

Cómo Permanecer Seguro:
LA DEAMBULACIÓN
Y EL PACIENTE CON
LA ENFERMEDAD
DE ALZHEIMER



ALZHEIMER'S
FAMILY RELIEF
PROGRAM

(Fundación Americana de Asistencia para la Salud)

Cómo evitar el deseo de deambular	2
Si una persona está desaparecida.	4
Más ayuda para los cuidadores.	6
Recursos adicionales	7

Uno de los comportamientos más peligrosos relacionados con la enfermedad de Alzheimer es el deseo de deambular. Un paciente que padece de Alzheimer y que deambula solo fuera de la casa se puede perder, confundir o accidentar fácilmente, e incluso morir por exposición al frío durante el invierno. Es imperativo, especialmente en la etapa intermedia de esta enfermedad, que los cuidadores tomen medidas para evitar el riesgo de deambular y saber qué hacer si su ser querido desaparece.

Parte de evitar el riesgo de deambular es tratar de identificar las razones por las que un paciente puede tener deseos de hacerlo. Algunas razones comunes para desear deambular son:

- **Confusión.** El paciente no se da cuenta que está en casa, y sale dispuesto a “encontrarla”.
- **Delirios.** El paciente puede estar tratando de cumplir una responsabilidad del pasado, tal como ir a trabajar o ir a buscar a un hijo.
- **Intentos de escapar** de una amenaza real o percibida. Los pacientes pueden sentirse asustados por un hogar ruidoso, un visitante extraño o incluso

por la creencia de que su cuidador está tratando de hacerle daño.

- **Nerviosismo**, un síntoma común de la enfermedad de Alzheimer también puede exacerbarse por algunos medicamentos.
- **Inquietud**, ocasionada por la falta de ejercicio y otras estimulaciones.
- **Búsqueda** de algo, ya sea una persona, un lugar o un artículo personal que haya perdido.

Cómo evitar el deseo de deambular

No se debe dejar nunca solo a un paciente que padece de la enfermedad de Alzheimer que está inquieto o que tiene tendencia a deambular. Incluso estando con otro adulto en casa, los cuidadores deben tomar ciertas medidas para reducir el peligro de que el paciente salga solo de la casa. Algunas de estas medidas incluyen:

- Brindar al paciente un **lugar despejado y seguro para caminar**. Eliminar las alfombras y los obstáculos con los que el paciente pueda tropezarse, y permitirle caminar de un lado a otro.
- Dar al paciente **algo** repetitivo que **hacer**, tal como mecerse en una mecedora o columpio, barrer el piso o doblar la ropa.

-
- Agregar **cerrojos** en todas las puertas que conducen al exterior, y mantener las llaves en un lugar seguro, donde el paciente no tenga acceso a ellas.
 - Instalar **dispositivos de seguridad** comprados en su ferretería local en todas las ventanas para limitar cuánto se pueden abrir.
 - Instalar **timbres o alarmas** que suenen cuando se abra una puerta que conduce al exterior. Estas también las puede encontrar en las ferreterías.
 - Obtener un **brazalete de identificación médica** para el paciente con su nombre, las palabras “pérdida de memoria” y un número de teléfono de emergencia. Asegúrese que el paciente lo use en todo momento. Estos brazaletes a menudo se venden en las farmacias.
 - Si es posible, instale una **verja** alrededor de su casa con una puerta con llave.
 - **Avisar a sus vecinos** que su ser querido tiene tendencia a deambular y pedirles que le avisen inmediatamente si ven que está solo afuera.

-
- **Buscar** detectores de movimiento, buscapersonas electrónicos, cerrojos especiales y otros productos creados para pacientes que padecen de Alzheimer en catálogos especiales de **productos de cuidado** (Ver la sección de Recursos Adicionales en la parte posterior de este folleto para saber como pedir algunos catálogos).
 - **Cubrir las puertas** con afiches de “camuflaje” que hacen que se vean como estantes para libros o algo diferente a una puerta. Estos pueden pedirse por catálogo. También se puede pintar las puertas del mismo color de las paredes, para hacerlas “desaparecer”.

Si una persona está desaparecida

Aun cuando haya tomado todas las precauciones mencionadas, existe aún la posibilidad de que en algún momento su ser querido logre escabullirse sin que se den cuenta. Si esto ocurre, hay algunas cosas que debe estar preparado a hacer para encontrarlo tan pronto como sea posible. Estas incluyen:

- **Avisar a la policía.** Si su comunidad tiene el sistema 911, llame a ese número. Un paciente desaparecido que padece de la enfermedad de Alzheimer debe ser tratado siempre como una emergencia.

