

Vestimenta

La apariencia física contribuye a una sensación personal de autoestima. Para las personas con Alzheimer u otro tipo de demencia, la escogencia y el ponerse las ropas puede ser frustrante. La persona puede no recordar cómo vestirse, o puede estar sobrecargada con la selección o con el mismo hecho de vestirse.

Hay muchas razones por las cuales la persona con Alzheimer puede tener dificultad para vestirse, incluyendo lo siguiente:

Problemas físicos

- ¿La persona tiene problemas con el equilibrio o con las actividades motoras que se requieren para cerrarse los botones o subir los cierres?

Piense en los problemas

- ¿La persona recuerda cómo vestirse?
- ¿Él o ella reconoce su vestimenta?
- ¿Está consciente del momento del día o de la estación del año?

Ambiente

- ¿La persona está preocupada por la falta de privacidad, un cuarto muy frío, pobre iluminación o ruidos altos?

Otras preocupaciones

- ¿Usted está apurando a la persona para que se vista?

Esta es una publicación de la Fundación Alzheimer de Venezuela, pero puede ser distribuida por organizaciones y por personas, siempre citando la fuente. Tal distribución no constituye un aval de la Fundación Alzheimer de Venezuela a esas organizaciones o personas

- ¿Usted le está dando a la persona instrucciones claras acerca de cómo vestirse, o es que la tarea parece muy complicada?
- ¿La persona está avergonzada de vestirse delante de usted o de otros?

Una vez que usted haya respondido a estas preguntas, usted estará en una mejor posición para ayudar a la persona a vestirse.

Simplifique las posibilidades

- Escoja la ropa apropiada para la persona, incluyendo opciones apropiadas para tiempo cálido y frío
- Si es conveniente, déle a la persona la oportunidad de seleccionar sus conjuntos o colores favoritos. Trate de ofrecerle dos opciones de faldas o pantalones.
- Conserve los armarios libres de exceso de ropa. Una persona puede sentir pánico si las opciones se hacen innumerables.

Selecciones ropas confortables y sencillas

- Escoja ropa que se a confortable y cómoda, que sea fácil de poner y de quitar.
- Los swéters, faldas y blusas que se abotonan por delante son a veces más fáciles de usar que los jerseys cerrados.
- Cambie los botones, cierres y gafetes por VELCRO, que es más fácil de usar.
- Para evitar que se enrede y se caiga, asegúrese que el largo de la ropa es el apropiado.
- Asegúrese que la persona usa zapatos cómodos, anti resbalantes.

- Si la persona está confinada a una silla de ruedas, adopte ropas regulares para proteger su privacidad y permitirle mayor comodidad.
- Asegúrese que la ropa está floja, que no le aprieta, sobre todo en la cintura y caderas, y escoja telas que sean suaves y elásticas.

Organice el proceso de vestirse

- Coloque las prendas en el orden en el que se las va a poner
- Entréguele a la persona una prenda a la vez, mientras le da instrucciones sencillas, tales como “Ponte la falda”, en lugar de “Vístete”
- No apure a la persona. La prisa puede causarle ansiedad

Sea flexible

- Si la persona desea usar el mismo conjunto repetidamente, trate de tener un duplicado, o tenga opciones similares disponibles
- Si la persona desea usar varias capas de ropa, asegúrese que no está recalentado (a)
- Ofrezca elogios, no críticas, si la ropa no combina

La Fundación Alzheimer de Venezuela es miembro pleno de Alzheimer’s Disease International (ADI) www.alz.co.uk, Federación Internacional que auspicia la investigación, cuidado y apoyo en el Alzheimer y otras demencias, ADI está dedicada a encontrar métodos de prevención, tratamientos y eventualmente la cura del Alzheimer.

Agradecemos a Alzheimer’s Disease International (ADI) y a Alzheimer’s Association (USA), también miembro pleno de ADI, en especial al California Southland Chapter, por la información que ha hecho posible la elaboración de las presentes hojas informativas.

FUNDACION ALZHEIMER DE VENEZUELA

Dirección: Calle El Limón, Quinta Mi Muñe, El Cafetal, Municipio Baruta, Caracas, Venezuela

Telfax +58 212 9859183. Línea de ayuda:+58 212 4146129

E-mail: alzven@cantv.net / alzven@gmail.com

Web: <http://www.alzheimer.org.ve/>

Hoja de datos actualizada el **15 de Enero de 2009**

Publicación patrocinada por:



RIF: J-00334676-4

® **Fundación Alzheimer de Venezuela. Todos los derechos están reservados.**
Esta es una publicación de la Fundación Alzheimer de Venezuela, pero puede ser distribuida por organizaciones y por personas, siempre citando la fuente. Tal distribución no constituye un aval de la Fundación Alzheimer de Venezuela a esas organizaciones o personas.