

Comportamientos agresivos

Esta hoja de ayuda trata sobre los comportamientos agresivos, que son comunes en las personas que viven con demencia. Sugiere formas de respuesta para la familia y los cuidadores y fuentes de apoyo adicional.

La demencia afecta a las personas de diferentes maneras y es frecuente que se produzcan cambios en el comportamiento o el estado emocional de las personas que viven con esta afección.

La conducta agresiva puede ser:

- verbal, incluyendo insultos, gritos y amenazas
- física, incluidos los golpes, los daños a la propiedad o la violencia física hacia otra persona.

Esto puede ser angustiante para la persona con demencia, su familia, cuidadores y amigos.

Posibles causas

Existen muchas razones por las que el comportamiento puede cambiar. Cada persona con demencia reacciona ante las circunstancias a su manera.

A veces, el comportamiento puede estar relacionado con cambios en el cerebro. Puede haber algo en el entorno –como una sobreestimulación debido a multitudes o ruido– que desencadene el comportamiento. Otras veces, una tarea puede ser demasiado compleja, o la persona puede no encontrarse bien o sentir dolor.

Comprender las causas del comportamiento puede ayudarle a encontrar formas de minimizar o responder a los cambios de comportamiento.

Algunas causas de comportamientos agresivos en alguien que vive con demencia son:

Salud. Los comportamientos agresivos pueden deberse a cambios en la salud, entre otros:

- fatiga
- cansancio debido a interrupciones del sueño

- malestar físico (como dolor, fiebre, enfermedad o estreñimiento)
- cambios físicos en el cerebro
- efectos secundarios adversos por medicamentos
- problemas de visión o audición que provoquen una interpretación errónea de las imágenes y los sonidos
- alucinaciones.

Sentirse a la defensiva. Sensación de humillación cuando se le ayuda con los cuidados personales (como bañarse). La persona puede sentir que su independencia e intimidad se ven amenazadas.

Fracaso. Alguien puede sentirse presionado, avergonzado o frustrado cuando ya no puede realizar tareas rutinarias.

Malentendidos. La disminución de las capacidades puede conducir a una falta de comprensión de lo que ocurre alrededor de la persona, provocando desconcierto y angustia.

Miedo. La persona puede asustarse porque ya no reconoce determinados lugares o personas. Es posible también que haya recordado una experiencia del pasado que le asuste o le incomode.

Necesita atención. Es posible que su ser querido esté intentando comunicar que está aburrido, angustiado, que tiene un exceso de energía o se siente mal, pero es incapaz de hacerlo debido al deterioro de su capacidad de comunicación.

Consejos para minimizar el comportamiento agresivo

Siempre debe consultar con el doctor/a de la persona si tiene inquietudes acerca de conductas agresivas. Él o ella puede detectar enfermedades o molestias físicas y ofrecer orientación; así como investigar la posibilidad de enfermedades psiquiátricas subyacentes o posibles efectos secundarios de los medicamentos.

- Esté atento/a a cualquier señal de advertencia específica de agresión.
- Reduzca o elimine las posibles causas de estrés.
- Intente mantener una rutina constante y sin prisas.
- Mantenga un entorno consistente y minimice los cambios.
- Evite los entornos sobreestimulantes, como la presencia de mucha gente o ruido de fondo.
- Comuníquese de un modo que se ajuste a la capacidad de comprensión y respuesta de la persona.

- Evite la confrontación. Pruebe con distracciones o sugiera una actividad diferente.
- Fomente el ejercicio regular y la participación en actividades agradables.
- Maximice la sensación de comodidad y seguridad.

A pesar de sus esfuerzos, es posible que se produzcan agresiones.

Cómo responder a los comportamientos agresivos

- Mantenga la calma y hable con voz tranquilizadora.
- Si es posible, aborde el sentimiento subyacente que ha desencadenado la agresión.
- La distracción suele ser un método útil. Sugiera tomar una taza de té, dar un paseo o mirar juntos una revista.
- Manténgase fuera del alcance de la persona si no se siente a salvo.
- No rodee entre varias personas a la persona, ni la sujete, a menos que sea necesario. Esto puede aumentar la agresividad. Es posible que tenga que alejarse hasta que la persona se haya calmado.
- Comparta estrategias para responder ante los comportamientos agresivos con otras personas implicadas en su cuidado para apoyar enfoques consistentes.

Los comportamientos agresivos pueden ser muy angustiantes para la familia y cuidadores. Los comportamientos son síntomas de la demencia; la persona no pretende molestarle deliberadamente. Recuerde cuidar de usted mismo/a y tomar descansos regulares de sus obligaciones como cuidador/a.

Cúidese

Los incidentes agresivos pueden dejarle conmocionado/a, inseguro/a, ansioso/a, frustrado/a, deprimido/a o con otras emociones.

- Intente mantener la calma.
- Si se frustra o pierde los estribos con frecuencia, es posible que necesite apoyo adicional. Hable con un médico, amigo o consejero.
- Tenga acceso a un lugar seguro. Puede ser una habitación que se cierre desde dentro, preferiblemente con un teléfono.
- Descanse regularmente de sus obligaciones como cuidador/a.

Dónde obtener ayuda

- Comente con el médico de la persona sus preocupaciones sobre los cambios de comportamiento y las repercusiones en usted y en la persona a la que cuida.
- Llame a la **Línea Nacional de Ayuda para Personas con Demencia (National Dementia Helpline)** al **1800 100 500** para informarse sobre servicios de apoyo y programas educativos, incluidos grupos de apoyo a cuidadores, asesoramiento y servicios y programas para ayudarle a comprender y responder a los cambios y mantener su salud y bienestar.
- Llame al **Servicio de Asesoramiento para Gestión de Conductas de Demencia (Dementia Behaviour Management Advisory Service)** al **1800 699 799**. Esta organización apoya a las personas con demencia que experimentan cambios de comportamiento que repercuten en sus cuidados o en el bienestar de sus cuidadores.

Material de lectura y recursos adicionales

- Hojas de ayuda de Dementia Australia: Cambios de comportamiento
Visite dementia.org.au/help-sheets
- Servicio de bibliotecas de Dementia Australia
Visite: dementia.org.au/library
- Apoyo de Dementia Australia
Visite: dementia.org.au/support
- Educación de Dementia Australia
Visite: dementia.org.au/education

Más información

Dementia Australia ofrece apoyo, información, educación y consejería.

National Dementia Helpline (Línea nacional de ayuda para personas con demencia): 1800 100 500

Para asistencia con el idioma: 131 450

Visite nuestro sitio web: dementia.org.au