



# Información para el compañero cuidador

*Consejos para el cuidado de personas con Alzheimer y otros tipos de demencia*

## Como ayudar a los niños a comprender que es la demencia

Muchas personas que proporcionan cuidado a las personas mayores con demencia también tienen hijos o nietos. Los niños pueden traer alegría a la persona con demencia, y al estar expuestos a la demencia, ésta puede llegar a ser una parte normal de sus vidas. Sin embargo, a veces puede llegar a ser intimidante. Frecuentemente, los adultos piensan que los niños no notan los cambios asociados con la demencia, o el estrés de proporcionar cuidado a la persona con demencia; cuando en realidad sí los notan. Cuando se habla con los niños sobre la demencia, puede ayudarlos a entender qué es la demencia y a que no la teman. A continuación, se encuentran algunos consejos que pueden ayudar a la hora de hablar con los niños sobre la demencia.

### **Esté preparado**

No necesita ser un experto en demencia para hablar con un niño. Empiece por aprender lo básico sobre la demencia, y después, prepárese para hablar con el niño. Si el niño tiene preguntas, está bien buscar las respuestas juntos. La Asociación de Alzheimer tiene datos que están al día y que pueden ayudar. Visite [www.alz.org](http://www.alz.org), o llame a la oficina local de la Asociación de Alzheimer.

### **Hable con claridad y sencillez**

Use palabras e ideas que sean fáciles para que el niño pueda entender. Ajuste el nivel de información dependiendo de la edad y madurez del niño. No hay necesidad de explicar todo sobre la demencia.

### **Sea sincero**

Es importante decirle al niño que la persona con demencia no mejorará. Sea honesto sobre los cambios que están ocurriendo.

### **Concéntrese en el presente**

Céntrese en ayudar a los niños a entender los cambios que están ocurriendo en el momento. No les diga nada sobre las cosas que pueden pasar en el futuro. Esto puede preocupar a un niño sin motivo alguno.

### **Anímelos**

Los niños esperan que los adultos los cuiden. Puede ser atemorizante ver a un adulto que ya no se puede cuidar a sí mismo. Los niños pueden temer que otros adultos ya no puedan cuidar de ellos. Hágalos saber que son queridos y que son importantes. Hágalos saber al niño que la persona con demencia todavía puede quererlos y que puede disfrutar al pasar tiempo con ellos — Incluso cuando la enfermedad puede hacer que la persona diga y haga cosas sin intención alguna.

Esta página de Información para el asistente de salud es parte de una serie de consejos para el cuidado de personas mayores. Se distribuye para ayudar a los asistentes de salud familiares y comunitarios, trabajadores de cuidado directo y representantes de la salud en la comunidad a cuidar a las personas mayores. Disponible en inglés y en español en [www.aging.arizona.edu](http://www.aging.arizona.edu)

## Sea emotivo

La demencia no es una parte normal de la vejez. Es una enfermedad difícil, y es normal pasar por muchas emociones cuando un ser querido sufre demencia. La mayoría de las personas que tienen un ser querido con demencia se sienten tristes, confundidas, preocupadas o asustadas. A veces, los adultos creen que deben ocultar sus emociones para que no preocupar a los niños. Sin embargo, al esconder las emociones, esto les enseña a los niños a que escondan sus emociones también. Las emociones por las cuales las personas pasan y la demencia no son motivo de vergüenza. Los adultos deben hablar con el niño sobre cómo se siente, y preguntarle cómo se siente. Dígalos que está bien tener esos sentimientos. Después, busque maneras de ayudar al niño a que sienta mejor.

## Esté pendiente de cómo el niño afronta la situación

Los niños pueden estresarse por el simple hecho de tratar de entender la situación y el cuidado de la demencia en el hogar. A continuación, verá algunas de las señales que pueden indicar si un niño tiene dificultad para afrontar la situación.

<b>Indicadores de que los niños pueden estar estresados al afrontar la situación</b>
No quieren participar en reuniones familiares
Comienzan a tener dificultad con las tareas escolares
No quieren invitar a sus amigos al hogar
Tienen cambios repentinos en sus hábitos de actividad social, alimenticios y de sueño.
Se enfadan o empiezan a llorar fácilmente
Hacen cosas para lastimarse
Se sienten responsables del cuidado del familiar en el hogar

Un familiar puede vivir con demencia por muchos años. En ciertos casos, los niños pueden convivir con un familiar que sufre de demencia desde que son pequeños hasta que son jóvenes. En estos casos, la enfermedad empeora a medida que el niño crece. Es una buena idea tener varias conversaciones con el niño a medida que la demencia empieza a empeorar y el niño empieza a crecer.

## Recursos útiles

Asociación de Alzheimer , [www.alz.org](http://www.alz.org) or 1-800-272-3900

**Escrito por: James Fitzpatrick, MAS, Alzheimer's Association**

Información para el asistente de salud ~ Consejos para el cuidado de personas mayores  
Editado por un equipo interprofesional del Center on Aging de la Universidad de Arizona