

Capítulo 6. Manejo de comportamientos difíciles

JUANA EDITH CRUZ QUEVEDO¹

JULIA MARÍA EUGENIA LEMA MORALES²

DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.303.06>

Resumen

Se describe la importancia de desarrollar en los cuidadores/ cuidadoras las técnicas de comunicación asertiva y de habilidades cognitivas desarrolladas en el presente libro guía para dar respuesta a comportamientos difíciles que pudiera presentar la persona a quien se cuida en casa. Se hace hincapié en los puntos 5 y 6 de las características de un automanejo adecuado en cuidadores familiares. Se describe el concepto de un comportamiento difícil, en quienes se presenta y las diversas formas de presentarse: conducta pasiva y humor inestable. Se describen las habilidades para el manejo de comportamientos difíciles, así como diversos pasos a tener en cuenta: conocer al familiar y su enfermedad, reconocer sus propias emociones, revisar el ambiente y establecer una comunicación asertiva.

Palabras clave: comportamientos difíciles, automanejo, salud mental, salud física, habilidades cognitivas.

Generalmente los cuidadores están sometidos a tareas altamente estresantes por largos periodos. La literatura ha mostrado que el impacto de cuidar

¹ Doctorado en Ciencias de Enfermería. Facultad de Enfermería de Veracruz, Universidad Veracruzana. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7689-4544>

² Licenciada en Enfermería. Universidad Nacional Mayor de San Marcos – Facultad de Medicina – Escuela Profesional de Enfermería Lima-Perú. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9773-9095>

puede resultar en problemas de salud física, mental y social para los cuidadores; sin embargo, este impacto se agrava cuando la persona cuidada presenta comportamientos difíciles que se relacionan con presencia de ansiedad (REF), depresión, e inclusive sentimientos ambivalentes respecto al cuidar y la persona cuidada (Barrera-Caballero, 2019).

La forma como los cuidadores responden a los comportamientos difíciles depende en gran medida de los recursos personales y contextuales con los que cuentan; entre ellos, las habilidades cognitivas (toma de decisiones, solución de problemas) y técnicas de comunicación desarrolladas

COMPORTAMIENTO DIFÍCIL

Formas inadecuadas de comportarse, de proceder, es decir, conductas de las personas frente a otras personas y a su entorno que pueden representar un manejo no fácil para la persona que la cuida, y pueden llegar a entorpecer la comunicación y la armonía en la relación.

¿En quiénes se presentan?

Con frecuencia en las personas mayores, personas con enfermedades crónicas, con limitaciones para satisfacer sus necesidades, con alguna discapacidad. Con mayor frecuencia en aquellas que padecen alguna enfermedad mental como Alzheimer, deterioro de la función intelectual o demencia.

¿En qué forma se presentan?

Conducta pasiva

Actos de omisión como desinterés, apatía o pérdida de la interacción con familiares y amigos, no querer alimentarse, bañarse, salir a caminar, hacer ejercicio...

Humor inestable

Pueden llegar a la agresión verbal o física, reacciones inesperadas, agitación, falsas acusaciones hacia su cuidador u otras personas.

Fuente: Elaboración propia con base en lo revisado en Family Caregiver Alliance. National Center on Caregiver (2016). Guía del cuidador para entender los comportamientos relacionados con la demencia.

HABILIDADES GENERALES PARA EL MANEJO DE COMPORTAMIENTOS DIFÍCILES**¿Qué sí podemos hacer?****1. Conocer a su familiar y su enfermedad.**

¿Hay una posibilidad de que tenga alterado su nivel de glucosa? ¿Puede estar reflejando alguna alteración de su organismo?

2. Reconocer sus propias emociones.

Reconozca sus emociones y piense ¿cómo me sentiría en su lugar? Mantenga en mente que al cuidar debemos preservar la dignidad de la persona y su autorrespeto.

3. Revisar el ambiente.

¿Hay algo que le pueda estar incomodándolo? ¿Por alguna razón su ambiente fue alterado?

