

## *Consideraciones de Seguridad para los Cuidadores*

**A medida que avanza la enfermedad de Alzheimer, la capacidad de la persona para navegar el entorno disminuye, y la seguridad es una preocupación. Aumentar el cuidado y la supervisión es necesario para mantener a la persona segura.**

A medida que avanza la enfermedad de Alzheimer, la confusión, la desorientación, los cambios en la percepción y el juicio, a la vez que problemas con el balance, afectan la seguridad de la persona. Los cuidadores pueden adaptar el hogar y las actividades diarias para minimizar el riesgo, maximizar la independencia, y asegurar el acceso de la persona para ayudar en caso de emergencia. Aquí tiene unos consejos para aumentar la seguridad:

### **Consejos para la Seguridad en el Hogar:**

- ◆ Realice una evaluación continua de seguridad, pidiéndole al doctor asesoramiento en las necesidades del cuidado de la persona, incluyendo cuándo sea necesaria la supervisión 24 horas del día, 7 días a la semana.
- ◆ Si la persona no está segura en casa sola, considere ayuda en el hogar, servicios en centros diurnos y/o arreglos alternativos para la vivienda para asegurar supervisión 24 horas del día, 7 días de la semana.
- ◆ Notifique a su policía local o a los bomberos la necesidad de la persona de recibir ayuda especial en caso de emergencia o en una catástrofe en la comunidad.
- ◆ Use barras para agarrarse y una silla de baño en la bañera y la ducha.
- ◆ Mantenga los suelos lisos pero no resbaladizos.
- ◆ Asegúrese que las escaleras estén bien iluminadas.
- ◆ Ponga luces nocturnas para baños y pasillos.
- ◆ Mantenga las zonas por donde se anda sin trastos.
- ◆ Minimice el reflejo y las sombras.
- ◆ Contraste los colores. Por ejemplo, pintar el borde de un escalón de un color distinto al resto del suelo hará que se pueda ver el escalón más fácilmente.
- ◆ Use zapatos cómodos con poco tacón cuando ande. Evite andar en calcetines o zapatos de ir por casa resbaladizos.
- ◆ Asegúrese que las alfombras estén bien fijadas al suelo, y evite tapetes.
- ◆ Cuando la persona con pérdida de memoria ya no puede administrarse la medicación de forma segura, la familia puede dispensar la medicación. Productos que dispensan medicación también pueden ser adecuados. Guarde bajo llave medicinas y vitaminas,
- ◆ productos de limpieza y materiales peligrosos. Piense en instalar una llave de paso para
- ◆ el horno. Quite los cables de las herramientas
- ◆ eléctricas, y guarde las herramientas, los útiles de jardinería y los electrodomésticos que la persona ya no recuerda cómo usar de forma segura sin asistencia. Asegure la seguridad del hogar al desarrollar
- ◆ un plan para quitar todas las armas de la casa. Contacte con su policía local si necesita ayuda.

### **Conducción:**

- ◆ Mantenga reuniones continuadas con el doctor acerca de las capacidades de la persona para conducir. Comparta información acerca de cualquier cambio que pueda influenciar la conducción. ¿Se ha vuelto más confundida la persona a la hora de manejar las tareas comunes diarias? ¿Se ha perdido? ¿Ha habido algún accidente de tráfico o infracción de tráfico?

# Alzheimer's New Jersey®

- ◆ La evaluación de un conductor realizado por un terapeuta ocupacional puede ayudar a la familia y al doctor a la hora de valorar la seguridad de la conducción de la persona en un momento dado. Llame a Alzheimer's New Jersey para localizar centros de valoración de los conductores en su zona.
  - ◆ Identifique opciones de transporte alternativas antes de que sean necesarias para que cuando la persona con pérdida de memoria ya no pueda conducir, el transporte estará disponible para sus actividades normales.
  - ◆ Cuando la persona ya no pueda conducir de forma segura, guarde las llaves para que no las puedan conseguir.
  - ◆ Considere instalar un dispositivo en el coche para evitar que se encienda.
- Deambulación:**
- ◆ Sepa que la persona en cualquier etapa de Alzheimer se puede perder; y que deambular puede poner a la persona en gran peligro.
  - ◆ Asegúrese que la persona lleva una pulsera identificativa.
  - ◆ Póngase en contacto con Alzheimer's New Jersey para registrarse en el programa Siempre Seguro.
  - ◆ Piense si un GPS o un dispositivo de seguimiento sería de ayuda.
  - ◆ Disuada la deambulación al ofrecer actividades de interés todos los días, y al asegurarse que la persona está cómoda y no tiene hambre, sed o necesita usar el aseo.
  - ◆ Haga que familiares/amigos/compañeros acompañen a la persona en sus paseos de forma regular.
  - ◆ Considere ayuda en el hogar o servicios diarios para adultos para complementar la supervisión que puede ofrecer la familia.
  - ◆ Use alarmas o timbres en las puertas de las habitaciones y puertas exteriores para que le alerten cuando las puertas se abran.
  - ◆ Guarde artículos que puedan incitar que la persona se marche (por ejemplo, abrigos, sombreros, bolsos, etc.).
  - ◆ Decore la puerta de salida para que no reconozca que es una salida, o ponga una señal de 'STOP' por dentro de cualquier puerta exterior.
  - ◆ Ponga una alfombra negra delante de una puerta que da afuera. A la persona le podrá parecer que es un hueco en el suelo y evitará esta zona.
  - ◆ Sea consciente que la deambulación es más frecuente en los lugares desconocidos. No deje a la persona sola cuando viaje, vaya de compras, etc.
  - ◆ En caso de deambulación, llame al 911 inmediatamente y esté listo para darle a la policía una foto reciente de la persona.

**Siempre Seguro** es un programa que promueve la sensibilización de la seguridad diseñada para las personas que sufren de la enfermedad de Alzheimer y demencia quien tienen un riesgo más fuerte sobre la seguridad personal por la falta de memoria y conocimiento. Siempre Seguro ofrece la información educativa y recursos sobre la seguridad en el hogar y la seguridad personal a las familiares e individuos. Siempre Seguro también provee educación profesional y entrenamiento sobre el Alzheimer y demencia a los oficiales de la ley y a los primeros auxilios del estado de Nueva Jersey.

**888-280-6055 | [alznj.org](http://alznj.org)®**