

# Cambio de comportamiento en la demencia



**Del Mar Caregiver Resource Center**

Supporting Caregivers through their Journey

*Olga Pina, de 71 años, entró a la sala de su casa donde su esposo estaba conversando con una trabajadora social. Ella se puso nerviosa y, señalando con el dedo a su marido, exclamó con gran angustia a la obra social: "¡Por favor, saquen a esta extraña mujer de mi casa!"*

*Brad Cummings, de 68 años, descolgó el teléfono en su casa y marcó el 9-1-1 y, por cuarta vez en esa semana, afirmó que su hija que lo cuidaba le estaba robando y manteniéndolo como rehén.*

*Mable Jones, de 73 años, se levantaba de la cama a las 3 a.m. y comenzaba a sacar artículos de su cómoda y los colocaba en la cama, luego los devolvía a sus cajones. Ella repetía esta secuencia una y otra vez durante horas.*

Los comportamientos relacionados con la demencia son difíciles de entender y un desafío para los cuidadores. Este documento tiene como objetivo ayudar a los cuidadores a comprender la naturaleza de los comportamientos relacionados con la demencia y ofrecer consejos sobre cómo responder a ellos.

Para comprender los comportamientos relacionados con la demencia se requiere una comprensión básica de la demencia. ¿Qué es la demencia? La demencia es un término médico que se utiliza para describir los síntomas de un funcionamiento cerebral deficiente causado por una afección neurológica como la enfermedad de Alzheimer, la enfermedad de Parkinson, lesiones cerebrales traumáticas y otros trastornos. Los síntomas más comunes de la demencia incluyen pérdida de memoria, confusión, problemas de pensamiento y juicio.

Para comprender mejor los comportamientos de la demencia, es útil revisar los conceptos básicos de la neurología:

- La neurología es la rama de la medicina que se ocupa de la estructura, función y enfermedades del cerebro y el sistema nervioso.
- El sistema nervioso apoya la capacidad de pensar, planificar, organizar, realizar acciones e interpretar el mundo que nos rodea.
- El sistema nervioso también apoya las funciones de respiración, digestión y habilidades motoras.

## ¿Cuál es el comportamiento?

El comportamiento es una respuesta a un evento o situación desencadenante. Por ejemplo, al salir a la calle bajo la lluvia sin impermeable ni paraguas, siento frío y estoy mojado y empiezo a temblar. La situación se interpreta como incómoda, lo que me molesta. Por eso, vuelvo a coger un abrigo y un paraguas. El acto de regresar para agarrar un abrigo y un paraguas es el comportamiento. Por lo tanto, el significado de un comportamiento se puede entender prestando

atención a la secuencia de **"Evento, pensamiento, sentimiento = comportamiento"**. Esta secuencia se conoce como el ciclo de respuesta cognitivo-conductual.

El ciclo de respuesta cognitiva conductual nos enseña que la conducta no es aleatoria ni accidental, sino intencionada. Una persona con demencia puede haber perdido la capacidad de expresarse, incapaz de encontrar las palabras adecuadas para comunicar sus pensamientos y sentimientos. Por lo tanto, los comportamientos de demencia reemplazan las palabras para intentar comunicar una necesidad.

---

## Comprender el comportamiento de la demencia

- El entorno de una persona con demencia cambia continuamente en su mente.
- Las personas con demencia siempre intentan adaptarse a su entorno cambiante.
- El deterioro del funcionamiento del cerebro interrumpe las formas normales de pensar, interpretar y comprender el entorno.
- Los comportamientos de demencia comunican intentos de encontrar sentido a la confusión.
- Los comportamientos de demencia no son infantiles, regresivos ni tienen la intención de ser disruptivos.

---

## Factores adicionales que influyen en el comportamiento de la demencia

- El entorno de una persona con demencia cambia continuamente en su mente.
- Las personas con demencia siempre intentan adaptarse a su entorno cambiante.
- El deterioro del funcionamiento del cerebro interrumpe las formas normales de pensar, interpretar y comprender el entorno.
- Los comportamientos de demencia comunican intentos de encontrar sentido a la confusión.
- Los comportamientos de demencia no son infantiles, regresivos ni tienen la intención de ser disruptivos.

