

# CÓMO COMUNICARSE CON UNA PERSONA CON DEMENCIA



POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



**L**os problemas de comunicación en las personas con Alzheimer comienzan en las primeras fases de la enfermedad. En fases iniciales pueden aparecer problemas para encontrar palabras, conforme progresa la enfermedad, será más frecuente y para compensarlo, utilizarán rodeos para indicar una palabra, parafasias, incluso palabras no existentes. En la fase más avanzada el lenguaje se verá limitado a un número reducido de palabras llegando a ser nulo.

## Recomendaciones para mejorar la comunicación

- Evita los ruidos y distracciones. 
- Mantén la calma y la paciencia dejando tiempo para pensar y expresarse.
- Sitúate delante de la persona manteniendo el contacto visual.
- No hables de la persona diagnosticada con otras personas como si la persona no estuviera delante.
- Anima a conversar, pero sin forzar cuando ésta no lo desee.
- Cambia el tema de conversación cuando las preguntas o las explicaciones no tengan sentido.

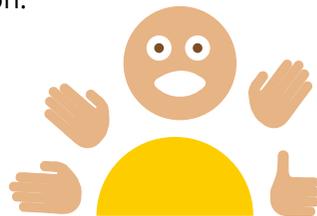
## Recomendaciones para mejorar la comunicación verbal

- Habla claro y despacio.
- Expón los mensajes de forma directa y concreta, no generando ninguna duda.
- Utiliza frases cortas y vocabulario sencillo.
- Enfatiza las palabras clave.
- Usa un tono suave de voz.
- Reformula las preguntas si no lo ha comprendido bien, con un lenguaje sencillo y claro.



- No discutas, no grites, no critiques, ni infantilices a la persona.
- Utiliza el humor, como herramienta para conectar con la persona, pero no los dobles sentidos, que pueden llevar a confusión.

## Recomendaciones para mejorar la comunicación no verbal



- Gesticula poco.
- Demuestra cariño, de esta forma la persona se sentirá segura y cómoda.
- Intenta no transmitir preocupación, tristeza, enfado o inseguridad.
- Muestra visualmente, si es posible, lo que queremos transmitirle.

## Recomendaciones generales para afrontar la comunicación y la situación actual

- Considera en primer lugar, que el conocimiento de las características del lenguaje y de la evolución de la enfermedad del Alzheimer es básico para que se vaya produciendo la correcta atribución y la aceptación de la nueva situación familiar.
- En segundo lugar, ten en cuenta que sus emociones van a influir en el proceso comunicativo, por lo que deberás tratar de aumentar la vigilancia y el control sobre las mismas.
- La mayoría de las Asociaciones de Familiares de Alzheimer de España, cuentan con grupos de autoayuda, donde podrás encontrar eco a estos sentimientos y aprender a reconocerlos, entenderlos, aceptarlos, compartirlos con otros, compensarlos, afrontarlos y controlarlos en la medida de lo posible.
- Adaptarse a la realidad, sin perder de vista que aún en ella vas a disfrutar de momentos y emociones muy agradables con su ser querido, sobre todo si no se centra sólo en lo que ambos han perdido, sino en lo que todavía mantienen.
- Optimizar su situación, estimulando al paciente y convirtiéndote en elemento facilitador del proceso comunicativo.
- Si reflexionamos sobre ello, podemos comprobar que todos tenemos la capacidad de adaptar nuestros estilos comunicativos a nuestros interlocutores, a las circunstancias o a los diferentes medios que utilizamos.



Más información:  
[www.ceafa.es/entornos-amigables](http://www.ceafa.es/entornos-amigables)

ENTORNOS AMIGABLES  
Y SOLIDARIOS CON LAS  
D E M E N C I A S



**CONFEDERACIÓN  
ESPAÑOLA DE  
ALZHEIMER**