

Día Mundial del Alzheimer: la importancia de la comunicación



Yislem Barrientos
Académica Carrera de Fonoaudiología
UDLA, Sede Concepción

En septiembre se conmemora el Día Mundial del Alzheimer, fecha que invita a reflexionar sobre el profundo impacto de esta enfermedad neurodegenerativa que, no solo menoscaba la memoria, sino que también afecta la capacidad de comunicación de quienes la padecen, afectando a cerca de 200 mil personas en nuestro país.

Los problemas de comunicación en quienes padecen esta patología son progresivos, manifestándose inicialmente en la dificultad para encontrar palabras, mantener una conversación coherente y comprender mensajes complejos. A medida que la enfermedad avanza, pueden perder por completo la capacidad de expresarse verbalmente. Estas dificultades generan frustración y aislamiento, tanto para quienes la padecen como para sus cuidadores.

Incorporar estrategias centradas en una comunicación efectiva y en la validación, que aseguren que la persona se sienta realmente escuchada, puede ayudar a mantener la interacción social y preservar las habilidades comunicativas por más tiempo. Esto, a su vez, contribuye a disminuir la ansiedad y el estrés que estas dificultades generan tanto en la persona afectada como en su entorno.

Algunas sugerencias útiles incluyen utilizar frases cortas y claras, expresarnos de manera pausada y mantener el contacto visual directo para conservar la atención del sujeto. Es recomendable mencionar los mensajes más importantes al inicio de la frase, repetir la información si es necesario y dejar suficiente tiempo para que el individuo comprenda lo que se le dice. También es útil hacer preguntas cerradas (que puedan responderse con 'sí' o 'no') y conectar experiencias pasadas con el presente, utilizando su historia de vida como un ancla para orientarla.

Otra técnica es la reinterpretación del lenguaje y la conducta, que consiste en ignorar lo incorrecto e intentar deducir e interpretar su significado como una expresión de las necesidades de la persona, prestando especial atención a sus palabras y a sus expresiones extraverbales más relevantes.

Finalmente, no debemos olvidar la importancia de la comunicación no verbal, ya que esta facilita la comprensión. Utilizar gestos o movimientos relacionados con lo que deseamos expresar, así como adoptar expresiones faciales y posturas que transmitan calma, empatía y tranquilidad, son clave en la interacción.