---

## Enfoque de resolución de problemas

Comprender el comportamiento de la demencia es como juntar las piezas de un rompecabezas. Los cuidadores a menudo se encuentran en el papel de detective, dedicando tiempo concentrado a observar, registrar y analizar el comportamiento. Un enfoque de resolución de problemas para comprender el comportamiento consiste en un proceso paso a paso, que comienza con la pregunta:

### **"¿Por qué ocurre el comportamiento?"**

- ¿Qué sucedió justo antes y después del comportamiento?
- ¿Qué cambió alrededor de la persona antes y después del comportamiento?
- ¿La persona responde al estrés interno (pensamientos, un recuerdo, dolor físico, aparición de una enfermedad) o al estrés externo (cambio de rutina, lugar, hora del día / noche, clima, ruido, introducción de algo nuevo)?
- ¿Cómo podría interpretar la persona el factor estresante (sus pensamientos)?
- ¿Cuál es el estado emocional observado con la conducta?

- ¿Cómo podría ser el comportamiento "su forma de afrontar" un factor estresante?
- ¿Qué necesidad puede intentar comunicar el comportamiento?
- ¿Cómo está respondiendo a la persona y su comportamiento (calmado, reconfortante o frustrado e impaciente?)

## Registro de comportamineto

Mantener un registro de los comportamientos desafiantes ayuda a descubrir patrones. El seguimiento de la información sobre quién, qué, dónde, cuándo y cómo conduce al siguiente paso en el proceso de resolución de problemas, "¿que se está comunicando?" ¿El registro indica que la persona está aburrida, buscando algo que hacer, sobreestimulada, hambrienta, sedienta, cálida / caliente / fría, temerosa, pérdida, sintiéndose sola, insegura, cansada, somnolienta, enferma con dolor de estómago, dolor de cabeza, dolores corporales?

*Muestra de registro de comportamiento (Spencer / White, 2015)*

Cuando	Quien estuvo ahí	Dónde y qué estaba pasando	Cuál fue el comportamiento	Lo que probé y lo que sucedió
Sab. 3 PM	Estaba con Ann	Viendo televisión conmigo mientras leía un libro.	Enojo, agitacion	Gire, ella grito, y trato de golpearme.
Dom. 4 PM	Estaba con Ann	En mi oficina, ella en el sofá y me cambie a trabajar a mi escritorio.	Ann se molestó y comenzó a caminar.	La ignore, y Ann empezó a agitarse.
Lun. 4 PM	Estaba con Ann	Estaba tomando una siesta en nuestro dormitorio.	Ann se molestó y me gritó porque no me levantaba.	Le pedí a Ann que se acostara conmigo. Le acaricié la espalda y se calmó.

## Responder al comportamiento de la demencia

El último paso en el proceso de resolución de problemas es analizar las acciones del cuidador. La respuesta de los cuidadores es de vital importancia. Responder al comportamiento de la demencia con una presencia tranquilizadora y de apoyo ayuda a reducir el riesgo de escalada. A veces, una respuesta física relajante puede ser todo lo que se necesita; un toque suave, tomarse de las manos, un abrazo, sentarse al lado de la persona. Al hablar con una persona con demencia, es importante hablar con voz adulta, hablar despacio y hacer una pausa entre las oraciones. Hable con frases

cortas y sencillas y repítalas. Evite hacer preguntas complejas. Validar no contradecir. El razonamiento provoca más confusión y aumenta la ansiedad. Vaya con el pensamiento de la persona, ingrese su historia y apoye la narración de su historia. Intentar llevarlos a su realidad no es útil y dificultará el trabajo de controlar los comportamientos de demencia.

---

*Para obtener información sobre servicios y apoyo para cuidadores, llame al:*

**Del Mar Caregiver Resource Center | 1-800-624-8304**

O visitar: [www.delmarcaregiver.org](http://www.delmarcaregiver.org)

*Este documento fue preparado por Sam Treviño, MSW, LCSW, Gerente de Servicios de Salud para el Centro de Proyectos de Salud (HPC). HPC es una organización sin fines de lucro que administra el Centro de Recursos para Cuidadores de Del Mar.*

**Para obtener más información sobre HPC, visite [www.hpcn.org](http://www.hpcn.org)**

