

Alucinaciones e ideas falsas

Esta hoja de ayuda trata sobre las alucinaciones y las ideas falsas, como la paranoia y los delirios. Examina las posibles causas y sugiere formas en que las familias y los cuidadores pueden apoyar a alguien que experimenta este comportamiento.

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.

Las personas con demencia a veces experimentan percepciones o ideas falsas. Aunque las alucinaciones y los delirios sean imaginarios, a la persona que los experimenta le parecen muy reales. Pueden provocar ansiedad y pánico extremos.

Tipos de alucinaciones e ideas falsas

Alucinaciones. Las alucinaciones son experiencias sensoriales que no pueden ser verificadas por nadie. Por lo general, alguien ve algo que no está ahí (como una persona) o escucha algo que los demás no pueden oír (como voces o sonidos aterradores). Sin embargo, las alucinaciones pueden incluir cualquiera de los sentidos.

Delirios. Los delirios son ideas fuertemente arraigadas que no se basan en la realidad ni en los hechos, pero que se creen ciertas. La persona puede tener delirios de que otros le roban su dinero o sus posesiones. O pueden tener ideas fijas sobre personas que pretenden hacerles daño.

Paranoia. Paranoia significa tener creencias poco realistas.

Algunos ejemplos de paranoia son:

- la creencia de que los demás quieren hacerle daño o tienen poderes sobrenaturales
- sospechar que alguien le quita sus pertenencias y acusar a los demás de robar u ocultar cosas
- una acusación de infidelidad por parte de su pareja, lo que hace que la persona se muestre temerosa y reacia a recibir cuidados por parte de su pareja.

Identificación errónea Una persona con demencia puede identificar erróneamente a otras personas o a sí misma. Es posible que la persona no reconozca a su pareja. También puede asustarse ante su propio reflejo, pensando que es otra persona. Otras veces, se cree que las voces de la radio o la televisión proceden de personas que se encuentran físicamente en la habitación.

Posibles causas

La demencia reduce la capacidad del cerebro para interpretar y comprender la información. También causa problemas de memoria, lo que puede dar lugar a sospechas, paranoia e ideas falsas.

Si alguien no es consciente de que su memoria es deficiente, puede crear una historia o explicación en la que se culpe a algo o alguien.

Esto es comprensible si se toma en cuenta que quizás la persona:

- no recuerda acontecimientos recientes
- cree que las cosas "desaparecen"
- olvida las explicaciones que se le han dado
- no entiende las conversaciones.

Entre los factores que pueden causar alucinaciones e ideas falsas se incluyen:

- problemas sensoriales, como problemas de la vista o del oído
- confusión creada por olvidarse de usar aparatos para los oídos o gafas
- efectos secundarios de los medicamentos
- enfermedad psiquiátrica
- entornos desconocidos
- escasa iluminación que reduce la visión
- afecciones físicas, como infecciones, fiebre, dolor, estreñimiento, anemia, enfermedades respiratorias, desnutrición y deshidratación
- cuidadores desconocidos
- alteración de las rutinas familiares
- sobrecarga sensorial porque hay muchas cosas sucediendo a la vez.

Hable con el médico de la persona

Para investigar los posibles desencadenantes del comportamiento, confirme una cita para tener una revisión médica con su médico. Esto puede ayudar a identificar cualquier problema físico o psiquiátrico. El médico puede investigar los posibles efectos secundarios de medicamentos, como rigidez, temblores y somnolencia.

Consejos para responder a alucinaciones e ideas falsas

- Manténgase callado/a o neutral si la persona le dice algo que parece incorrecto o falso.
- Investigue las sospechas para comprobar si son ciertas.
- Responda ante los sentimientos que se encuentran detrás de las palabras. La persona puede asustarse por los delirios y las alucinaciones.
- Algunas alucinaciones e ideas falsas pueden ignorarse si son inofensivas y no aumentan la agitación.
- Sugiera que busquen juntos objetos perdidos o desaparecidos. Identifique los escondites habituales y compruebe primero si los objetos están allí.
- Intente distraer a la persona con música, ejercicio, actividades, hablando con amigos o mirando fotos antiguas.
- Si es apropiado y le reconforta, puede probar con el contacto físico.
- Mantenga el entorno en condiciones que sean familiares para la persona. Si la persona debe mudarse, asegúrese de llevar a la nueva vivienda objetos que le sean familiares.
- Asegúrese de que la casa tenga buena iluminación, incluyendo luces nocturnas.
- Mantenga una rutina regular y los mismos cuidadores, siempre que sea posible.
- Lleve un diario de los cambios de comportamiento. Esto puede ayudarle a identificar un patrón o aquello que desencadena la conducta. Puede utilizar esta información para realizar cambios.
- Tenga un repuesto para aquellas cosas que suelen perderse, como las llaves o las gafas.

Recuerde que los cambios de comportamiento son ocasionados por una afección cerebral. Las personas con demencia no siempre son capaces de controlar su comportamiento.

Apoyo a familias y cuidadores

Observar cambios en el comportamiento puede causar angustia, frustración, culpabilidad, agotamiento y exasperación a la familia y los cuidadores. Estos sentimientos son normales. Busque apoyo para usted mismo/a con alguna persona comprensiva como un miembro de su familia, un amigo, un profesional o un grupo de apoyo.

- Hable con el médico de la persona acerca de sus preocupaciones sobre los cambios de comportamiento y el impacto que tienen 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