

¿Cómo cuidar a un adulto mayor con demencia?

El estigma y la discriminación, pueden impedir la búsqueda de ayuda e incluso provocar aislamiento y soledad tanto en pacientes como cuidadores. Normalizar las conversaciones sobre el tema y educar en el proceso, son buenas formas de comenzar.

No recordar en qué lugar se dejaron las llaves o si quedó puesta la alarma del auto, son parte de los olvidos más frecuentes que experimenta una persona al día. Nada fuera de lo común. Sin embargo, repetir mucho la misma idea, tener dificultad para comunicarse o desorientarse al conducir, son problemas a los que sí hay que prestar atención.

La demencia abarca varias enfermedades que afectan a la memoria, el pensamiento y la capacidad para realizar actividades cotidianas. Entre los primeros síntomas, destacan los cambios de humor, antes incluso que los problemas de memoria. Así le ocurrió a Leonel, quien hace dos años asiste al Cen-

tro Amancay del Hospital San Pablo de Coquimbo, debido a la demencia frontotemporal que padece. «Lo primero que notamos fue que su conducta se volvió muy violenta, siendo una persona muy pasiva, que no decía garabatos. Empezó a olvidar algunas cosas muy puntuales respecto al presente, si le decía *¿vamos a comprar el pan?*, al segundo se le olvidaba lo que tenía que hacer», comenta Alda Díaz, su esposa y principal cuidadora.

Para ella, las primeras señales que advirtieron de que algo estaba ocurriendo, fueron la pérdida del trabajo y un accidente vehicular. «Él se dedicaba a la construcción y un día lo despidieron, eso nos alertó, porque cuan-



do salía de un lugar, al día siguiente lo estaban llamando, ya que era muy buen maestro. Otra de las cosas graves fue que volvió de trabajar con la camioneta chocada. La estacionó, amarró con una cuerda el parabrisas y la puerta, y se acostó a dormir. Me di cuenta cuando fui a ver algo al patio y la vi, si no lo hago, él sale al otro día así. Entonces esa fue otra de las cosas donde dijimos: aquí está pasando algo», recuerda.

La Dra. Valeria Vidal, geriatra del centro de demencia Amancay, explica que los pacientes con esta enfermedad van presentando un deterioro cognitivo que con el tiempo también va a llevar a uno funcional, el que va afectando su rutina diaria.

«Principalmente en las capacidades instrumentales, como salir a comprar, manejar el teléfono o cocinar, y cuando vaya avanzando el proceso de la demencia, en actividades más básicas

como bañarse o vestirse. Por eso siempre hay que avisar a los vecinos y a quien vive al frente del hogar, por si el paciente sale a la calle. Deben estar todos interiorizados que hay un paciente que se puede perder, en ese sentido, marcarle la ropa o poner en algún lugar de su cuerpo el teléfono y nombre, puede servir si alguien lo encuentra, así tienen a quien contactar», señala.

Amancay: centro para pacientes con demencia

Con el objetivo de mejorar la calidad de vida y reducir los síntomas de quienes viven con demencia, el Hospital Coquimbo inauguró en 2018 el Centro Amancay, el primer recinto de este tipo en el norte de Chile. Hoy, alrededor de 80 pacientes se atienden en el lugar junto a sus cuidadores, quienes reciben apoyo de un equipo multidisciplinario compuesto por geriatra, psiquiatra, psicólogo y terapeutas ocupacionales, entre otros profesionales.