

## Seguridad

Algunas veces, la persona con la enfermedad Alzheimer podría sentirse confuso y asustado. Usted puede ayudarlo a sentirse más relajado y menos alborotado, creando un ambiente de seguridad y comodidad. Recuerde que el comportamiento de la persona puede influir en la seguridad de los demás familiares y residentes.

Primero, si se adopta una actitud de seguridad para todos, se sentirán más cómodos y seguros. Trate de mirar el mundo a través de los ojos de la persona. Una persona con la enfermedad Alzheimer no puede entender el significado de muchas acciones y comportamientos. Por ejemplo, la persona posiblemente no recuerde el porque es tan importante abrigarse en climas fríos o el riesgo de comer comidas enlatadas. Antes de que Usted introduzca precauciones específicas de seguridad en el hogar, considere lo siguiente:

### **Enfóquese en la prevención, no en la enseñanza**

Más que enseñar o restringir a la persona de hacer las cosas con seguridad, Usted podría tener más éxito al llevar a cabo una acción preventiva. Por ejemplo, prevenga accidentes de fuego o quemaduras retirando los botones de encendido de la estufa.

### **Tome un acercamiento adulto**

Mantenga una comunicación a un nivel adulto. Ayude a la persona a entender los riesgos como fumar y después trabaje con él para cambiar los comportamientos peligrosos. Usted probablemente necesitará tomar acción para retirarle los cigarrillos o el encendedor. La persona de Alzheimer podría olvidar que fumar puede ser peligroso.

### **Paciencia y tranquilidad**

Recuerde que muchos accidentes ocurren cuando una persona con la enfermedad Alzheimer se apresura. Toma tiempo, algunas veces más de un minuto para que la persona entienda o recuerde que hacer o a donde ir. Y así como la enfermedad progresa, las actividades de la vida diaria pueden consumir más aún su tiempo.

### **Simplifique las rutinas**

Recuerde que muchos accidentes ocurren en el área de cuidado personal como al vestirse, bañarse, ir al baño o

comer. Usted puede evitar accidentes reduciendo los procedimientos complicados y guiando a la persona a través de un proceso paso por paso. Permita suficiente tiempo para que la persona de Alzheimer complete cada una de las tareas.

### **Elabore planes de emergencia**

Prepare una lista de números telefónicos de emergencia, direcciones del Departamento de Policía y Bomberos. Incluya los números telefónicos del Hospital y líneas telefónicas de auxilio en caso de envenenamiento.

### **Haga lo que Usted piensa que es mejor**

Basee en su sentido común y haga lo que Usted piensa que es mejor para el bienestar de todos. Los cambios podrían ser necesarios para valorar la seguridad, aunque en algunas ocasiones sea en contra de la privacidad y necesidades de la persona.

### **Sea razonable al tomar en cuenta la seguridad**

Sea realista acerca de lo que Usted puede hacer. Usted nunca será capaz de anticipar cada riesgo o prevenir cada una de los problemas.

Además, no hay manera en el mundo para que Usted pueda experimentar o sentir por lo que está pasando a la persona.

### **Tenga cuidado de sustancias que se pueda llevar a la boca**

El atragantamiento o envenenamiento son una amenaza real. La persona de Alzheimer no entiende las consecuencias que pueden suceder el comer o ingerir sustancias extrañas. Una persona podría olvidar cuando tomó sus medicamentos y como resultado, posiblemente tome doble dosis o no

tomarlo. Hay varios pasos que Usted puede seguir:

- Compre candados para los gabinetes de la cocina donde se guardan sustancias peligrosas, tales como líquidos de limpieza o coloquelos en otro lugar seguro. Asegure la cochera, el sótano y los cuartos de trabajo donde se guardan químicos y tóxicos.

