

## Abordaje integral de las demencias y cuidados avanzados

### Módulo 7

#### Síntomas Psicológicos y Conductuales en Demencia (SPCD)

##### 1. ¿Qué son los Trastornos Conductuales?

Los trastornos conductuales en demencia son cambios en el comportamiento y en las acciones de una persona que resultan de la progresiva disfunción cerebral. Estos trastornos pueden incluir una amplia gama de síntomas que afectan la forma en que una persona se comporta y se relaciona con los demás. Los síntomas comunes incluyen:

- **Agitación:** Esta puede manifestarse como inquietud física o mental, y puede llevar a conductas como pacing (andar de un lado a otro) o intentos de escapar. La agitación puede ser desencadenada por factores ambientales, dolor, o confusión.
- **Agresión:** Las personas con demencia pueden mostrar comportamientos agresivos, ya sea verbalmente (gritos, insultos) o físicamente (golpes, empujones). Esto puede ser una respuesta a la frustración, la falta de comunicación o el miedo.
- **Alucinaciones y Delirios:** Las alucinaciones son percepciones falsas, como ver o escuchar cosas que no están presentes. Los delirios son creencias falsas, como pensar que alguien está robando sus pertenencias. Ambos pueden estar relacionados con la confusión y la desorientación.
- **Desinhibición:** La pérdida de inhibiciones sociales puede llevar a comportamientos inapropiados o embarazosos, como hablar en voz alta en lugares inapropiados o realizar acciones que antes se habrían considerado socialmente inaceptables.
- **Comportamiento Repetitivo:** Incluye actividades repetitivas como caminar sin rumbo fijo, hacer una tarea de forma obsesiva o repetir ciertas frases. Estos comportamientos pueden proporcionar una sensación de seguridad o control.
- **Desorientación:** La desorientación puede referirse a la confusión sobre el tiempo, el lugar o la identidad de las personas. Esto puede llevar a comportamientos erráticos o a la pérdida de la capacidad para seguir rutinas normales.

##### 2. ¿Cómo Actuar ante los Trastornos Conductuales?

Actuar de manera efectiva frente a los trastornos conductuales implica una combinación de estrategias que atiendan tanto los síntomas inmediatos como sus causas subyacentes:

- **Evaluación Individualizada:** Es crucial realizar una evaluación detallada para identificar las causas subyacentes del comportamiento. Esto incluye investigar si el comportamiento está relacionado con problemas médicos, dolor, cambios en el entorno, o estrés emocional.
- **Ambiente Seguro y Estructurado:** Crear un entorno que minimice los factores estresantes y que proporcione una rutina diaria estructurada puede ayudar a reducir la agitación y los comportamientos disruptivos. La seguridad es clave para prevenir accidentes.
- **Comunicación Eficaz:** La comunicación debe ser adaptada al nivel de comprensión del individuo. Utilizar un lenguaje claro, mantener una actitud calmada y dar instrucciones simples puede mejorar la comprensión y reducir la frustración.
- **Reducción de Estrés y Ansiedad:** Implementar estrategias para reducir el estrés, como actividades relajantes, música calmante, o técnicas de respiración, puede ayudar a manejar la agitación y la ansiedad.
- **Involucrar a la Familia y Cuidadores:** Es fundamental educar a los familiares y cuidadores sobre cómo manejar los trastornos conductuales. Esto incluye capacitación en técnicas de comunicación, manejo del comportamiento y estrategias de apoyo emocional.

### 3. ¿Cómo se Tratan los Trastornos Conductuales?

El tratamiento de los trastornos conductuales en demencia puede ser multifacético y suele combinar enfoques no farmacológicos y farmacológicos:

- **Intervenciones Psicosociales:** Estas estrategias se centran en mejorar la calidad de vida y el bienestar general del paciente sin recurrir a medicamentos.
  - **Terapias de Rehabilitación Cognitiva:** Incluyen ejercicios y actividades diseñadas para estimular las capacidades cognitivas y mantener la función mental.
  - **Terapias de Orientación y Apoyo Psicológico:** Proporcionan apoyo emocional y psicológico, ayudando a los pacientes a adaptarse a los cambios y a enfrentar el estrés.
  - **Modificación de Conducta:** Se basa en técnicas de refuerzo positivo y negativo para promover comportamientos deseables y reducir los no deseados. Esto puede incluir el uso de recompensas para motivar comportamientos apropiados.
- **Tratamiento Farmacológico:** Los medicamentos pueden ser necesarios para manejar síntomas más severos, pero deben usarse con cautela debido a los posibles efectos secundarios.
  - **Antipsicóticos:** Utilizados para tratar síntomas graves como alucinaciones o delirios, aunque pueden tener efectos secundarios significativos y deben usarse solo cuando es necesario.
  - **Antidepresivos:** Pueden ser útiles para tratar síntomas de depresión, que a menudo acompañan a los trastornos conductuales.
  - **Ansiolíticos:** Pueden ayudar a reducir la ansiedad y la agitación, pero deben ser administrados con cuidado para evitar la dependencia y otros efectos adversos.

- **Atención Integral y Multidisciplinaria:** La colaboración entre diferentes profesionales de la salud es crucial para abordar todas las dimensiones del cuidado del paciente.
  - **Equipo de Profesionales:** Incluye médicos, psicólogos, trabajadores sociales, terapeutas ocupacionales, y otros especialistas que trabajan juntos para crear un plan de tratamiento comprensivo.
  - **Planificación Personalizada:** El enfoque debe adaptarse a las necesidades específicas de cada paciente, teniendo en cuenta su estado cognitivo, nivel de funcionalidad y preferencias personales.