



CÓMO ABORDAR LAS ACTITUDES DE RESISTENCIA DE LA PERSONA QUE CUIDO

A veces aparecen conductas de resistencia a los cuidados; los más comunes suelen estar relacionados con la higiene (el baño les puede producir miedo e incomodarles), el vestido y la alimentación. En ocasiones relacionados con un cuidador/a en especial.

Estrategias recomendadas:

- ▶ Intentar mantener la calma, ser pacientes y respetuosos. Evitar realizar las actividades forzando a la persona enferma.
- ▶ Mantener las preferencias de las persona enferma, en la medida de lo posible. Establecer y seguir rutinas diarias en las que se realicen las mismas actividades a las mismas horas todos los días aumenta la tranquilidad y la confianza.
- ▶ Organizar la ropa en el orden en que se la va a poner animándole para que lo haga sola/o. Es recomendable elegir ropa fácil de poner y quitar (evitando botones y cremalleras, pantys, combinaciones...) y dar el tiempo necesario para que realice la actividad.
- ▶ Presentar la comida de manera apetecible y adaptada a la fase del deterioro (trozos pequeños ante la dificultad de masticar, o dieta blanda cuando hay problemas al tragar) administrándola despacio y en cantidades pequeñas.
- ▶ Si no utiliza correctamente los cubiertos recordarle como se hace o en caso necesario permitir que coman con las manos. Adaptar los utensilios cuando sea necesario (vasos con tapa, platos hondos...). Si come mucha cantidad es recomendable no dejar comida a la vista o a su alcance y distraerle con otras actividades.
- ▶ Crear un entorno tranquilo, estable, seguro, con buena iluminación, temperatura adecuada e íntimo puede ayudar a reducir las resistencias.