

MASTERCLASS “Trastornos del comportamiento en la enfermedad de Alzheimer. ¿Cómo actuar?”

La Universidad en Internet



MASTERCLASS “Trastornos del comportamiento en la enfermedad de Alzheimer. ¿Cómo actuar?”

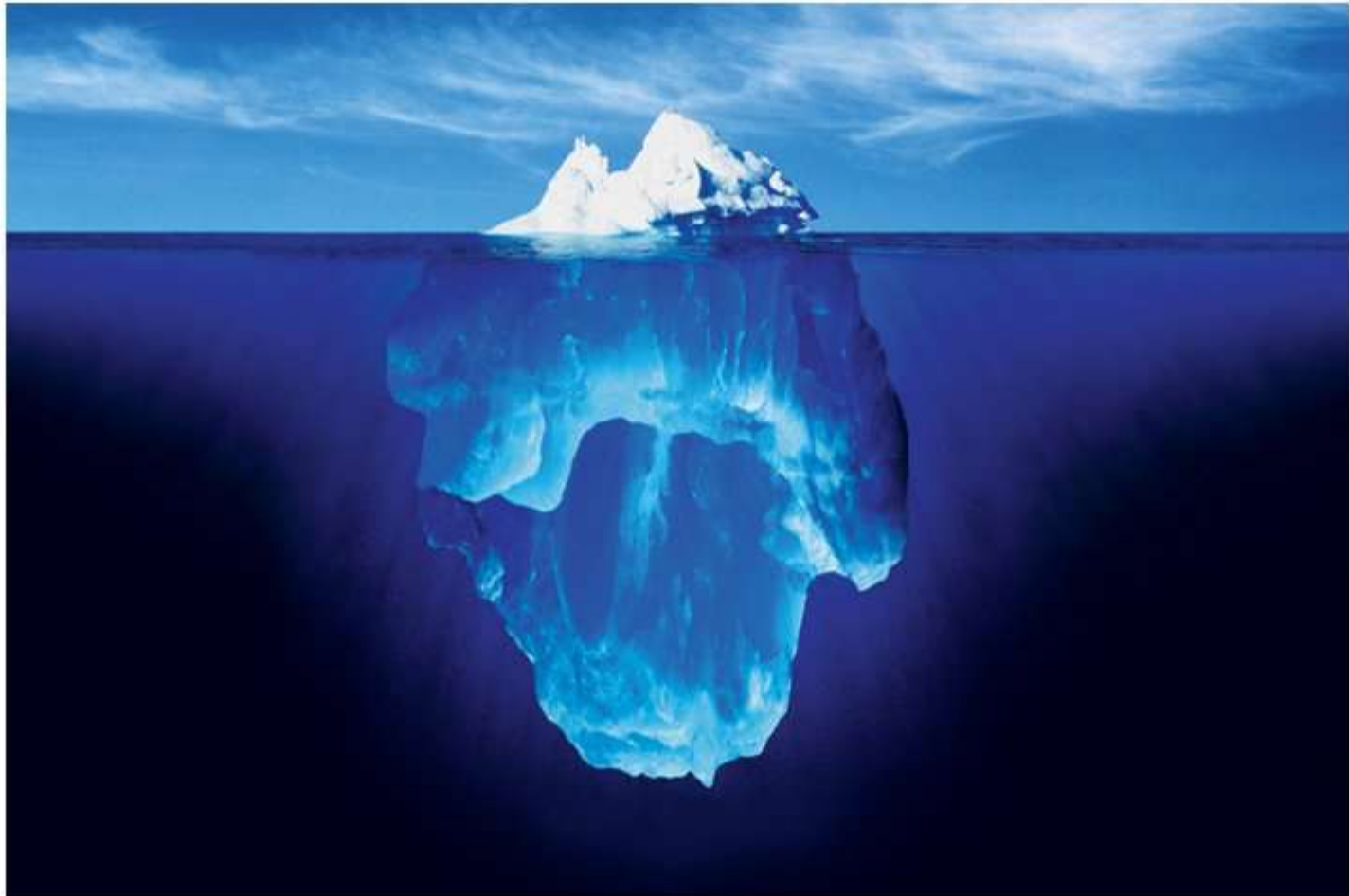
Jacques Selmès Van Den Bril, AIHP,
Secretario II de la Fundación Alzheimer España,
ex Presidente de Alzheimer Europe

La Universidad
en Internet

Trastornos del comportamiento

20%

80%



¿Cómo situar los trastornos del comportamiento (TC) en la enfermedad de Alzheimer?

