



## SÍNTOMAS CONDUCTUALES QUE PUEDEN APARECER EN MI FAMILIAR: TIPOS



### Síntomas psicológicos y conductuales

Uno de los mayores problemas a los que se enfrenta el cuidador durante el desarrollo del cuidado son los síntomas psicológicos y conductuales que aparecen en las demencias.

Los síntomas conductuales o alteraciones de la conducta pueden manifestarse en cualquier momento de la enfermedad o incluso puede que sea el primer síntoma que detectemos en nuestro familiar. Estos síntomas conductuales, aunque en la mayoría de los casos sean frecuentes, no tienen por qué aparecer necesariamente en todas las personas con demencia y la frecuencia o intensidad con la que aparezcan dependerá de varios factores: tipo de demencia, otras enfermedades concomitantes o factores ambientales (como un cambio de domicilio, de cuidador o de rutina del enfermo), entre otras cosas.

Las alteraciones conductuales resultan molestas y costosas para los familiares y dificultan mucho la convivencia, aunque la forma en la que estos síntomas influyan o afecten al cuidador dependerá de las características personales del cuidador, de la información que tenga acerca de la enfermedad y de la frecuencia e intensidad de los mismos.

## TIPOS



### ¿Cuáles son las alteraciones de conducta más comunes que pueden aparecer?

Los síntomas conductuales más comunes que pueden aparecer en una persona con demencia son:

#### > **Deambulación errática (vagabundeo):**

Está caracterizada por caminar sin rumbo o sin un objetivo o motivo concreto. Nuestro familiar puede pasarse todo el día con esta actividad excesiva caminando sin mostrar cansancio.

Puede presentarse tanto de día como de noche y, no tendría que suponer ningún problema, aunque el cuidador suele percibirlo como tal por la sobrecarga que supone para él.

Es importante dejar a nuestro familiar deambular libremente habiendo eliminado previamente los obstáculos que puedan suponer un peligro. Algunas de las causas más comunes de vagabundeo suelen ser:

- \* **Desorientación:** perder la capacidad de orientarse y reconocer el entorno habitual lleva al enfermo a estar explorando continuamente el entorno.
- \* **Soledad y aburrimiento:** La deambulación es una forma de distraerse y estar activo. En ocasiones lo pueden usar para llamar la atención del cuidador.

# SÍNTOMAS CONDUCTUALES: TIPOS

## TIPOS



### > **Agitación/Agresividad:**

Nuestro familiar puede reaccionar de manera agresiva ante situaciones que para nosotros son insignificantes o en situaciones en las que no existe peligro pero que él puede percibir como una amenaza.

Cualquier conducta física o verbal que puedan causar daño físico o moral al cuidador pueden ser su respuesta o su forma de defenderse ante situaciones como: el cansancio, el dolor de alguna parte de su cuerpo, la insistencia del cuidador para que realice cierta actividad, la frustración al no poder recordar algo que se le está preguntado, la desorientación en tiempo y espacio, por miedo, ansiedad o en respuesta a alguna alucinación o delirio, entre otras cosas.

### > **Trastornos de la alimentación:**

Es muy común que en la demencia aparezcan alteraciones en la alimentación, bien por el aumento exagerado del interés por la comida o por la total indiferencia por la misma.

Es muy importante que diferenciamos los aspectos rigurosamente relacionados con la alimentación de los problemas relacionados con el acto de comer. Debemos estar muy pendientes de esta alteración puesto que una mala alimentación o la desnutrición pueden ocasionar efectos muy graves no sólo físicos sino también conductuales y cognitivos que pueden agravar la enfermedad.

Las causas son diversas: problemas dentales o en la boca, pérdida del sentido del gusto u olfato, influencia del estado de ánimo, etc.

# SÍNTOMAS CONDUCTUALES: TIPOS

## TIPOS

### > **Vocalizaciones repetidas / Desinhibición verbal y conductual:**

Hablamos de cualquier sonido o expresión vocal molesta que no obedece a un cambio en el paciente o en el entorno. Suelen ser diferentes tipos de ruidos desde chillidos y vociferaciones hasta expresiones más estructuradas como repeticiones de palabras o frases.

Pueden ser intermitentes o continuas, con o sin un propósito y puede variar en intensidad y frecuencia. Es común que también se produzcan gemidos o desinhibición verbal y conductual de contenido sexual o con la exposición del cuerpo que tienen que ver, principalmente, con la falta de memoria y la incapacidad de realizar una evaluación crítica del entorno.

Las causas pueden ser variadas:

- \* **Ambientales:** exceso de calor o frío, lugar de descanso incómodo, exceso o defecto de estimulación, etc.
- \* **Médicas:** dolor, efectos secundarios de fármacos, incomodidad, etc.
- \* **Psiquiátricas:** alucinaciones, delirios, depresión, etc.

### > **Trastornos del sueño:**

Los trastornos o alteraciones en el ciclo sueño-vigilia ocurren de manera común en este tipo de pacientes, en las demencias suele estar caracterizado por un aumento de los despertares en duración y frecuencia y aumento de las siestas diurnas. El insomnio suele ser el síntoma más frecuente afectando en cualquier etapa de la enfermedad. Entre las principales causas de este problema se incluyen los cambios fisiológicos del sueño, las alteraciones relacionadas con otros problemas o enfermedades, sus tratamientos, etc.

Durante el atardecer se puede producir un fenómeno llamado "caída del sol" o sundowning que describe la aparición en el paciente de un conjunto de síntomas de diferente intensidad: agitación, menor capacidad atencional, desorganización del pensamiento, trastornos motores y alteraciones de la percepción, entre otros.

