

## INTRODUCCION

Asistir a los adultos mayores con sus actividades de la vida diaria (AVD) es una tarea especialmente difícil cuando el adulto mayor sufre de demencia. La demencia es una condición cuando las personas pierden la memoria, ellos necesitan ayuda con las actividades de sus vidas diarias. Algunas veces, esta pérdida de memoria puede llegar a ser tan grave que la persona puede experimentar alucinaciones, ilusiones, o incluso hasta volverse violentos y pueden ser un peligro para sus cuidadores, por lo que los cuidadores deben saber cómo mantenerse fuera de peligros. Asimismo, los cuidadores también deben recordar otros consejos para evitar enfermedades, lesiones y puedan continuar ayudando a otros.

## LOS PELIGROS

Si usted está cuidando pacientes con demencia en sus propias instalaciones, asegúrese de eliminar los riesgos de seguridad. Si usted está cuidando a un paciente con demencia en el hogar de la persona, trabaje con el propietario para eliminar todos los peligros. Algunos de los riesgos de seguridad que usted puede necesitar en tener cuidado incluyen (pero no se limita a):

- Incendios
  - Si el paciente fuma, supervíselos mientras ellos estén fumando.
  - Guarde las fuentes de ignición, como fósforos o encendedores, fuera del alcance del paciente.
  - Considere en almacenar otras herramientas del hábito de fumar, tales como cigarrillos y ceniceros fuera de la vista del paciente - puede que ellos olviden el deseo de fumar.
  - Mantenga velas encendidas lejos del paciente y considere no tenerlos iluminados.
- Acuarios
  - Equipo eléctrico de bombeo, el agua y vidrio son una combinación mala para un paciente curioso con demencia y también para quienes lo rodean.
  - Si usted está en sus propias instalaciones, considere la posibilidad de no tener un acuario.
  - Si usted está cuidando al paciente en su casa, mantenga el acuario fuera de la vista y del alcance del paciente.
- Armas y objetos afilados
  - Mantenga las armas y objetos afilados bajo llave, tales como cuchillos o tijeras fuera de la vista y de alcance.
- Agujas
  - Siga los procedimientos de seguridad de la empresa al usar y desechar agujas.



## ESTE PREPARADO

Una de las cosas más importante que un proveedor del cuidado puede hacer para protegerse ellos mismos y a sus pacientes es el estar preparados:

- Haga una lista de todas las cosas que puedan salir mal, tales como, accidentes, arranques violentos, mal funcionamiento del equipo, o incluso desastres naturales.
- Una vez que haya hecho la lista, establezca un plan de acción sobre qué hacer si ocurre un incidente.
- Reúna las prevenciones y todo lo que necesita para aprobar su plan.
- Repase su plan con frecuencia para hacer cambios necesarios y asegúrese que pueda recordarlos en caso de emergencia.

## VIOLENCIA

Los pacientes con demencia ya no pueden entender la diferencia entre el comportamiento aceptable e inaceptable y pueden incluso experimentar alucinaciones. Esto significa que los pacientes pueden volverse violentos hacia las personas de sus alrededores. Algunas maneras de tratar y prevenir violencias son:

- Mantener los niveles de ruido bajos.
- Reduzca la cafeína, el azúcar y el consumo de comida chatarra del paciente.
- Desarrolle rutinas para evitar conmoción.
  - Infórmele al paciente acerca de los cambios en su rutina (como citas con el médico) y recuérdale con frecuencia los cambios
  - Aplique algún tipo de ejercicio en la rutina del paciente, le puede ayudar a quemar energías
- Prepare refrigerios o actividades para distraer al paciente de violencia.
- Tenga números de emergencia a la mano para llamar en caso de que el paciente se vuelve demasiado violento usted no pueda sobrellevar.
- Busque por situaciones de comportamientos de violencia para poder evitarlas en el futuro.



## CONSEJOS GENERALES DE SEGURIDAD

- Este familiarizado con los procedimientos y planes de seguridad de la empresa.
- Nunca tenga miedo de pedir ayuda si teme por su seguridad o la seguridad de su paciente
- Nunca trabaje bajo la influencia de drogas o alcohol.
- Utilice las técnicas apropiadas cuando levante al paciente o el equipo.
  - No intente atrapar al paciente si se cae; detenga la caída en su lugar apoyando el peso del paciente sobre la pierna delantera o enfóquese en proteger la cabeza del paciente.

## CONCLUSIÓN

Siempre es importante tener en cuenta su propia seguridad cuando se trabaja con un paciente con demencia. No podrá seguir ayudando a otros pacientes si se lastimas, asegúrese de tener el mismo cuidado hacia usted mismo como lo hace con sus pacientes.