

DESPUÉS DEL DIAGNÓSTICO DE DEMENCIA

¿Qué hacemos ahora?



Recibir este diagnóstico puede generar muchas emociones. Dar pasos simples y ordenados ayuda a la persona y a su familia a sentirse más acompañadas.

1 Infórmese y haga preguntas



- Pida que le expliquen el diagnóstico en palabras simples.
- Anote dudas para la próxima consulta.
- Pregunte qué cambios pueden esperarse.

2 Organice los controles



- Mantenga controles médicos regulares.
- Lleve una lista de medicamentos.
- Consulte si se necesitan exámenes o derivaciones.

3 Apoye la vida diaria



- Mantenga rutinas simples y predecibles.
- Ayude sin quitar toda la autonomía.
- Observe cambios en memoria, ánimo, sueño o conducta.

4 Involucre a la familia



- Compartan tareas y decisiones.
- El cuidado no debe recaer en una sola persona.
- Converse sobre apoyos disponibles.

5 Planifique con tiempo



- Ordene documentos importantes y contactos.
- Converse sobre preferencias y decisiones futuras.
- Prepare apoyos para etapas posteriores.

6 Busque apoyo



- No están solos.
- Pidan orientación en su centro de salud.
- Busquen educación, grupos de apoyo y recursos confiables.



Tener demencia no significa estar solo.
Con información, apoyo y planificación, es posible acompañar mejor.



RECUERDE



Cada persona evoluciona de forma distinta.



Consultar a tiempo ayuda a planificar.



Cuidar al cuidador también es importante.



dementia.cl

Más información en **dementia.cl**