



Apatía – falta de iniciativa Alzheimer

Uno de los primeros síntomas que usted podría detectar en la persona con demencia es la apatía o el poco interés. Puede deberse al incremento en la confusión o la pérdida de la memoria, pero también puede estar relacionado con la depresión.

Señales de apatía

- No hay motivación
- Retraimiento social
- Falta de interés o motivación en las actividades cotidianas o favoritas
- Probabilidad de no participar en situaciones sociales
- Indiferencia o falta de interés en estar acompañado por familiares o amigos

La apatía puede generar frustración y desesperanza, tanto para usted como para la persona con demencia. Si desea mejorar las cosas, pruebe estos consejos para eliminar las distracciones o excusas.

Manténgase conectado

- Mire a la persona a los ojos y elimine las distracciones como los ruidos fuertes.
- No haga preguntas en las que “no” sea la respuesta automática.
- Dé instrucciones paso a paso para que la persona entienda la tarea.

Pruebe alguna actividad nueva

- Considere el ejercicio.
- Use música.
- Involucre los sentidos.
- Incluya a niños o animales.
- Rememore viejos tiempos o hable al respecto usando fotografías, objetos o historias del pasado.

Manténgase positivo

- Las personas con demencia pueden percibir el estado de ánimo de quienes las rodean.
- Mientras más relajado y positivo permanezca usted, mejor se sentirá la persona.
- Intente que la persona haga lo que pueda hacer por sí misma y ofrezca ayuda únicamente cuando sea necesario.
- Use elogios, reconfirmación y humor.

Pida ayuda

- Pida ayuda a familiares, amigos o, incluso, a cuidadores contratados para organizar actividades sociales en casa o en la comunidad.
- Aproveche programas diurnos para adultos que pueden proporcionar estimulación, socialización y actividades.
- Forme un grupo de apoyo con otros cuidadores que pueden sugerir ideas.
- Hable con el proveedor médico, si piensa que la persona está deprimida y podría necesitar tratamiento.



Alzheimer's Institute &
Sun Health Research Institute

Si desea obtener más información, visite
BannerHealth.com/Alzheimers