

10 consejos para interactuar con personas que tienen demencia:

1 Evitar reaccionar críticamente y recordar que sus acciones son parte de la enfermedad, no de malicia.

2 Reconocer que no se puede cambiar la realidad de la enfermedad, solo controlar nuestras reacciones.

3 Comprender que la pérdida de memoria es su principal discapacidad y manejar las situaciones con paciencia.

4 Reconocer el miedo que sienten debido a la pérdida constante y considerar opciones médicas para reducir la ansiedad.

5 Considerar la ayuda de centros de día para brindarles atención y descanso a los cuidadores familiares.

6 Prestarles atención total al comunicarse, minimizando distracciones y manteniendo contacto visual.

7 Abordar sus experiencias de manera comprensiva, sin desestimar sus sentimientos o corregirlos con enojo.

8 Evitar confrontaciones y discusiones, así como recordarles constantemente su olvido.

9 Adaptarse a su realidad en lugar de intentar educarlos, facilitando la comunicación y proporcionando opciones.

10 Mantener el sentido del humor y buscar momentos de alegría para aliviar tensiones.



Consejos para el manejo de pacientes con **DFT** en casa

- 1** Es importante tener cuidadores a medida que la condición evoluciona para ayudar con las actividades diarias y manejar las finanzas.
- 2** El ejercicio cardiovascular regular puede mejorar el estado de ánimo y las habilidades de pensamiento.
- 3** Haz ajustes en el hogar para facilitar las tareas diarias y reducir el riesgo de lesiones.
- 4** Los cuidadores pueden reducir los problemas de conducta al modificar la forma en que interactúan con las personas con demencia.
- 5** Consulta recursos disponibles para capacitación en el cuidado de pacientes con demencia.
- 6** Cambia la interacción para evitar desencadenantes de comportamientos no deseados y mantener un ambiente tranquilo.
- 7** Establece rutinas estructuradas y simplifica las tareas diarias.
- 8** Usa distracciones para redirigir la atención de conductas problemáticas.



Los síntomas de la demencia frontotemporal y los trastornos relacionados pueden incluir:

1

Falta de interés en los demás

2

Menos energía y motivación

3

Repetición de actividad o de una palabra una y otra vez

4

Mayor interés sexual.

5

Exceso o falta de reacción emocional

6

Problemas con el equilibrio y al caminar.

7

Mayor torpeza.

8

Manos temblorosas.

9

Debilidad y pérdida muscular.



¿Cómo afecta la DFT?

1

La demencia frontotemporal impacta la vida cotidiana de quienes la padecen, con la pérdida gradual de habilidades que dificultan tareas básicas como la comunicación y la movilidad.

2

Este trastorno no solo afecta al individuo enfermo, sino que también repercute en su entorno, incluidos familiares y amigos cercanos.

3

Los cambios en la personalidad, la comunicación y el comportamiento pueden resultar desafiantes para los seres queridos, generando angustia y agotamiento emocional.

4

Brindar apoyo y cuidado a la persona afectada es fundamental, involucrándose en actividades y demostrándole amor y atención para mantener su sentido de valía y conexión.

5

Es esencial que los cuidadores practiquen el autocuidado para preservar su bienestar físico y emocional mientras enfrentan los desafíos asociados con la demencia frontotemporal.



Fases de la demencia frontotemporal

Fase 1. En ella, el paciente mantiene su independencia, aunque ya se puede notar la aparición de síntomas.



1

2



Fase 2. La persona comienza a necesitar ayuda en la ejecución de tareas. Sin embargo, puede mantener su independencia.

Fase 3. Se nota una mayor necesidad de ayuda, pero los enfermos siguen siendo capaces de realizar actividades básicas como vestirse, bañarse y alimentarse.



3

4



Fase 4. En esta etapa el enfermo no puede quedarse solo en casa,

Fase 5. El afectado es completamente dependiente del cuidador y pasa en cama la mayor parte del tiempo.



5

Buscar un grupo de apoyo especializado, ya sea a través del médico o en línea, para obtener información y compartir experiencias con personas en situaciones similares.

Priorizar el autocuidado de los cuidadores y sus colaboradores, incluyendo el ejercicio, una dieta saludable y el manejo del estrés, así como participar en actividades recreativas fuera del entorno de cuidado.

Estrategias de afrentamiento y apoyo ante una DFT

Educar a familiares, amigos y colaboradores sobre los síntomas y desafíos asociados con la demencia frontotemporal para brindar un mejor apoyo y comprensión.

Planificar con anticipación la transición a cuidados de tiempo completo, involucrando a la persona afectada en el proceso de toma de decisiones cuando sea posible.

Buscar ayuda de familiares, amigos u organizaciones de cuidado temporal para proporcionar descanso y apoyo a los cuidadores principales.



• 24 de Septiembre al 1 de Octubre
Semana Mundial de Concienciación sobre la
Demencia Frontotemporal.



**"Aunque las palabras se pierdan en el camino,
nuestro vínculo permanece inquebrantable."**