

MITOS FRECUENTES SOBRE LA DEMENCIA

Conocer la verdad ayuda a comprender mejor y a eliminar el estigma.



Informarse con fuentes confiables nos permite acompañar mejor a las personas que viven con demencia.



¿QUÉ
PODEMOS
HACER?



Informarnos y hablar
con respeto.



Escuchar y acompañar
sin juzgar.



Fomentar la autonomía
según sus capacidades.



Crear entornos seguros,
tranquilos y familiares.



Cuidar también
de quienes cuidan.



MITO

1

La demencia es parte normal del envejecimiento.

Todas las personas mayores olvidan y es algo inevitable.

2

No hay nada que hacer, no tiene tratamiento.

Una vez que aparece, no se puede hacer nada.

3

Las personas con demencia pierden totalmente la memoria.

No recuerdan nada ni a sus seres queridos.

4

Si una persona está tranquila, no necesita ayuda.

Como no se queja, está bien.

5

La demencia es contagiosa.

Se puede "pegar" por estar cerca de alguien que la tiene.



VERDAD

No es normal. Olvidar cosas de vez en cuando puede pasar, pero cuando los olvidos afectan la vida diaria, es importante consultar.



Existen tratamientos y estrategias que pueden ayudar a mejorar la calidad de vida y a mantener las capacidades por más tiempo.



La memoria se afecta, pero muchas otras capacidades se mantienen. Suelen conservar recuerdos antiguos y el cariño hacia los suyos.



Muchas veces no piden ayuda, pero pueden necesitar apoyo para su seguridad, bienestar y actividades diarias.



No es contagiosa. No se transmite por el contacto, la convivencia ni por compartir espacios.



dementia.cl

Más información y recursos en
www.dementia.cl



Comprender es el primer paso para acompañar mejor.