

Hablemos

Consejos para hablar con
personas con demencia.



Este recurso ha sido elaborado por el Comité Asesor sobre Demencia de Australia (Dementia Australia Advisory Committee, DAAC). El grupo de representación nacional de personas con demencia.

Estas son algunas de las formas en que las personas con demencia dicen que una buena comunicación mejoraría sus vidas.

“

Trátame con respeto y comprensión”

Hable conmigo

- Por favor, hable conmigo, no con mi cuidador, familiar o amigo.
- No prejuzgue mi nivel de comprensión.

Asegúrese de tener mi atención

- Establezca una conexión conmigo.
- Míreme a los ojos.
- Use mi nombre para que sepa que me habla a mí.
- Asegúrese de que le escucho.

Hable con claridad

- Utilice frases cortas, expresando las ideas una por una.
- Evite utilizar modismos, ya que es posible que no entienda estas palabras.
- Utilice preguntas sencillas o repeticiones, de manera sensible.
- Me resulta más fácil responder a preguntas directas que contienen información en ellas. En lugar de preguntar: "Hacía un día precioso ayer, ¿verdad?", pregunte: "Hacía un día precioso cuando fuimos ayer al parque, ¿verdad?".

Trátame con respeto y comprensión

- Sigo siendo una persona, así que no me trate de forma diferente a los demás.
- El respeto y la empatía son importantes para todos, incluidas las personas con demencia.
- Si actúo de forma diferente puede deberse a que tengo dificultades para comunicarme o a mi demencia.

No cuestione mi diagnóstico

- Cada persona experimenta la demencia de forma diferente, y los síntomas de la demencia no siempre son evidentes.
- Escúcheme y considere mis sentimientos.

Las distracciones causan confusión

- Menos ruido y menos distracciones, como luces brillantes, me ayudarán a concentrarme.
- Sea paciente y comprensivo/a.
- A veces tardo un poco más en procesar la información y encontrar la respuesta correcta.
- No me apesure. Deme más tiempo para responder. Deme tiempo para hacer preguntas.

Señalización

- Utilice señales claras y sencillas.

¿Qué es la demencia?

La demencia describe un conjunto de síntomas causados por trastornos que afectan al cerebro. No es una sola enfermedad en específico.

Se puede padecer uno o varios tipos de demencia. La demencia afecta al pensamiento, el comportamiento y la capacidad de realizar tareas cotidianas y, con el tiempo, interferirá en la vida normal, social y laboral de la persona.

Cada persona con demencia es única. Hay muchos tipos diferentes de demencia y los síntomas pueden presentarse de forma distinta en cada persona.

La demencia en Australia

Cada tres segundos, alguien en el mundo desarrolla demencia. Actualmente, hay más de 400 mil personas con demencia en Australia¹ y muchas de ellas viven y participan activamente en su comunidad. Es una de las afecciones más comunes e incomprendidas del país.

¹ a la fecha de febrero de 2023

Los actos cotidianos de apoyo y comprensión pueden marcar una gran diferencia en la vida de las personas con demencia. Hay algunas medidas sencillas que puede tomar para que su comunidad, empresa u organización local sea más favorable hacia las personas con demencia.

Para saber qué puede hacer para contribuir a una nación favorable hacia la demencia, visite **dementiafriendly.org.au**

Si tiene alguna pregunta o desea más información, póngase en contacto con nosotros.

**National Dementia Helpline
(Línea nacional de ayuda para
personas con demencia)**

1800 100 500

Si necesita ayuda con el idioma, llame a **131 450**.

dementia.org.au

Para más información sobre la comunicación, lea la hoja de ayuda de Dementia Australia 'Caring for someone with dementia' ("El cuidado de una persona con demencia") en **dementia.org.au/resources/help-sheets**.

National Dementia Helpline
(Línea nacional de ayuda
para personas con demencia)

1800 100 500



Para asistencia con el idioma,
llame a **131 450**

Búsquenos en internet
dementia.org.au

