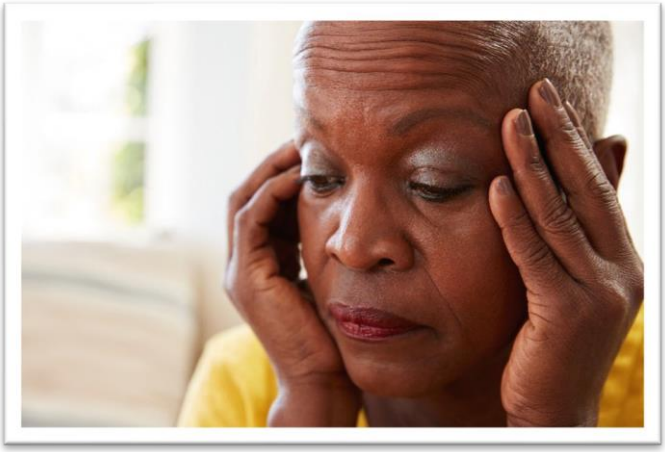
Preocupaciones de seguridad para personas que viven con demencia

No toda pérdida de memoria se debe a la demencia. La pérdida de memoria y/o la confusión pueden ser el resultado de muchas afecciones médicas, algunas de las cuales son reversibles. Si usted o alguien que conoce tiene pérdida de memoria o confusión que empeora, es importante hablar con un profesional de la atención médica al respecto. Si resulta ser demencia, hay pasos que se pueden tomar para vivir bien y planificar un futuro con ella.

La demencia afecta a cada persona de manera diferente, pero los síntomas suelen incluir pérdida de memoria en aumento, confusión y desorientación. Los cambios en el cerebro también pueden afectar la forma en que las personas interpretan lo que ven, oyen, sienten, saborean o huelen, y su sentido del tiempo, del lugar y del juicio, todo lo cual puede impactar en su seguridad.

El entorno ideal para una persona que vive con pérdida de memoria o demencia es aquel que le permita sentirse lo más independiente y apoyada posible. Para quienes desean permanecer en el hogar, es fundamental encontrar el equilibrio adecuado entre la independencia y la seguridad, y anticiparse a los cambios. Con creatividad y flexibilidad, es posible hacer adaptaciones que hagan el hogar más seguro y menos estresante para todos.



Este "Paquete informativo" es un recurso para los familiares y los cuidadores que tiene el objetivo de ayudarles a evaluar el hogar y a tomar medidas que promuevan la seguridad durante el curso de la demencia. El material incluye información y recomendaciones sobre los siguientes temas:

1. Seguridad en el hogar
2. Prevención de caídas
3. Conducción de vehículos
4. Deambulación
5. Preparación para emergencias
6. Abuso y explotación financiera de personas mayores

Puede hacer clic en los enlaces que aparecen debajo de cada recurso para ver o imprimir la información usted mismo. Cuando aparece el icono de una computadora, significa que la información se puede ver en línea, pero no en formato imprimible.

ES ÚTIL PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN: TOME MEDIDAS DE SEGURIDAD ANTES DE QUE REALMENTE SEA NECESARIAS.

Adaptado con permiso del Grupo de Colaboración para la Acción contra la Demencia del estado de Washington (Washington State Dementia Action Collaborative)
REV: 03/2025

Visite Dementia Capable Virginia para obtener hojas informativas sobre la demencia en inglés y español, que incluyen la seguridad en el hogar, cuando una persona se pierde y cómo conducir.

1. SEGURIDAD EN EL HOGAR

💻 **Consejos para el cuidado de personas con Alzheimer, seguridad en el hogar** (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento)
https://www.nia.nih.gov/alzheimers/publication/home-safety
Una página web que aborda el tema de la seguridad en el hogar, que ofrece consejos sobre medidas básicas de seguridad para cada habitación, recomendaciones para moverse por la casa y cómo minimizar el peligro. Incluye información sobre el deterioro de cada sentido (vista, olfato, tacto, oído y gusto) y cómo esto puede afectar la seguridad en el hogar.