Tres grandes grupos de síntomas:

- Déficit de las funciones cognitivas (intelectuales).....trastornos de la memoria
- Disminución de las actividades de la vida diaria.....en particular, sociales
- Trastornos del comportamiento.....desde el inicio de la enfermedad

- Tan frecuentes como las pérdidas de memoria:
Ningún enfermo se libra de sufrir algún trastorno de la conducta en el curso de su enfermedad
- Presentes desde el inicio, aunque más frecuentes y graves en las fases moderadas a severas
- Variables de un enfermo a otro y en el curso del día (atardecer, noche).

¿Las 3 ideas clave de la masterclass?

- Ningún cuidador escapa a enfrentarse con los trastornos del comportamiento de su familiar
- Estos trastornos no aparecen de forma espontanea. Tienen una causa que hay que identificar
- Todo trastorno tiene un sentido, expresa los deseos y reacciones de su familiar.

Un comportamiento ilógico no es un comportamiento sin razones

¿Que son los trastornos del comportamiento?

“El conjunto de alteraciones que se producen en la conducta, las emociones y el estado de ánimo de las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer”

- Ilógicas (no responden a una situación causal)
- Incoherentes (agitación sin objetivo)
- De repente
- Estresantes

La frecuencia y la severidad se incrementan con la evolución de la enfermedad

Los tres grupos de trastornos del comportamiento

- Trastornos de la conducta (repetición de preguntas, agitación...)
- Trastornos emocionales (ansiedad, depresión, labilidad emocional...)
- Trastornos psicóticos (alucinaciones e ideas delirantes)

El enfermo no es la misma persona que la que el cuidador conocía

¿Cuál es la frecuencia de los distintos trastornos del comportamiento?

■ Trastornos de la conducta

Apatía o pérdida de motivación.....	70 %
Agresividad, en la mayoría de los casos verbal.....	70 %
Alteraciones en su conducta sexual.....	66%
Comportamientos repetitivos.....	50 a 70 %
Agitación.....	50 a 60 %
Temor quedarse solo.....	45%
Rechazo a estar con la gente.....	31%
Trastornos del sueño y del apetito.....	30 %

■ Trastornos emocionales

Depresión.....	30 a 60 %
Ansiedad.....	40 a 60 %

■ Trastornos psicóticos

Ideas delirantes.....	20 a 40 %
Alucinaciones.....	10 a 30 %

Estudios realizados por médicos con cuestionarios dirigidos al cónyuge

¿Cuáles son los trastornos que más molestan al cuidador?

Encuesta Nacional sobre Trastornos del comportamiento en enfermos de Alzheimer (TRACA): vivencia de 1.200 cuidadores.

Resultados presentados en la IV Conferencia Europea FAE (Madrid, 29 de enero 2009)

1. Apatía
2. Irritabilidad
3. Agitación
4. Agresividad
5. Comportamientos repetitivos
6. Trastornos sexuales
7. Negación de la enfermedad
8. Trastornos del sueño
9. Trastornos de la alimentación
10. Labilidad emocional

¿Cuáles son las repercusiones de los trastornos del comportamiento?

- Repercusiones sobre la vida diaria
- Repercusiones sobre la salud del cuidador
- Repercusiones sobre la economía del hogar

Vivir con un familiar que presenta trastornos del comportamiento puede ser un infierno

Repercusiones sobre la vida diaria

Los TC crean:

- situaciones estresantes para el cuidador
- un clima de frustración y de tensión en el núcleo familiar
- un empeoramiento de la calidad de vida

Una convivencia diaria difícil

Repercusiones sobre la salud del cuidador

- salud física
- salud psicológica...consumo de psicótopos
- agotamiento y síndrome del cuidador quemado

Principal motivo de ingreso en una residencia

¿Cómo analizar la situación?

- Identificar el trastorno del comportamiento

- Detectar las consecuencias para el familiar, el cuidador y el entorno

- Buscar una posible causa
 - Me duele (causa física)
 - No estoy conforme con la situación que vivo (entorno)
 - No estoy de acuerdo contigo (cuidador)

La pregunta clave: ¿Qué es lo que me quiere decir?

