



Cómo ayudar

Los trabajadores de salud pueden ayudar a las personas que viven con demencia implementando prácticas amigables para la demencia y denunciando el abuso de personas mayores o adultos dependientes a los **Servicios de protección de adultos (APS)**. El APS es un programa administrado por los Servicios de envejecimiento e independencia (AIS), un departamento de la Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego.

El APS sirve a adultos mayores de 60 años y más, además de adultos dependientes de 18 a 59 años, que han sido dañados, o amenazados con daños, para asegurar su derecho a la seguridad y la dignidad.

Comuníquese con APS (ver abajo) si observa, sospecha o tiene conocimiento de abuso físico, abuso financiero, secuestro, aislamiento, abandono o negligencia de otros o auto-negligencia. Cualquier persona puede denunciar una sospecha de abuso, no solo los informantes con obligación legal para hacerlo.

Las personas con demencia están en riesgo de sufrir abuso

Las personas mayores que viven solas, están aisladas socialmente o tienen una salud frágil pueden ser más susceptibles de experimentar abuso. Sin embargo, una persona con demencia puede ser especialmente vulnerable a alguien que se aproveche de ella. Los trabajadores de salud pueden ayudar estando alertas a los indicadores de abuso o abandono:

- Lesiones físicas, como moretones, quemaduras, raspaduras en la piel o fractura de huesos o úlceras
- Apariencia de estar mal alimentado o deshidratado, o pérdida de peso inusual
- Mala higiene
- Signos de ansiedad, depresión o confusión
- El cuidador demuestra enojo o indiferencia hacia la persona con demencia
- Vacilación o miedo de hablar abiertamente en la presencia del cuidador
- La ropa no es adecuada para el clima, está sucia/rota o no le queda bien
- Visitas frecuentes a consultorios o centros de salud
- Abandono inexplicable de las actividades
- Falta con frecuencia a las citas médicas
- Mal manejo de la medicación



Haga una denuncia

Llame a AIS al (800) 339-4661

Los miembros del público pueden hacer una denuncia anónima a través de este teléfono de denuncia que funciona las 24 horas para una sospecha de abuso de personas mayores o adultos dependientes.

Los informantes por mandato, como profesionales y personal de salud, están obligados a presentar una denuncia por teléfono o por internet en www.sandiego.leapsportal.net/LEAPSIntake

Para saber más, visite:

- **National Center on Elder Abuse (centro nacional sobre el abuso de personas mayores) www.ncea.acl.gov**

Consejos amigables para la demencia y prevención del abuso de personas mayores para centros de atención médica

Para más recursos e información para personas mayores, llame al (800) 339-4661 o visite www.aging.sandiegocounty.gov



La atención médica es un servicio esencial para todos. Para las personas que viven con demencia y sus familias, puede ser un sistema difícil de navegar. Recibir el diagnóstico y analizar los tratamientos puede ser abrumador y estresante, pero es posible que las personas con demencia tengan una buena calidad de vida. Todos los trabajadores de salud, desde el personal administrativo a los proveedores en primera línea, pueden ayudar a hacer que la experiencia de visitar consultorios e instalaciones de salud sea más cómoda.



Habilidades de comunicación amigables para la demencia

- **Acérquese lentamente y desde adelante:** Preséntese y saludelos amablemente.
- **Use un lenguaje corporal positivo:** Sonría, haga contacto visual y permanezca a su nivel.
- **Hable de forma clara y calmada:** Use un tono de voz cálido y estable.
- **Hágalo simple:** Haga una pregunta o dé una idea a la vez.
- **Baje las revoluciones:** Deles tiempo de escuchar, procesar y responder.
- **Sea paciente y no interrumpa:** Demuestre que está escuchando y que lo que dice importa y tiene significado.
- **Conecte emocionalmente:** Quédese con los sentimientos de la persona, incluso si el tema cambia.
- **Involucrar al cuidador es importante, pero siempre hable primero a la persona con demencia.** Recuerde: “Nada acerca de mí, sin mí”.

Cómo hacer que su centro de atención médica sea amigable para la demencia

Diseño del entorno

- Use colores calmantes e iluminación suave.
- Minimice el ruido de fondo y el parloteo.
- Evite los suelos brillantes o las alfombras con estampado.
- Etiquete claramente puertas y salas con texto en tamaño grande e imágenes.
- Designe una sala o área tranquila.

Apoyo al paciente

- Disponga de folletos e información sobre recursos de demencia locales.
- Ofrezca citas dobles y telemedicina.
- Envíe recordatorios el día de la cita y haga seguimiento si faltan a las citas.

Prácticas de cuidado y comunicación

- Use el formulario “This is me” (Este/a soy yo) para capturar la historia personal, cultura, preferencias, intereses, rutinas y desencadenantes del paciente.
- Evita la jerga médica, use lenguaje sencillo.
- Ofrezca proveedores regulares si es posible.
- Aliente la participación en investigaciones.
- Promueve opciones de estilo de vida saludable que ayuden con el manejo de los síntomas.
- Instale sistemas de alerta computacionales que muestren el diagnóstico de demencia del paciente.

Educación y recursos

- Explore seminarios web y recursos para proveedores en championsforhealth.org/Alzheimers.
- Solicite una sesión gratuita de Dementia Friends (amigos de la demencia) para que su personal o la comunidad pueda aprender formas prácticas de apoyar a las personas con demencia y sus socios cuidadores:

 (858) 495-5500

 AISAlzheimer.HHSA@sdcounty.ca.gov

10 signos y síntomas de la Enfermedad de Alzheimer y demencias relacionadas (ADRD)

1. Pérdida de memoria que altera la vida diaria
2. Problemas para planificar o resolver problemas
3. Dificultad para completar tareas familiares
4. Confusión de fechas, horas y lugares
5. Problemas para entender imágenes visuales y relaciones espaciales
6. Nuevos problemas con las palabras
7. Perder objetos; no ser capaz de recordar pasos
8. Pérdida o deterioro del sentido común
9. Retraerse del trabajo o actividades sociales
10. Cambios de estado de ánimo o en la personalidad

Para saber más, visite alz.org/10signs para ver una descripción detallada de signos y síntomas.