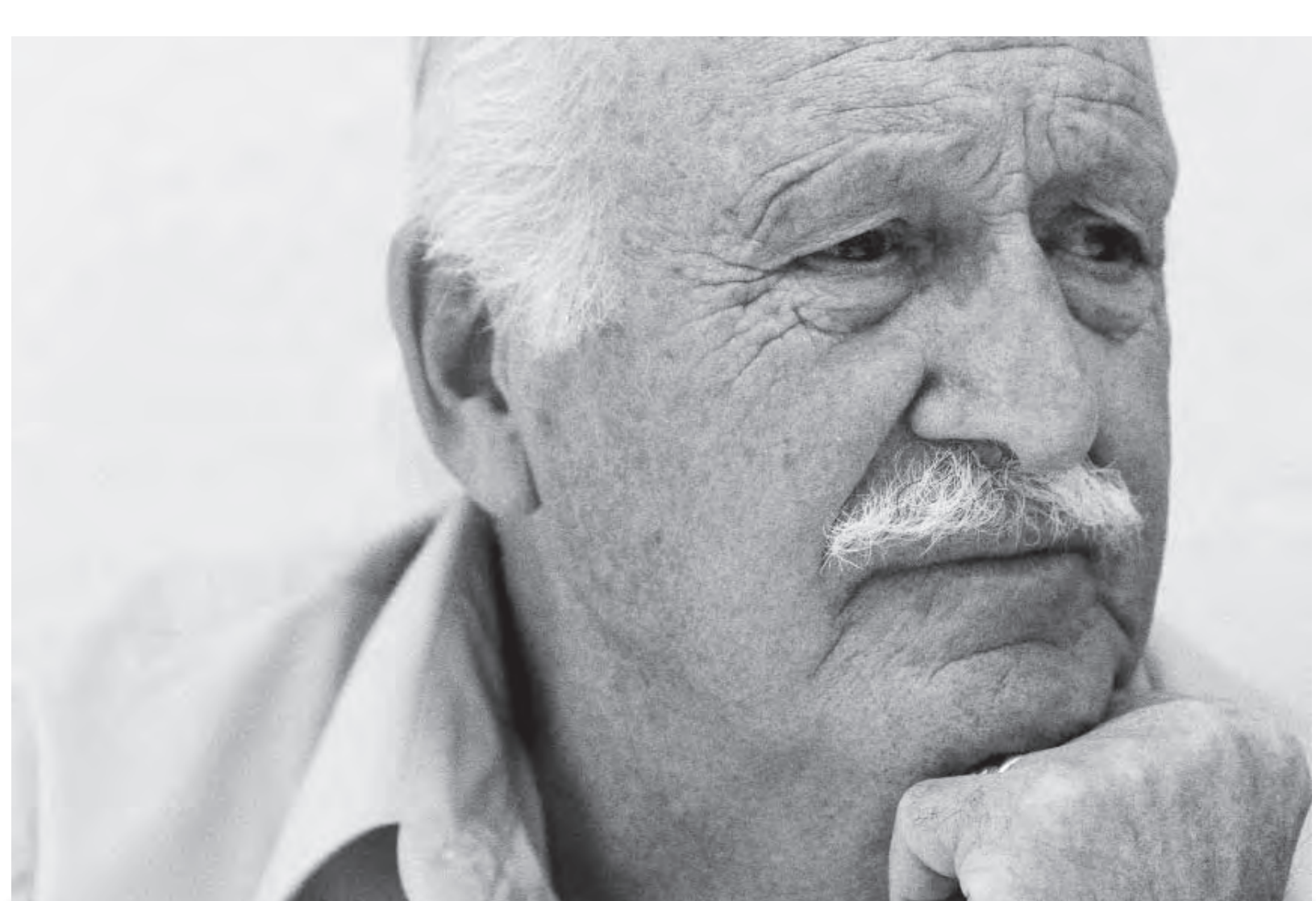
National Institute on Aging (NIA) (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento)

Juntamente con la biblioteca nacional de medicina, ofrece un sitio en internet llamado NIHSeniorHealth, especialmente diseñado para las personas mayores.
(301) 496-1752
www.nia.nih.gov
www.nihseniorhealth.gov

National Resource Center on Supportive Housing and Home Modification (Centro Nacional de Recursos de Apoyo y Modificación Arquitectónica de la Vivienda)
Este centro sin fines de lucro opera en conjunto con una universidad y ofrece una librería extensa que incluye recursos en la modificación arquitectónica de la vivienda (Escalera levadiza, inodoros automáticos, barras de apoyo, etc.)
(213) 740-1364
www.homemods.org

National Respite Locator Service (Servicio Nacional de Búsqueda de Relevo Temporal)

Ofrece ayuda a los cuidadores y demás profesionales a localizar servicios de ayuda o relevo temporal en sus comunidades.
(703) 256-2084
www.homemods.org





Para más información sobre
precios y pedidos, escriba a:

22512 Gateway Center Drive

Clarksburg, MD 20871

(301) 948-3244

1-800-437-2423

info@ahaf.org

www.ahaf.org/espanol

Conectese y Comparta:



www.ahaf.org/connect