



PLANES ANTES QUE ALGUIEN SE ENFERME

Coronavirus (COVID-19) es una enfermedad nueva con la que nunca hemos tenido que lidiar. Las personas de la tercera edad y las personas que tienen otros problemas de salud tienen un riesgo mayor de contraer esta nueva enfermedad. Por eso es importante hablar sobre los planes antes de que alguien se enferme. Nos preocupa, “¿qué pasa si alguien en la casa tiene COVID-19?” por eso es importante planear. Pero es muy importante planear, especialmente cuando vive con una persona que tiene la enfermedad de Alzheimer o demencia.

SEÑALES QUE TIENE QUE TOMAR EN CUENTA



- Es posible que una persona con demencia no pueda decirle con palabras que está enferma. Si usted nota que la persona se está comportando de una manera extraña, podría ser una señal de que esté enferma. Algunos ejemplos son: el estar más confundida de lo normal, se cae más seguido o de repente, o la persona no llega al baño a tiempo, cuando antes no tenía este problema.
- Si nota algún cambio o está preocupado, llame al doctor lo antes posible y siga las instrucciones que le den.
- Si la persona con demencia tiene fiebre, tos o problemas para respirar, llame primero al doctor de inmediato y busque sitios de prueba para COVID-19. **SI** no logra comunicarse con el doctor o si la persona tiene dificultad para respirar y parece potencialmente serio, **ENTONCES** llévelo a un centro de urgencia, a una Sala de Emergencia de un hospital, o llame al 9-1-1.

PLANES CON ANTICIPACIÓN



- El lugar más seguro para usted y la persona con demencia es su casa. ¿Podría pedirle a alguien de su familia, un amigo o vecino que le traigan el mandado? Pregunte si su farmacia podría enviarle las medicinas a su casa por correo, y que no se le olvide el pedir por su propia medicina también. Entre menos salga de su casa, mejor.
- Escriba una lista de números de teléfono en caso de emergencia de familiares, amigos, vecinos, compañeros de la iglesia, personas que manejan, doctores, y organizaciones en la comunidad que le puedan ayudar con cosas como ir al mercado y traerle el mandado a su casa.

PLANES CON ANTICIPACIÓN (CONT.)

- Ponga esta lista de números de teléfonos en un lugar fácil de encontrar, como la puerta del refrigerador. Hable con las personas en su lista y vea quien se ofrece a ayudarlo si lo necesita.
- Hable con su familia, amigos y vecinos para hacer planes en caso que alguien se enferme.
 - ¿Qué pasa si la persona con demencia se enferma o si usted se enferma? ¿Quién puede ayudar? ¿Quién puede cuidar de la persona mientras usted está enfermo? ¿Tiene instrucciones escritas? ¿Dónde guarda la medicina? ¿Hay un cuarto donde la persona enferma pueda quedarse separada de los demás? ¿Tiene suficiente papel de baño, medicina y cualquier otra cosa que necesite? ¿Tiene suficiente comida?
- ¿Quién está legalmente a cargo de tomar decisiones médicas y legales para la persona con demencia? ¿Quién está legalmente a cargo de tomar decisiones médicas y legales para Usted? Los documentos de planificación de atención avanzada deben incluir todos estos deseos en escrito, y deben estar firmados y guardados en su casa.

SI ALGUIEN SE ENFERMA



- Llame a su doctor y siga sus instrucciones al pie de la letra.
- Mantenga a la persona que está enferma en un cuarto alejada de otras personas en la casa. No permita visitas.
- Ponga a alguien en la casa a cargo de mantener limpios y desinfectados las mesas, los platos, manijas y cerraduras de las puertas y los apagadores de luz.
- No compartan comida, vasos, tazas o botellas de agua.
- Lávese las manos con frecuencia y trate de mantenerse lo más lejos posible de la persona.
- Si necesita estar cerca de la persona que está enferma, trate de insistir que se ponga una máscara de tela que cubre la nariz y la boca. Si es difícil lograr que se la ponga, (es muy probable que no quiera), entonces usted pongase una máscara de tela que cubre la nariz y la boca. Usar una máscara de tela que cubre la nariz y boca puede darle miedo a la persona con demencia, pero es importante que usted se proteja de la persona que está enferma. Trate de entender sus sentimientos y tómela en cuenta calmándola o distrayéndola.

Para más información sobre COVID-19, visite la página web de Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de CDC a: [cdc.gov/spanish](https://www.cdc.gov/spanish)