

Uso del baño



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

Personas con Alzheimer o demencia pueden:

- tener poco control de sus funciones corporales
- estar tomando medicamentos que los hacen orinar mucho
- olvidar para qué sirven el baño y el inodoro
- sentirse avergonzados de pedir ayuda
- no encontrar el baño a tiempo
- no poder quitarse la ropa a tiempo



844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

© 2018 Alzheimer's Los Angeles
Supported by DHHS, ACL (#90AL0002-01-00)

Personas con la enfermedad de Alzheimer o demencia pueden tener accidentes cuando necesitan ir al baño.

¿QUÉ PUEDE HACER?

DARSE TIEMPO SUFICIENTE Y MANTENERSE POSITIVO

- de tiempo adicional... sea paciente... no apresure
- mantenga la calma y la voz suave
- de instrucciones sencillas de un solo paso — “caminemos por acá, bien, ahora entremos aquí”
- considere que la persona puede sentirse avergonzado al tener que quitarse la ropa delante de usted o de una persona del sexo opuesto

TRATE DE FACILITAR LAS COSAS

- utilice ropa que sea fácil de poner y de quitar: como pantalones con cintura elástica o velcro en lugar de botones
- siente a la persona cerca del baño para que no tenga que caminar muy lejos
- mantenga una luz prendida en el baño para que se pueda ver cuando sea necesario
- use un asiento de inodoro de color brillante para poder distinguirlo con facilidad
- instale un asiento de inodoro elevado con barras de seguridad para sujetarse; algunas personas tienen la sensación de caerse cuando se sientan en un inodoro bajo
- saque o cubra cualquier cosa que se pueda confundir con un inodoro, como el bote de basura, por ejemplo

MANTENGA UN HORARIO

- establezca un horario regular para ir al baño: al despertarse, antes y después de cada comida, y justo antes de acostarse a dormir
- limite el consumo de agua y otras bebidas antes de dormir

LOS ACCIDENTES SUCEDEN

- sea comprensible cuando pasen accidentes
- mantenga la calma y consuele a la persona si se altera
- tenga suministros listos, tales como: ropa y toallas húmedas
- si la persona tiene accidentes súbitos o con mayor frecuencia, hable con el doctor sobre las posibles causas — por ejemplo, un medicamento nuevo o una infección

Toileting



WHY DOES THIS HAPPEN?

People with Alzheimer's or dementia might:

- have poor control of their body functions
- be taking medications that cause them to urinate a lot
- forget what the bathroom and toilet are used for
- feel embarrassed and ashamed to ask for help
- might not be able to find the bathroom in time
- might not be able to remove their clothes in time



844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

© 2018 Alzheimer's Los Angeles
Supported by DHHS, ACL (#90AL0002-01-00)

People with Alzheimer's disease or dementia can have accidents when they want to go to the bathroom.

WHAT CAN YOU DO?

ALLOW TIME & BE POSITIVE

- plan for extra time... be patient... don't rush
- stay calm and use a gentle voice
- give one step directions — "let's walk this way, let's come in here"
- think about if the person is embarrassed to get undressed in front of you or a person of a different sex

KEEP THINGS SIMPLE

- find clothes that are easy to take on and off, such as pants with an elastic waist or Velcro instead of buttons
- try to seat the person closer to the bathroom so they don't need to walk as far
- keep a light on in the bathroom so it can be seen when needed
- use a toilet seat with a bright color so that it can be seen easily
- install a raised toilet seat and grab bars – some individuals feel like they are falling when sitting down on a low toilet
- remove anything that looks like a toilet, such as a trash can

KEEP A SCHEDULE

- create a regular schedule for using the toilet: when they wake up, before and after meals, and just before bed
- limit water and other drinks close to bedtime

ACCIDENTS HAPPEN

- be understanding when accidents happen
- stay calm and comfort the person if they are upset
- be prepared with supplies, such as extra clothes and wipes
- if accidents happen suddenly or more often, talk with their doctor about possible reasons — for example, a new medication or an infection may cause this to happen