

Cambios en el pensamiento y demencia

En las personas con enfermedad de Parkinson se puede presentar una amplia gama de cambios en el pensamiento y la memoria, incluidos procesos de pensamiento lento, olvido, confusión sobre las tareas de rutina, falta de juicio, comportamientos compulsivos, paranoia, ansiedad y cambios de la personalidad.

Algunas personas con enfermedad de Parkinson en etapa avanzada experimentan cambios más profundos en el pensamiento (demencia). Es importante reconocer y adaptarse a esos cambios, por más que puedan ser frustrantes y alarmantes tanto para la persona con Parkinson como para su familia. Informe rápidamente cualquier cambio nuevo o repentino en el pensamiento o comportamiento al equipo de atención médica.

Consejos generales

- » **Una sonrisa y modales amables** pueden invitar a la colaboración.
- » **Hable al nivel de los ojos y mantenga contacto visual.**
- » **Utilice las mismas indicaciones verbales cada vez que dé instrucciones.**
Enseñe estas indicaciones verbales a todas las personas que brinden atención.
- » **No deje sola a una persona con cambios en el pensamiento o demencia.**
La falta de juicio y/o los comportamientos compulsivos pueden crear una situación peligrosa.
- » **Intente recurrir al humor para disipar una situación estresante, pero evite usar humor negro o comentarios sarcásticos,** que se pueden malinterpretar.



VER LOS VIDEOS

Cambios en el pensamiento, Partes 1 y 2

En línea en [Parkinson.org/Videos](https://www.parkinson.org/Videos) en la lista de reproducción de "CareMAP How-to Videos" (CareMAP: videos de consejos prácticos)

Pensamiento lento

- » **Realice una pregunta por vez.**
- » **Dé a la persona con Parkinson tiempo para responder a una pregunta antes de dar por sentado que no le importa responder.**
Pruebe a contar hasta 10 antes de volver a realizar la pregunta.
- » **Realice preguntas con dos opciones en lugar de preguntas abiertas.**
Por ejemplo, en lugar de preguntar: "¿Qué deseas ponerte hoy?", pregunte: "¿Deseas ponerte la camisa roja o la azul?".
- » **Intente dar indicaciones de una o dos palabras** si la persona con Parkinson tiene dificultades para encontrar una palabra o si pierde el hilo del pensamiento.
- » **Utilice frases cortas y simples para dar indicaciones verbales.** Evite usar demasiadas palabras al dar instrucciones.

Olvido y confusión

- » **Tache los días del calendario.**
- » **Deje los elementos que se necesitan con frecuencia en el mismo lugar.**
- » **Anote el cronograma diario o un evento especial para del día en un pizarrón o una pizarra blanca.** Coloque un reloj cerca de la pizarra a modo de referencia para el cronograma escrito.
- » **Utilice controles remotos simples o cubra los botones innecesarios** con cinta para reducir la confusión.
- » **Limite las distracciones mientras cumple la rutina cotidiana.**
Por ejemplo, apague el televisor y la radio en los horarios de vestirse y comer.

Para obtener más información, solicite una copia gratuita de nuestro libro Cognition: A Mind Guide to Parkinson's (Cognición: una guía mental a la enfermedad de Parkinson) llamando a nuestra línea de ayuda al 1-800-4PD-INFO (473-4636).

Creo que es importante, tanto con la enfermedad de Parkinson como con el Parkinson acompañado de demencia, intentar revivir esos momentos en los que las cosas eran buenas, cosas pondrían una sonrisa en su rostro.

– KAREN; CUIDABA A SU PADRE, JOSEPH



Alucinaciones

Las alucinaciones se pueden presentar con la progresión de la enfermedad o como un efecto secundario de los medicamentos contra el Parkinson. El término "alucinación" significa que alguien ve, escucha o siente algo que no está físicamente presente. No es un sueño o una pesadilla, sino que sucede cuando la persona está despierta en cualquier momento del día o la noche. Las alucinaciones pueden ser molestas o atemorizantes y se deben informar al equipo médico.

- » **Reconozca lo que está sintiendo su ser querido.** Está bien decir que entiende que la persona ve algo, pero que usted no lo ve.
- » **Intente no discutir con la persona con Parkinson.**
- » **Asegúrese de que todos los medicamentos recetados para las alucinaciones sean "antipsicóticos atípicos"** (que no bloqueen la dopamina). Revise el kit *Aware in Care (Atentos a la atención)* para obtener información específica. (Solicite su kit gratuito y descargue los recursos en línea desde Parkinson.org/Awareincare).

Cambios en el comportamiento y la personalidad

La persona con Parkinson puede experimentar cambios en la personalidad, ponerse ansioso, malhumorado, irritable o agresivo, aunque no fuera así antes. Algunas personas desarrollan paranoia (desconfianza extrema o sospecha que no está basada en la realidad). En ocasiones, tal vez digan o hagan cosas que pueden ser dolorosas para usted como cuidador. Es extremadamente difícil entender y aceptar esta nueva persona. Esto puede hacerle sentir tristeza, estrés, ansiedad y depresión.

- » **Intente evitar las confrontaciones.** Por lo general, no sirve de nada intentar razonar o decirle a la persona con Parkinson que no está actuando bien.
- » **Cambie de tema o distraiga a la persona con Parkinson con otra actividad.** Puede ser útil recurrir a una actividad familiar que represente las experiencias del pasado de su ser querido. Por ejemplo, a un oficinista puede gustarle sentarse en un escritorio, ordenar papeles, utilizar una calculadora o realizar otras tareas que le recuerden su vida en el pasado.
- » **Intente no enojarse o tomarse los cambios en la personalidad como algo personal.** La persona con Parkinson no está actuando así a propósito.
- » **Hable en tono tranquilizante.**
- » **Pregúntese qué es lo que puede estar causando este comportamiento.** La persona puede tener hambre o sed, estar cansada o sentir dolor, frustración, soledad o aburrimiento.

*Para obtener más información, solicite una copia gratuita de nuestro libro *Psychosis: A Mind Guide to Parkinson's (Cognición: una guía mental a la enfermedad de Parkinson)* llamando a nuestra línea de ayuda al 1-800-4PD-INFO (473-4636).*