- 
- Mantenga el refrigerador limpio; recuerde que el paciente no puede ser capaz de distinguir entre la comida en buen estado y la que se ha descompuesto. Esté preparado para lo inusual. Se ha llegado a saber que personas con la enfermedad Alzheimer han comido cosas, tales como pequeñas piedras, tierra y plantas.
  - Algunos cuidadores retiran las plantas tóxicas de la casa, tal como las flores de Noche Buena o muérdagos.
  - Reconozca que la persona con la enfermedad Alzheimer no es capaz de distinguir la diferencia entre agua caliente y fría.
  - Para prevenir quemaduras, pruebe la temperatura de la comida antes de servirla.
  - Sea prudente acerca de los artículos medicinales, del aseo personal y del cuarto del baño. Guarde los medicamentos bajo llave y lejos de la persona.

### **Retire las armas de fuego**

Aunque posiblemente una persona con la enfermedad Alzheimer haya algunas vez sido capaz de manejar un arma de fuego, serios accidentes pueden ocurrir. Lo mejor es guardar las armas de fuego bajo llave, en un gabinete o cajón o retire el arma de la casa. No permita al paciente que tenga acceso a un arma de fuego sin su supervisión.

### **Evite el consumo de alcohol**

El alcohol puede tener un variedad de efectos negativos sobre la persona con la enfermedad de Alzheimer. Evite el alcohol y consulte a su médico.

### **Tenga precaución con artículos y aparatos eléctricos**

La persona que una vez solía disfrutar del trabajo en la cocina, en el sótano o en la cochera, posiblemente no recuerde como operar los aparatos con seguridad. Tales como el tostador, el horno, la estufa, la cafetera o tal equipo como herramientas eléctricas, la cortadora de pasto, la parrilla, etc. Por ejemplo, una persona que no puede recordar como funciona un abrelatas, podría tomar un cuchillo y tratar de abrir la lata.

No permita que la persona de Alzheimer trabaje sólo en la cocina. Anímelo a venir cuando Usted está trabajando o preparando la comida.

Muchos cuidadores han aprendido que tomar esas precauciones antes de acostarse como guardar los cuchillos y retirar los botones de encendido de la estufa, evitan accidentes. Si la persona no puede ver un objeto o aparato, no se presentará un problema.

Usted posiblemente quiera apagar el gas y la electricidad en áreas que pudieran ser peligrosas. Supervise mensualmente los extinguidores de fuego y los detectores de humo.

### **Tome precauciones acerca de la temperatura fría y caliente**

Recuerde que la persona con la enfermedad Alzheimer no puede diferenciar la temperatura. Frecuentemente, el individuo puede olvidar acerca de los peligros de la estufa, de los aparatos eléctricos, del calentador, etc. Además, la persona podría tener una sensibilidad diferente al calor o al frío y probablemente no reaccione lo suficientemente rápido para prevenir un accidente.

Para evitar quemaduras, considere poner su calentador de agua a 140 grados F. y ayude a la persona a mezclar el agua para bañarse.

### **Tome precauciones especiales en el cuarto de baño**

Los espejos, cristales y las superficies ásperas pueden ser espantosos para una persona con la enfermedad Alzheimer. Algunos cuidadores cubren los espejos para reducir los sentimientos de confusión de la persona. Use una rasuradora eléctrica por precauciones de seguridad. Para reducir los riesgos de una descarga eléctrica, retire todos los artículos eléctricos del baño. Para prevenir resbalones y caídas, use accesorios como barras, pasamanos, asientos de baño y sillas cómodas.

### **Evita las salidas imprevistas**

Para evitar que la persona salga del área sin su conocimiento, considere en usar algunos accesorios de seguridad.

Por ejemplo; cubre chapas, candados que se colocan arriba y fuera de la vista del paciente. También, asegure las ventanas y coloque unas cortinas, timbres o alarmas electrónicas de alerta.

---

La Alzheimer's Association lucha en su nombre para que todos tengan un motivo de esperanza. Para recibir mayor información sobre la investigación, el tratamiento y los cuidados para las personas con Alzheimer, por favor comuníquese con la Alzheimer's Association.

Centro de contacto: **1.800.272.3900**

Acceso TDD: **1.312.335.8882**

Sitio Web: [www.alz.org](http://www.alz.org)

Correo electrónico: **info@alz.org**

Hoja de datos actualizada el **Febrero de 2005**