



CUIDADORES DE PERSONAS CON ALZHEIMER

FORMAS DE APOYARLOS

READ MORE »

MYHEALTHFAIR.COM

Sin Salud Mental
No Hay Salud



MÁS INFO

► ENFERMEDADES CRÓNICAS

Cuidadores de personas con Alzheimer: formas de apoyarlos

Cuidadores de enfermos de Alzheimer: la carga que supone el Alzheimer para las personas y las familias es cada vez mayor.

the
healthy living
Center of Excellence

Cuidando Con Respeto

Cuidando Con Respeto es una adiestramiento de tres semanas gratis para los familiares y amigos que cuidan a personas que viven con Alzheimer y otras demencias.

Auspiciado por AgeSpan

FECHA: Jueves 25 de mayo, 1 de junio y 8 de junio de 2023

HORA: 1p.m. - 3p.m.

LUGAR: Centro de Actividades de Methuen
77 Lowell, Street, Methuen, MA 01844

**Para obtener más información o para registrarse
Por favor llame a María Arias al 508-982-2316**

Cuidar a las personas que viven con Alzheimer u otras demencias relacionadas, es un trabajo especializado. Para poder tener éxito en este trabajo, los cuidadores necesitan habilidades especiales, conocimiento y una actitud positiva que les ayude a cuidar tanto a su familiar como a sí mismos.

¡Conviértase en un experto en cuidado!

Cuidando Con Respeto le ayudará a:

- Aprender más sobre la enfermedad de Alzheimer y demencias relacionadas
- Aprender sobre las diferentes etapas de la enfermedad
- Aprender cómo ayudar a su ser querido y entender mejor los comportamientos difíciles
- Aprender cómo cuidarse usted mismo y compartir sus experiencias

AgeSpan
Choices for Life's Journey

Más de 11 millones de estadounidenses prestan cuidados no remunerados a personas con Alzheimer u otras demencias.

En Massachusetts, 213.000 personas prestan cuidados no remunerados y se calcula que realizan 87 millones de horas de cuidados.

Cuidar a una persona con Alzheimer u otras demencias es excepcionalmente exigente y especialmente difícil.

Los cuidadores de personas con demencia tienden a proporcionar una asistencia más extensa y con mayor dedicación de tiempo y experimentan más dificultades que los cuidadores de personas sin demencia.

Las personas con Alzheimer también requieren cada vez más supervisión y cuidados personales a medida que avanza la enfermedad.

A medida que empeoran los síntomas de la persona con demencia, los cuidadores pueden experimentar un mayor estrés emocional y depresión, así como problemas de salud nuevos o agravados.

También, disminución de los ingresos y las finanzas debido en parte a las interrupciones en el empleo y el pago de la atención médica u otros servicios para ellos mismos y para las personas que viven con demencia.

Sin embargo, hay formas de ayudar a reducir el estrés de los cuidadores.

Proporcionar apoyo a los cuidadores puede ser más fácil de lo que la mayoría de la gente piensa: incluso pequeños actos pueden marcar una gran diferencia.

La Alzheimer's Association ofrece estas sugerencias para ayudar a los cuidadores de enfermos de Alzheimer:

Infórmese sobre la enfermedad:

Infórmese sobre la enfermedad de Alzheimer: sus síntomas, su progresión y los retos habituales a los que se enfrentan los cuidadores.

Cuanto más sepa, más fácil le resultará encontrar formas de ayudar.

Cree un calendario del equipo de cuidados:

El calendario del equipo de cuidados de la Alzheimer's Association es una herramienta online gratuita y personalizada para organizar a los familiares y amigos que quieren ayudar

con los cuidados.

Este servicio facilita compartir actividades e información dentro del equipo de cuidados de la persona.

Los ayudantes pueden apuntarse a tareas concretas, como preparar comidas, llevar en coche o hacer recados.

Ofrezca un respiro a los cuidadores:

Concierte una cita permanente para dar un respiro al cuidador.

Pase tiempo con la persona con demencia y dele al cuidador la oportunidad de hacer recados, ir a su propia cita con el médico, participar en un grupo de apoyo o dedicarse a una actividad que le ayude a recargar las pilas.

Incluso una hora puede suponer un gran alivio para el cuidador.

Cuidadores de personas con Alzheimer: acompañamiento frecuente

Casi dos de cada tres cuidadores afirman que sentirse aislado o solo es un reto importante a la hora de cuidar a una persona con Alzheimer u otro tipo de demencia.

Es más, la mitad de los cuidadores sienten que no pueden hablar con nadie en entornos sociales o en el trabajo sobre lo que están pasando.

Por lo tanto, inicie la conversación: una llamada telefónica, una nota o una visita pueden marcar una gran diferencia en el día de un cuidador y ayudarle a sentirse apoyado.

Aborde la lista de tareas pendientes de los cuidadores de personas con Alzheimer:

Pida una lista de los recados en los que puede ayudar, como hacer la compra o recoger las recetas.

Ofrézcase a trabajar en el jardín o en otras tareas domésticas.

Puede ser difícil para un cuidador encontrar tiempo para realizar estas sencillas tareas que los no cuidadores dan por sentadas.

Sea concreto y flexible:

Las ofertas de apoyo abiertas («llámeme si necesita algo» o «dígame si puedo ayudarle») pueden ser bien intencionadas, pero a menudo no se tienen en cuenta.

Sea específico en su oferta («Voy a la tienda, ¿qué necesita?»).

Siga haciendo saber al cuidador que usted está ahí y dispuesto a ayudarle.

Para más información, visite alz.org o llame a la línea de ayuda 24/7 de la Alzheimer's Association al 800.272.3900.

Por: La Alzheimer's Association MA/NH Chapter.