💻 **Seguridad en el hogar para personas con la enfermedad de Alzheimer** (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento)
https://www.nia.nih.gov/health/home-safety-checklist-alzheimers-disease
Una página web *para quienes brindan cuidado en el hogar a personas con deterioro cognitivo, Alzheimer u otros tipos de demencias. Incluye listas de verificación para cada habitación del hogar con el fin de crear un ambiente más seguro.*

💻 **El Alzheimer y la seguridad en el hogar - Página web** (Asociación de Alzheimer)
https://www.alz.org/care/alzheimers-dementia-safety.asp
Esta página web contiene información sobre cómo la demencia afecta la seguridad y proporciona consejos para la seguridad en el hogar. Aquí puede descargar una lista de verificación de seguridad en el hogar para las habitaciones de una casa: https://www.alz.org/getmedia/dc740fbd-9cdc-4b64-b274-9fc9ee4ec64e/alzheimers-dementia-home-safety-checklist.pdf

💻 **This Caring Home - Página web sobre seguridad en el hogar: visita virtual** (This Caring Home)
https://www.thiscaringhome.org/ Consulte este enlace y seleccione "Home Safety" (Seguridad en el hogar) para ver las opciones.
Esta página web muestra soluciones en línea basadas en investigaciones para problemas de seguridad en el hogar y el cuidado diario. Ofrece información, diagramas visuales y ejemplos de productos para promover la seguridad en el baño, el dormitorio, la cocina, la sala de estar/el comedor, las escaleras y los exteriores.

2. PREVENCIÓN DE CAÍDAS

💻 **Reducción del riesgo de caídas en personas con demencia** (Sociedad de Alzheimer de Manitoba) https://alzheimer.mb.ca/wp-content/uploads/2013/09/2014-Dementia-Fall-Risk-Checklist-template.pdf *Este sitio web explica las múltiples razones por las que las personas con demencia corren un mayor riesgo de caerse. Además ofrece sugerencias para mejorar la seguridad en el entorno físico.*

💻 **Las caídas y los adultos mayores – Página web** (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento)
https://www.nia.nih.gov/health/prevent-falls-and-fractures
Esta página web ofrece información sobre el aumento del riesgo de caídas con la edad y consejos para realizar cambios personales, proteger su hogar contra caídas y mantener la salud de los huesos. Aunque no está centrada específicamente en la demencia, ofrece información útil y consideraciones para todos los adultos mayores.

Encuentre un **programa de prevención de caídas** en su área llamando a la Agencia sobre el Envejecimiento local:

3. CONDUCCIÓN DE VEHÍCULOS

💻 **Información y acuerdo sobre la conducción de vehículos** (Asociación de Alzheimer)
https://www.alz.org/getmedia/9d7671f6-4df4-4457-a934-488185a69623/alzheimers-dementia-driving-info-contract-ts.pdf
Hoja informativa breve que aborda la necesidad de planificar el momento de dejar de conducir un vehículo, ofrece consejos para ayudar a la persona con demencia a adaptarse a este cambio y orientaciones para las familias de quienes se resisten o se niegan a dejar de conducir. Hay un vínculo con un "acuerdo" que puede completarse al principio del proceso de la enfermedad para facilitar conversaciones y la planificación para tomar decisiones a medida que avance la enfermedad.

💻 **En la encrucijada: Conversaciones familiares sobre el Alzheimer, la demencia y la conducción** (The Hartford Center for Mature Market Excellence)
https://ewcstatic.thehartford.com/thehartford/the_hartford/files/CMME/cmme-crossroads.pdf
Esta guía de 28 páginas ayuda a las familias a determinar cuándo es el momento de que sus seres queridos con demencia dejen de conducir, y les ayuda a sobrellevar el hecho de dejar de conducir.

💻 **Centro de recursos sobre la demencia y la conducción - Página web** (Asociación de Alzheimer) https://www.alz.org/help-support/caregiving/safety/dementia-driving
Esta página web contiene información sobre la demencia, su impacto en la conducción y las señales de la conducción insegura. También ofrece consejos sobre cómo "tener esa conversación" con un ser querido.

💻 **Conducción segura para toda la vida: su camino por delante - Una guía para evaluaciones integrales de conducción**
(The Hartford Center for Mature Market Excellence)
https://www.thehartford.com/sites/the_hartford/files/your-road-ahead-2012.pdf
Esta guía de 32 páginas ofrece información general para quienes buscan orientación sobre evaluaciones integrales de conducción.

Este sitio web enumera profesionales que realizan este tipo de evaluaciones en todas las áreas de Virginia.