Repite siempre la misma pregunta: ¿Cómo actuar? (1)

- Uno de los comportamientos más frecuentes
- Uno de los 10 primeros síntomas de la enfermedad
- ¿Por qué?
 - Olvida su pregunta y la respuesta
 - Llamada de atención
 - Sentimiento de inseguridad y de aislamiento

Un mismo comportamiento...pero 3 significaciones distintas

Repite siempre la misma pregunta: ¿Cómo actuar? (2)

- No ponerse nervioso
- Dejarlo plantear sus preguntas sin argumentar
- Contestar a sus preguntas
- Guardar las respuestas que funcionan
- Proponer una actividad de sustitución

Esta apático. ¿Cómo actuar? (1)

- Otro de los primeros síntomas de la enfermedad
- Pérdida de motivación para realizar actividades
- Indiferencia a los acontecimientos de la familia
- ¿Por qué?
 - lesiones cerebrales
 - actitud frente a sus fracasos repetidos

Esta apático. ¿Cómo actuar? (2)

- No forzarle a actuar
- Resistir a la tentación de “hiperestimularle”
- Proponer actividades que le gustaban
- Buscar un Centro de Día
- Hablar con el médico

Se pone agresivo. ¿Cómo actuar? (1)

- Agresión verbal
- Gestos amenazadores
- Agresión física: puñetazos, mordeduras,
- Factor de riesgo para los maltratos

Se pone agresivo. ¿Cómo actuar? (2)

- Guardar la calma
- Ponerse fuera de su alcance
- No razonarle
- Evitar la confrontación
- Tranquilizarle
- Buscar la causa de su agresividad

Tiene alucinaciones. ¿Cómo actuar? (1)

- Percepción de objetos, personas, animales, ruidos...que no existen en la realidad
- Agradables o dramáticas
- Una realidad para el enfermo

Las alucinaciones son frecuentes en el transcurso de la enfermedad

Tiene alucinaciones. ¿Cómo actuar? (2)

- No sorprenderse por lo que nos cuenta
- No argumentar
- No dejarle a su aire, pero responder a sus preguntas
- Hablar con el médico

Es, a menudo, un problema transitorio y aislado que puede darse una vez, y no volver a repetirse.

Va y viene sin cesar. ¿Cómo actuar? (1)

La deambulación puede traducir:

- la inquietud de su familiar
- la pérdida de sus puntos de referencia
- su inseguridad
- simplemente la necesidad de ejercicio

Va y viene sin cesar. ¿Cómo actuar? (2)

La deambulación puede traducir:

- No ponerse nervioso. No es un comportamiento peligroso
- No oponerse a la deambulación, dejarle tranquilo
- Dejarle que siga el trayecto que ha elegido
- Intentar descubrir por qué se comporta de esta manera

Percibir el lado positivo; la deambulación puede considerarse como un buen ejercicio físico

Tratamientos farmacológicos

- Medicamentos sintomáticos de la enfermedad de Alzheimer:
 - Inhibidores de la colinesterasa
 - Memantina
- Ansiolíticos, antidepresivos, hipnóticos
- Antipsicóticos atípicos

La solución no es la píldora

Actitud y estrategia del cuidador

El cuidador tiene un papel fundamental

1. Entender lo que pasa
2. Detectar cuales son las repercusiones (incluso una potencial peligrosidad)
3. Buscar una causa
4. Actuar

Prevenir las recidivas

El manejo conductual

- Relajación
- Rehabilitación cognitiva:
 - reorientación,
 - lectura de noticias diarias,
 - uso de agendas o diarios
- Actividades con efecto placentero y relajante:
 - animales de compañía,
 - actividades lúdicas grupales,
 - cocinar, pasear, jugar ...
- Musicoterapia
- Ejercicios físicos

En casa, en un centro de día, en una institución ...

10 consejos para controlar los trastornos del comportamiento (1)

1. Mantener la calma
2. No discutir jamás. Prescindir de toda argumentación lógica
3. No intervenir sistemáticamente en su forma de vivir
4. Considerar que su conducta no está dirigido contra el cuidador
5. Siempre intentar resolver el asunto con afecto

10 consejos para controlar los trastornos del comportamiento (2)

6. Saber que cada trastorno tiene su significación. Buscar la posible causa
7. Estar preparado en caso de situaciones críticas. Simularlas y prever cómo resolverlas.
8. Hablar del problema con los demás...incluido el médico
9. No sentirse culpable
10. Cuidar de sí mismo

Trastornos del comportamiento

