

La comunicación y la enfermedad de Alzheimer

Las personas se comunican con palabras y con el lenguaje corporal: sus gestos, el tono de la voz, la expresión facial, la postura y el tacto. La enfermedad de Alzheimer interfiere primero con el nivel de comprensión de las palabras del paciente. Cuando las habilidades lingüísticas se deterioran, el lenguaje corporal se transforma en una herramienta fundamental para transmitir un mensaje.

Durante las primeras etapas de la enfermedad, las personas con enfermedad de Alzheimer tienen conciencia de sus problemas de comunicación. Es muy probable que se esfuercen mucho por superarlos. Tal vez inventen historias para ocultar los recuerdos que han olvidado o se pongan ansiosos o irritados cuando no logren comunicarse en forma precisa. La familia puede inconscientemente aumentar su angustia cuando intenta corregirlo o manifiesta alarma o aflicción.

Sugerencias para comunicarse de una manera más efectiva.

- Llame la atención de la persona. Establezca contacto visual antes de hablar.
- Hable en forma clara y lenta, con oraciones cortas.
- Mantenga el mensaje simple, utilizando instrucciones de sólo un paso. (Por ejemplo, “Vamos a caminar” en lugar de “¿No te parece que éste es un hermoso día para dar un paseo?”)
- Fomente y demuestre su cariño, sin importar qué se dice o qué no se dice. Si alguno de ustedes se frustra, hagan una pausa y vuelvan a intentarlo más tarde.
- Mantenga un tono de voz afectuoso. Utilice la diversión y el humor para vencer la resistencia.

- De ser necesario, repita o explique con otras palabras. No demuestre irritación por tener que repetir.
- Si la persona no puede encontrar las palabras adecuadas, ofrézcale sugerencias. Las preguntas que pueden responderse con una opción simple dan mejor resultado. (Por ejemplo, “¿Prefieres ir en la silla de ruedas o caminar?”)
- Diga exactamente lo que quiere decir en forma clara y concisa.
- Al tratar con temas problemáticos, dé instrucciones positivas en lugar de ofrecer opciones. (Por ejemplo, “Es hora de darse una ducha” en lugar de “¿Te gustaría darte una ducha?”)
- Refuerce lo que está diciendo con indicaciones y gestos físicos. Utilice su lenguaje corporal.

Muchas cosas pueden lograrse pese a los problemas de comunicación de la enfermedad de Alzheimer si el mensaje lo entrega en un tono alegre y comprensivo una persona que demuestra su calidez y comprensión.