

## Hoja de consejos Justo a tiempo para cuidadores

### Introducción

Padecer la enfermedad de Alzheimer o demencias relacionadas (ADRD) puede significar a veces un viaje al hospital para la persona con ADRD, tanto si está directamente relacionado con su afección como si no. Los hospitales pueden ser lugares realmente confusos y estresantes para las personas con ADRD, y como resultado pueden sentirse abrumadas y desorientadas.

### Justo a tiempo

Para ayuda a los cuidadores a desenvolverse en esta difícil situación, hemos elaborado esta práctica hoja de consejos **Justo a tiempo** con sugerencias de comunicación para hablar con el personal del hospital. Si reconocemos a los cuidadores como miembros clave del equipo de atención a la persona con ADRD, podremos mejorar la calidad de la atención a estas personas durante su estancia en el hospital.

### Información vital para comunicarse con el personal del hospital

- 1 Informe al personal del hospital que su ser querido padece demencia**, aproximadamente en qué fase de la enfermedad se encuentra (temprana, media, avanzada) y cualquier otro detalle importante.  
  
Comparta cómo se comunica la persona a la que cuida, su nivel de comprensión y la mejor forma de interactuar con ella para evitar confusiones. Asegúrese de pedir al personal que transmita esta información al siguiente turno.
- 2 Asegúrese de que el personal del hospital conoce su relación con la persona** y cuándo regresará si tiene que marcharse.
- 3 Mencione cualquier ayuda que necesite su ser querido**, como gafas o un andador, y pida que estén disponibles antes y después de cualquier procedimiento. Vigile de cerca los artículos caros como audífonos o equipos médicos duraderos hechos a medida.
- 4 Explíquelo las actividades cotidianas en las que su ser querido pueda necesitar ayuda**, como comer o caminar, y comparta con el personal los consejos que a usted le funcionan.

### Consejos de comunicación

Como miembro esencial del equipo de atención a la persona, puede pedir a los proveedores médicos que hablen más despacio si hablan demasiado rápido o si le están sucediendo cosas que usted no entiende. Informe al personal si tiene dificultades auditivas u otros impedimentos. De este modo, podrá comprender mejor los cuidados que se le prestan y garantizar el bienestar de la persona a su cargo. Si tiene inquietudes adicionales o le preocupa no poder cuidar a la persona en casa, pida hablar con un planificador de altas, un defensor del paciente del hospital o un defensor del paciente para hablar sobre sus opciones.



# Preguntas importantes para el personal del hospital

Algunas hospitalizaciones son planificadas, mientras que otras se producen debido a una emergencia médica inesperada. Es una buena idea plantear estas importantes preguntas al equipo del hospital que atienda a su ser querido.

## ¿Qué pruebas y procedimientos están programados para la persona con ADRD y quién los realizará?

Si el equipo del hospital no le explica los detalles de las pruebas y procedimientos, no dude en pedir a la enfermera o al médico encargado que le guíen a través del proceso. Saber cómo se llevarán a cabo y por parte de qué personal es importante. Le permitirá informar al equipo médico sobre las preferencias y comportamientos de la persona con ADRD que solo usted puede conocer, como qué le ayuda a mantener la calma o cómo podría reaccionar ante situaciones nuevas. También puede señalar los factores desencadenantes (algunas cosas que hacen que alguien se sienta molesto y asustado) que podrían dar lugar a comportamientos desafiantes y sugerir formas de controlarlos.

## Si la anestesia forma parte del procedimiento, ¿afectará a la función cognitiva de la persona? Si es así, ¿qué medidas puede tomar el equipo médico para minimizar estos efectos?

Plantear esta preocupación desde el principio permite al anestesista y al equipo médico explicarle el tipo de anestesia que utilizarán y cómo tratarán los posibles efectos secundarios cognitivos (cambios en el pensamiento, la comprensión, el razonamiento) o el delirio (un cambio temporal y tratable en las capacidades mentales). También les da la oportunidad de pedirle información adicional sobre la persona con ADRD que podría ser útil conocer.

## ¿Cómo ayuda el equipo médico a controlar el dolor de una persona con ADRD que no puede comunicarlo?

El dolor es diferente para cada persona, y a las personas con ADRD puede resultarles difícil expresarlo. Pueden gritar, gemir o mostrar otros signos de malestar. El equipo médico puede utilizar medicación u otros tratamientos como el reposicionamiento o el masaje para ayudar. Los cuidadores desempeñan un papel importante en la defensa del control del dolor de la persona, así que asegúrese de compartir con el equipo médico cualquier información importante que pueda ayudarles a tratar el dolor de su ser querido.

## ¿Qué información sobre la persona con ADRD puede decirme?

El personal del hospital respeta la privacidad y confidencialidad del paciente, pero intentará encontrar a una persona autorizada para tomar decisiones con la cual compartir información importante, por ejemplo, un agente con poder notarial permanente (DPOA). Dado que los cuidadores son un eslabón vital en la cadena de información, es importante compartir con el personal la información y los documentos legales pertinentes. Si desea más información sobre el DPOA y otros documentos legales, visite Family Caregiver Alliance: [www.caregiver.org](http://www.caregiver.org).

## Información adicional que los cuidadores deben tener a mano para compartir con el personal del hospital

- Una bolsa marrón con todos los frascos de medicamentos o una lista de medicamentos con información sobre cuándo y cómo tomar cada medicamento para una persona con ADRD.
- Lista de alergias.
- Lista de otras afecciones (como diabetes, insuficiencia cardíaca congestiva, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y afecciones psiquiátricas) y cómo las está controlando la persona.
- Información sobre el seguro.
- Nombre y teléfono del médico de cabecera, directrices anticipadas y formulario POLST firmado.
- Nombre y número del cuidador y otros contactos de emergencia (ICE).

## ¿Qué debo saber sobre el alta hospitalaria?

Antes de que una persona con ADRD sea dada de alta a su domicilio o a otro centro asistencial pregunte al personal:

- ¿Cuál es el diagnóstico y qué significa?
- ¿Hay algún medicamento o cuidado nuevo que deba comenzar al darle el alta? ¿Cuándo y cómo?
- ¿Hay algún equipo médico nuevo que deba aprender a utilizar antes de volver a casa?
- ¿Qué debo buscar en casa y qué debo hacer si algo es preocupante?
- ¿Cuándo es la próxima cita de seguimiento?



Si la persona va a ser trasladada a otra planta del hospital o a otro centro, pregunte por su diagnóstico, su plan de cuidados y cuánto tiempo va a estar allí. ¡Manténgase informado y esté preparado!