4. Establecer una comunicación efectiva.

- La comunicación no verbal es tan importante como la verbal.
- Evitar hacer evidentes las discapacidades.
- Exhortarlo a recuerdos buenos.
- Practique la escucha activa.

Recordemos los contenidos recibidos en la sesión sobre comunicación asertiva y de técnicas cognitivas.

Fuente: Elaboración propia con base en lo revisado en Arévalo L. Estrategias para manejar conductas difíciles. AARP Foundation (<https://www.aarp.org/espanol/recursos-para-el-cuidado/expertos/Lydia-Arevalo-Flechas/info-2014/conducta-comportamiento-mayores.html>).

Evaluación y Clausura								V
-----------------------	--	--	--	--	--	--	--	---

Referencias

- Arévalo-Flechas, L. (s. f.). Estrategias para manejar conductas difíciles. *AARP Foundation*. <https://www.aarp.org/espanol/recursos-para-el-cuidado/expertos/Lyda-Arevalo-Flechas/info-2014/conducta-comportamiento-mayores.html>
- Barrera-Caballero, S., Losada, A., Vara-García, C., Romero-Moreno, R., & Márquez-González, M. (2019). Care-Recipients' Disruptive Behaviors and Caregivers' Cognitive Fusion: Relevant Variables for Understanding Caregivers' Ambivalent Feelings. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 27(3), 499–510. <https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/12/08.Barrera-Caballero-27-3.pdf>
- Family Caregiver Alliance. (s. f.). Guía del Cuidador para entender los comportamientos relacionados con la demencia. <https://www.caregiver.org/es/resource/guia-del-cuidador-para-entender-los-comportamientos-de-la-demencia-caregivers-guide-understanding/>
- Hall, K., Lind, C., Young, J. A., Okell, E., & van Steenbrugge, W. (2018). Familiar communication partners' facilitation of topic management in conversations with individuals with dementia. *International Journal of Language & Communication Disorders*, 53(3), 564–575. <https://doi.org/10.1111/1460-6984.12369>
- Jones, E. D., & Beck-Little, R. (2009). The use of reminiscence therapy for the treatment of depression in rural-dwelling older adults. *Issues in Mental Health Nursing*, 23(3), 279-290. <https://doi.org/10.1080/016128402753543018>
- Losada Baltar, A., Márquez-González, M., Romero-Moreno, R., López, J., Fernández-Fernández, V., y Nogales-González, C. (2015). Atendiendo a las variadas problemáticas de los cuidadores familiares de personas con demencia: aportaciones de la terapia cognitivo-conductual y de la terapia de aceptación y compromiso. *Clínica y Salud*, 26(1), 41-48. <https://doi.org/10.1016/j.clysa.2015.02.001>

- National Institute on Aging. (2017). Cambios en la personalidad y la conducta relacionados con la enfermedad de Alzheimer. <https://www.nia.nih.gov/espanol/cambios-personalidad-conducta-relacionados-enfermedad-alzheimer>
- Organización Panamericana de la Salud. *Alteraciones del comportamiento. Guía de diagnóstico y manejo*. www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/guia03-pdf
- Schwarzer, R., y Gutiérrez-Doña, B. (2009). Modelando el cambio en el comportamiento de salud: Cómo predecir y modificar la adopción y el mantenimiento de comportamientos de salud. *Revista Costarricense de Psicología*, 28(41-42), 11-39. <https://www.redalyc.org/pdf/4767/476748706011.pdf>
- Tabloski, P. A. (2010). *Enfermería gerontológica*. Pearson. <http://pearsonespana.blob.core.windows.net/books/9788483226438.pdf>
- Villarreal-Reyna, M. A., Cruz-Quevedo, J. E., Vicente Ruíz, M. A., Salazar-González, B. C. (2017). *Intervenciones de enfermería de apoyo a cuidadores informales. Investigación, práctica, política social y legislación*. Ediciones DeLaurel.