



Cómo Cuidar de una Persona con Necesidades Emocionales y Problemas de Conducta

La Apatía Después de un Derrame Cerebral

La apatía es la falta de motivación o entusiasmo. No es lo mismo que el cansancio o la depresión. Las personas afectadas por la apatía apenas muestran emociones o sentimientos. Es posible que rehuyan el contacto con los familiares y amigos. Incluso pueden parecer pasivas o indiferentes ante la vida.

Lo que debe saber

Con frecuencia, los pacientes con apatía pierden el interés por las actividades diarias. Es posible que descuiden el aseo personal y tengan dificultad para iniciar y terminar las tareas. Pueden dar la impresión de ser perezosos o indiferentes, sin embargo, no se comportan así intencionalmente. La apatía que presentan se debe al daño provocado por el derrame cerebral.

Es importante que busque ayuda

La apatía es una de las conductas más difíciles de afrontar. Usted como cuidador puede sentirse angustiado por las constantes necesidades de su ser querido. Es posible que éste no muestre agradecimiento por la atención que usted le presta. Debe hablar con los profesionales de salud. Ellos le informarán si existen medicinas adecuadas para que mejore. El neuropsicólogo, el terapeuta físico y las enfermeras podrán ofrecerle consejos para ayudar a su ser querido. Piense también en la posibilidad de participar en un grupo de apoyo para charlar con otros cuidadores.

Pregunte a los profesionales de salud sobre los tratamientos

Existen medicinas que alivian la apatía. A veces, se recetan medicinas utilizadas para tratar la depresión. Otras opciones son las medicinas que estimulan el cerebro o que sirven para tratar la demencia o la enfermedad de Parkinson. Hable con los profesionales de salud sobre la apatía y cómo afrontarla.

Para motivar a su ser querido

- Indíquele claramente a su ser querido que es hora de realizar alguna actividad. Ofrezca opciones que sean sencillas. No le pregunte si quiere hacer algo, sino que dígame que es el momento de ello, por ejemplo, bañarse.
- Mantenga rutinas u horarios diarios.
- Busque tareas que su ser querido pueda hacer solo y permítale todo el tiempo necesario para ello.
- Felicite a su ser querido siempre que pueda. Muéstrole su apoyo, aunque no haya realizado bien la actividad o la tarea.

Para que su ser querido se interese por las actividades

- Invite a su ser querido a participar en las actividades preferidas de ambos. Charlen sobre el pasado y miren viejas fotos.
- Pídale a los amigos y familiares que pasen a visitarlos.
- Realice tareas que estimulen la colaboración de su ser querido. Haga que las actividades diarias sean agradables, poniendo en juego el sentido del humor siempre que sea posible.
- Premie a su ser querido cuando termine una tarea difícil. El premio puede ser, por ejemplo, algo que le guste comer.

Consejos útiles

Mantenga la calma – Afrontar la apatía es frustrante. Todo irá mejor si usted se siente relajado.

Recuerde que la apatía de su ser querido se debe a su enfermedad – No es su intención ser una persona difícil.

Trate de cambiar lo que espera de su ser querido – Recuerde que éste lo aprecia a usted y que simplemente le resulta difícil expresar su cariño y sus sentimientos.

Recuerde

- Su ser querido puede parecer perezoso o indiferente. Tenga en cuenta que estas conductas son consecuencia de su enfermedad.
- Indíquele a su ser querido el momento de iniciar o terminar cada tarea.
- Busque más actividades sociales en las que su ser querido pueda participar. Charlen sobre el pasado e invite a los familiares y amigos a visitarlos.

Otros recursos

Los siguientes recursos contienen enlaces de Internet. La ubicación de las páginas de Internet puede cambiar y por lo tanto los enlaces indicados a veces pueden no servir. Para ver la versión más actual de esta lista, visite <https://www.stroke.cindrr.research.va.gov/index.asp>.

Exención de responsabilidad con respecto a los enlaces: La inclusión de enlaces a información y a sitios web externos al Department of Veterans Affairs (Departamento de Asuntos de los Veteranos o VA, por sus siglas en inglés) no indica la aprobación de los productos o servicios ofrecidos en esos sitios. Además, las políticas de privacidad y seguridad de esos sitios pueden ser inconsistente con las del VA.

My HealtheVet

Web: <http://www.myhealth.va.gov>

My HealtheVet (MHV) provee información fiable sobre el derrame cerebral y otros trastornos médicos. También ofrece recursos para cuidadores de personas afectadas por un derrame cerebral, además de herramientas para llevar un control de la salud de su ser querido.

Visite la biblioteca de recursos de [My HealtheVet \(Veterans Health Library\)](#) para acceder información sobre el cuidado de un ser querido. Diríjase al cuadro “Bucar en la biblioteca de la salud para veteranos” y escriba el tópico deseado.

Referencias: Landes, A.M., Sperry, S.D, Stauss, M.E., & Gledmacher, D.S. (2001). *Apathy in Alzheimer’s disease. Journal of American Geriatrics Society*, 49(12), 1700-1707; Orr, W.B. (2004). Apathy in the older adult: why you should care. *Geriatrics*, 59(7), 34-36.



Estos materiales fueron creados para el proyecto:
**Web-Based Informational Materials for
Caregivers of Veterans Post-Stroke**
**(Materiales Informativos Basados en Internet
para Cuidadores de Veteranos Afectados
por un Derrame Cerebral)**

Número de proyecto SDP 06-327 financiado por el VA HSR&D Quality Enhancement Research Initiative (QUERI) (Iniciativa de Investigación para Mejorar la Calidad o QUERI, por sus siglas in inglés)

Si desea más información sobre el cuidado de personas afectadas por un derrame cerebral, visite la página de inicio de RESCUE: <https://www.stroke.cindrr.research.va.gov/index.asp>