- https://www.granddriver.net/testing-centers/

💻 **Virginia GrandDriver** (Departamento de Servicios para el Envejecimiento y Rehabilitación)
https://granddriver.net
Virginia GrandDriver es un recurso educativo diseñado para brindar a los habitantes de Virginia información y recursos sobre cómo mantenerse seguros y con movilidad en la carretera a medida que envejecen.

4. DEAMBULACIÓN

💻 **Centro de cuidadores de personas con Alzheimer y demencia; la deambulación y la enfermedad de Alzheimer - Página web**
(Instituto Nacional sobre el Envejecimiento)
https://www.nia.nih.gov/health/wandering-and-alzheimers-disease
Esta página web ofrece información sobre la demencia, formas de apoyar en la vida diaria y cómo obtener ayuda, los comportamientos y más. Presenta una sección sobre temas de seguridad, incluyendo la deambulación.

💻 **Deambulación**(Asociación de Alzheimer)
https://www.alz.org/help-support/caregiving/stages-behaviors/wandering
En esta página web se ofrece información para ayudar a mantener segura a la persona con demencia que deambula y proporciona consejos prácticos y estrategias para prevenir la deambulación.

💻 **Project Lifesaver**
https://projectlifesaver.org/
Project Lifesaver (Proyecto salvavidas) es una solución basada en la tecnología para localizar a personas que han presentado deambulación de manera insegura. La mayoría de las oficinas del alguacil en Virginia participan en este programa. Comuníquese con la oficina del alguacil local para obtener información sobre cómo registrar a la persona que vive con demencia.

💻 **Virginia Sistema de tecnología de asistencia: Opciones de tecnología de asistencia para abordar la deambulación**
https://www.vats.virginia.gov/resources.htm
Esta lista explora opciones como plantillas con GPS y alarmas que pueden ayudar a prevenir la deambulación fuera del hogar.

5. PREPARACIÓN ANTE EMERGENCIAS (¡Esté preparado para incendios, inundaciones y/o terremotos!)

💻 **Cómo cuidar a una persona con Alzheimer; preparación ante desastres para cuidadores de personas con Alzheimer** (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento)
https://www.nia.nih.gov/health/disaster-preparedness-alzheimers-caregivers
Esta página web aborda el tema de la preparación ante desastres, como condiciones meteorológicas extremas, incendios, inundaciones, terremotos y otras situaciones de emergencia. Proporciona

información sobre cómo reunir suministros, qué hacer si debe salir de casa y que hacer en caso de separarse de su ser querido.

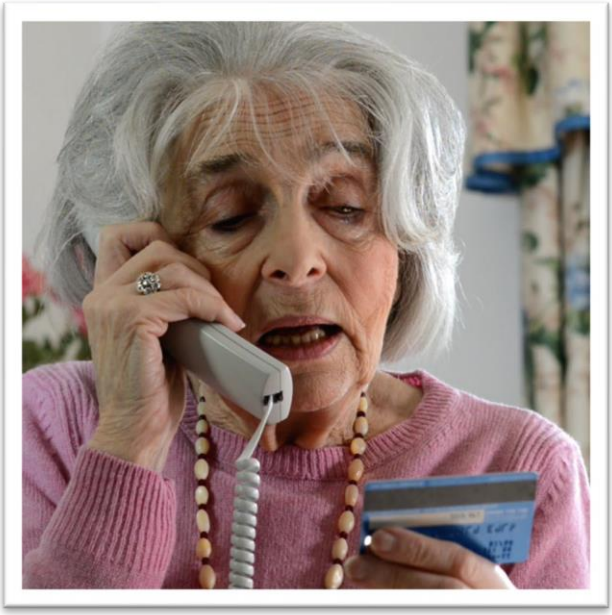
💻 **La calma antes de la tormenta: Conversaciones familiares sobre planificación para desastres, cuidados, enfermedad de Alzheimer y demencia** (The Harford Center for Mature Market Excellence) https://s0.hfdstatic.com/sites/the_hartford/files/cmme-storm.pdf
Esta guía de 40 páginas ayuda a los cuidadores a prepararse para desastres naturales mediante la planificación con la familia, los amigos y otras personas. Incluye hojas de trabajo, listas de verificación y otros recursos útiles.