-
- **Tener varias copias** de una **fotografía** reciente y tomada muy de cerca de la persona, para entregar a la policía, vecinos, y cualquier persona que pueda estar buscándola.
 - **Conservar una lista** (con varias copias) de la edad, sexo, estatura, peso y otras características físicas de su ser querido junto con su tipo de sangre, estado de salud, medicamentos, trabajos dentales, necesidades dietéticas y demás información pertinente para compartir con el personal de búsqueda.
 - Proporcionar un **artículo de vestir** usado por el paciente que no esté lavado, guardado en una bolsa plástica para ayudar a los perros policía en la búsqueda de su ser querido. Con guantes de goma para evitar agregar su propio olor, reemplazar el artículo de vestir cada mes para que el olor se mantenga penetrante.
 - Tener una **lista preparada de los lugares peligrosos** en su vecindario que se deben buscar primero, tales como concurridos cruces de caminos, puentes cercanos, riachuelos o viaductos, una zanja de drenaje o terreno empinado.
 - Proporcionar una **lista de lugares a donde le gusta ir a la persona**, tal como un centro comercial, la iglesia, un parque al que pueda entrar o algún otro sitio que le sea familiar.

Recuerde que mientras más personas sepan sobre el estado de su ser querido y su tendencia a deambular, más ayuda obtendrá para evitar que se pierda.

Más ayuda para los cuidadores

Para obtener más ayuda en cuanto al cuidado o para identificar los recursos que están disponibles para usted, póngase en contacto con **Alzheimer's Family Relief Program (AFRP)** (Programa de Ayuda Familiar para los Pacientes con Alzheimer), un programa de la Fundación Americana de Asistencia para la Salud de una organización sin fines de lucro ubicada en Clarksburg, MD. AFRP proporciona asistencia financiera directa a los pacientes que padecen de la enfermedad de Alzheimer y a sus cuidadores y facilita folletos y otro material de educación para que los pacientes y cuidadores puedan enfrentar esta situación.

Se pueden pedir solicitudes de ayuda financiera y publicaciones en línea o mediante nuestro número de llamada gratuita. Para más información, visite nuestro sitio web en www.ahaf.org o llame al 1-800-437-2423.

Recursos adicionales

Alzheimer's Disease Education and Referral Center

(Centro de Educación y Referencia sobre la Enfermedad de Alzheimer)

1-800-438-4380

www.alzheimers.org

Fundación Americana de Asistencia para la Salud

Proporciona información, publicaciones y ayuda financiera en efectivo a los cuidadores de pacientes con la enfermedad de Alzheimer. El sitio web de la fundación tiene también abundantes recursos, incluyendo cómo obtener catálogos especiales de productos diseñados para el paciente con la enfermedad de Alzheimer.

1-800-437-2423

www.ahaf.org

The Alzheimer's Store Catalog

(Catálogo de tienda de la enfermedad de Alzheimer)

Proporciona productos para personas con la enfermedad de Alzheimer y para sus cuidadores.

1-800-752-3238

www.alzstore.com

Eldercare Locator

Servicio nacional que lo ayudará a ubicar una variedad de servicios en su área, incluyendo descanso para los cuidadores.

1-800-677-1116

www.eldercare.gov

MedicAlert Foundation International (Fundación Internacional MedicAlert)

Ofrece un amplio surtido de emblemas y cadenas grabadas con el número de membresía del paciente, condición médica principal, y el número de llamada gratuita. Le permite ponerse en contacto con los encargados de llamadas de emergencia en los centros de respuesta a emergencias las 24 horas del día. Además, MedicAlert se ocupa de llamar a los contactos familiares del paciente y les avisa sobre su situación para que usted no esté solo en una emergencia.

1-888-633-4298

www.medicalert.org

National Adult Day Services Association (Asociación Nacional de Servicios Diurnos para el Adulto)

Proporciona ayuda para ubicar servicios de cuidado diurno para el adulto en su área para cuando necesite a una persona para cuidar a su ser querido.

1-800-558-5301

www.nadsa.org

Sears Home Health Care Specialogue

Proporciona productos de cuidado de la salud en el hogar para ciudadanos mayores.

1-800-326-1750



AMERICAN
HEALTH
ASSISTANCE
FOUNDATION

22512 Gateway Center Drive
Clarksburg, MD 20871

(301) 948-3244

1-800-437-2423

fax (301) 258-9454

www.ahaf.org