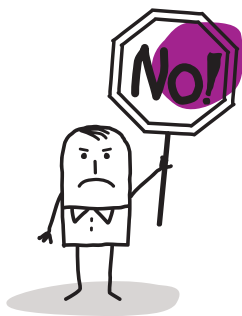


Resistencia



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

Es muy posible que las personas con Alzheimer o demencia:

- tengan miedo o se sienten fuera de control
- se sienten apresurados
- no entienden lo que quieren de ellos
- se sienten abrumados
- sienten miedo de hacer una actividad nueva o que sea complicado

Algunas personas con Alzheimer o demencia se niegan a hacer actividades comunes tales como bañarse, o salir a algún lado como a las citas médicas. Esto puede ser muy frustrante para el cuidador.

¿QUÉ PUEDE HACER?

SEA COMPRESIVO Y COMPASIVO

- tome en cuenta los sentimientos de la persona
- escuche las inquietudes de la persona
- mantenga la calma y sea amable

SEA RESPETUOSO

- trate a la persona como un adulto
- el orgullo de la persona puede que rechace su ayuda
- permítale elegir y tomar decisiones sobre aspectos pequeños
- bríndeles privacidad para bañarse y vestirse

CREA UN PLAN CON ANTICIPACIÓN

- dele suficiente tiempo para alistarse
- ¿es posible dividir la tarea en pasos pequeños?
- si el rechazo de una actividad ó tarea sucede a la misma hora o lugar, cambie la hora del día o intente un enfoque distinto
- ¿hay alguien que pueda lograr que la persona coopere? Entonces, deje que esa persona haga el intento.

CUANDO LAS COSAS SE VUELVEN MUY FRUSTRANTES

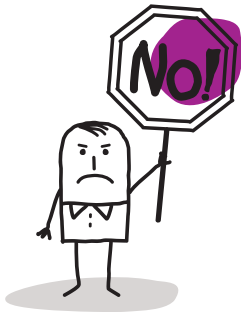
- distráigalos invitándoles en hacer algo que ellos disfruten
- aléjese o salga de la habitación e inténtelo de nuevo más tarde o si es posible, inténtelo otro día
- respire profundamente varias veces, mire videos cortos y agradables o busque otra manera de tranquilizarse
- únase a un grupo de apoyo o hable con un Consejero de Cuidadores para que le pueda dar nuevas ideas sobre cómo ayudar con el comportamiento y para que le ayude a sobrellevar la situación



844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

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

Resistance



WHY DOES THIS HAPPEN?

People with Alzheimer's or dementia might:

- feel afraid or out of control
- feel rushed or hurried
- not understand what is expected of them
- feel embarrassed and ashamed to ask for help
- feel overwhelmed
- be scared about doing a new activity or one that is complicated

Sometimes people with Alzheimer's or dementia refuse to do common activities, like bathing, or to go somewhere, like to the doctor's office. This can be very frustrating to the caregiver.

WHAT CAN YOU DO?

BE UNDERSTANDING AND COMFORTING

- consider their feelings
- listen to their concerns
- try to look and sound calm and pleasant

BE RESPECTFUL

- treat the person like an adult
- a strong sense of pride can make a person refuse your help
- allow them to make some small decisions and choices
- provide privacy for bathing and dressing

CREATE A PLAN AHEAD OF TIME

- allow enough time to get ready
- can the task be broken down into smaller steps?
- does this happen at the same time or place? If so, try another time of day or a different approach
- would someone else have better luck getting the person to cooperate? Let that person do it.

WHEN THINGS GET TOO FRUSTRATING

- change their attention to something that they enjoy
- step away or leave the room and try again later or, if possible, try it another day
- take several deep breaths, watch a few short funny videos or try another way to calm down
- join a support group or speak to a care counselor to get new ideas about how to help the behavior and to help you cope

 **Alzheimer's
LOS ANGELES**
844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

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