6. ABUSO Y EXPLOTACIÓN FINANCIERA DE ADULTOS MAYORES

Si sospecha de abuso o abandono:
Llame al 911 si existe un **peligro inmediato** para la persona.
Tiene que denunciar el abuso o el abandono incluso si no existe un peligro inmediato. Llame a la **Línea directa de Servicios de Protección para Adultos (Adult Protective Services, APS) que atiende las 24 horas** al **1-888-832-3858**

💻 **Señales de alerta de abuso** (Centro Nacional contra el Abuso de Personas Mayores)
https://www.pacourts.us/Storage/media/pdfs/20210516/225550-ncea_redflagsea.pdf
Las personas con demencia tienen un mayor riesgo de sufrir abuso y abandono que la población adulta mayor en general. Esta hoja informativa de 2 páginas proporciona señales de advertencia sobre abandono, abuso/explotación financiera, abuso psicológico/emocional y abuso físico/sexual.

💻 **Answers on Aging™ - Explotación financiera: cómo proteger el dinero y la propiedad** (Asociación Nacional de Agencias sobre el Envejecimiento del Área)
https://www.usaging.org/Files/financial-fraud-access508.pdf
Este folleto de 7 páginas describe las "señales de alerta" de explotación financiera, quién puede estar en riesgo y los pasos que puede tomar para ayudar a evitar la explotación financiera.



💻 **Abuso y fraude** (Departamento de Servicios para el Envejecimiento y Rehabilitación)
https://www.vda.virginia.gov/abuseandfraud.htm
Esta página web ofrece información sobre estafas y fraude, robo de identidad, explotación financiera, abuso y abandono.

💻 **Estafas** (Oficina del Procurador General)
https://www.oag.state.va.us/consumer-protection/index.php/scams-information *Esta página web ofrece señales de alerta y consejos para evitar ser víctima de una estafa.*

Denuncie las estafas a la Sección de protección al consumidor de la Oficina del Procurador General por teléfono al 1-804-786-2042

MÁS INFORMACIÓN SOBRE CUIDADOS Y SEGURIDAD PARA CUIDADORES

💻 **Cuidado de una persona con enfermedad de Alzheimer: Guía fácil de usar del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento** (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento)
https://order.nia.nih.gov/publication/caring-for-a-person-with-alzheimers-disease-your-easy-to-use-guide
Esta guía ofrece información y consejos sobre el cuidado de personas con demencia. Habla sobre el cuidado diario, el síndrome vespertino y otras conductas así como dónde encontrar ayuda.

💻 **Taking Care: Virginia Caregiver Guide** (Guía para cuidadores de Virginia) (Virginia Caregiver Coalition/DARS) https://sharepoint.wwrc.net/VDApublic/Shared documents/Caregiver Resource Guide.pdf
Una guía para familiares y otros cuidadores no remunerados que atienden a un adulto o persona mayor con discapacidades. La guía ofrece una visión general integral de los servicios y apoyos disponibles para los residentes de Virginia.

¿QUIERE HABLAR CON UNA PERSONA QUE PUEDA AYUDARLE CON TEMAS RELACIONADOS CON LA DEMENCIA Y LA SEGURIDAD?

La **Asociación de Alzheimer** es la principal organización de salud voluntaria de salud a nivel mundial en la atención, el apoyo y la investigación sobre el Alzheimer. Las cuatro sedes de la Asociación en Virginia (Área de la capital nacional, Área metropolitana de Richmond, Virginia central y occidental, y Sureste de Virginia) brindan servicios específicos tales como:

- Grupos de apoyo y programas para etapas tempranas
- Consultoría sobre cuidado y educación
- Recursos en línea (www.alz.org)
- Línea de ayuda las 24 h, los siete días de la semana, llame al 1-800-272-3900

Encuentre **servicios y apoyos locales** incluyendo grupos de apoyo, cuidado de relevo y asesoramiento, llamando a su Agencia sobre el Envejecimiento del Área (Area Agency on Aging, AAA). Encuentre su AAA local en https://www.vda.virginia.gov/aaamap.htm o llamando al 1-800-552-3402

Cuenta con información general sobre desastres y cómo prepararse en el **Departamento de Manejo de Emergencias de Virginia**
https://vaemergency.gov

Elaborado por los Servicios para la demencia del Departamento de Servicios para el Envejecimiento y Rehabilitación de Virginia, https://vda.virginia.gov/dementia.htm
804 662 9154 o correo electrónico dementia@dars.virginia.gov
Adaptado con permiso del Grupo de Colaboración para la Acción contra la Demencia (Dementia Action Collaborative, DAC) del estado de Washington.