



CÓMO ABORDAR LA APATÍA Y LA INDIFERENCIA DE LA PERSONA QUE CUIDO

Amenudo las personas con demencia muestran un cambio de personalidad que se caracteriza por la apatía, pérdida de motivación, de entusiasmo y desinterés por las cosas, y que incluso afecta a las relaciones con indiferencia, frialdad, distancia emocional y desinterés por las personas.

Estrategias recomendadas.

- ▶ Estimularle, pero evitando generarle ansiedad.
- ▶ Ofrecer e invitar a realizar actividades de forma que no lo vea como una imposición.
- ▶ Procurar que las actividades que se le propongan sean aquellas para las que conserve capacidad y en las que pueda sentirse útil.
- ▶ Pedirle realizar actividades que le resulten agradables según sus gustos y aficiones, con las que antes disfrutaba y por las que se sentía atraída.
- ▶ Comenzar por tareas pequeñas y si responde bien, ir ampliándolas.
- ▶ Solicitar su ayuda para tareas sencillas, evitando proponerle tareas muy complejas que le produzcan frustración.
- ▶ Se puede empezar por tareas más contemplativas (observando lo que otras personas hacen) antes de introducir actividades en las que tenga que actuar.
- ▶ Si abandona una tarea al poco tiempo, no increparle sino felicitarle por lo que ha hecho.
- ▶ Mantener la comunicación procurando hablarle de cosas que le agraden y teniendo especial cuidado en mostrarle cercanía y afecto mediante contacto, caricias, abrazos...excepto si el contacto físico le produce rechazo o ansiedad.