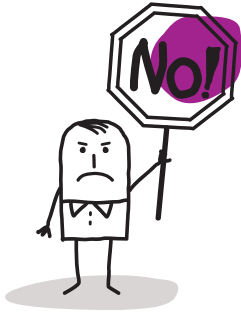


# Resistance



## WHY DOES THIS HAPPEN?

*People with Alzheimer's or dementia might:*

- feel afraid or out of control
- feel rushed or hurried
- not understand what is expected of them
- feel embarrassed and ashamed to ask for help
- feel overwhelmed
- be scared about doing a new activity or one that is complicated

 **Alzheimer's  
LOS ANGELES**  
844.HELP.ALZ  
AlzheimersLA.org

© 2018 Alzheimer's Los Angeles  
Supported by DHHS, ACL (#90AL0002-01-00)

Sometimes people with Alzheimer's or dementia refuse to do common activities, like bathing, or to go somewhere, like to the doctor's office. This can be very frustrating to the caregiver.

## WHAT CAN YOU DO?

### BE UNDERSTANDING AND COMFORTING

- consider their feelings
- listen to their concerns
- try to look and sound calm and pleasant

### BE RESPECTFUL

- treat the person like an adult
- a strong sense of pride can make a person refuse your help
- allow them to make some small decisions and choices
- provide privacy for bathing and dressing

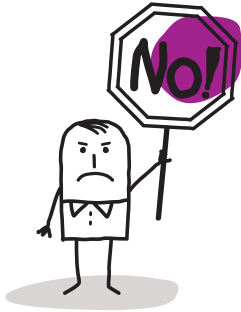
### CREATE A PLAN AHEAD OF TIME

- allow enough time to get ready
- can the task be broken down into smaller steps?
- does this happen at the same time or place? If so, try another time of day or a different approach
- would someone else have better luck getting the person to cooperate? Let that person do it.

### WHEN THINGS GET TOO FRUSTRATING

- change their attention to something that they enjoy
- step away or leave the room and try again later or, if possible, try it another day
- take several deep breaths, watch a few short funny videos or try another way to calm down
- join a support group or speak to a care counselor to get new ideas about how to help the behavior and to help you cope

# Resistencia



## ¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

*Es muy posible que las personas con Alzheimer o demencia:*

- tengan miedo o se sienten fuera de control
- se sienten apresurados
- no entienden lo que quieren de ellos
- se sienten abrumados
- sienten miedo de hacer una actividad nueva o que sea complicado

Algunas personas con Alzheimer o demencia se niegan a hacer actividades comunes tales como bañarse, o salir a algún lado como a las citas médicas. Esto puede ser muy frustrante para el cuidador.

## ¿QUÉ PUEDE HACER?

### SEA COMPENSIVO Y COMPASIVO

- tome en cuenta los sentimientos de la persona
- escuche las inquietudes de la persona
- mantenga la calma y sea amable

### SEA RESPETUOSO

- trate a la persona como un adulto
- el orgullo de la persona puede que rechace su ayuda
- permítale elegir y tomar decisiones sobre aspectos pequeños
- bríndeles privacidad para bañarse y vestirse

### CREA UN PLAN CON ANTICIPACIÓN

- dele suficiente tiempo para alistarse
- ¿es posible dividir la tarea en pasos pequeños?
- si el rechazo de una actividad ó tarea sucede a la misma hora o lugar, cambie la hora del día o intente un enfoque distinto
- ¿hay alguien que pueda lograr que la persona coopere? Entonces, deje que esa persona haga el intento.

### CUANDO LAS COSAS SE VUELVEN MUY FRUSTRANTES

- distráigalos invitándoles en hacer algo que ellos disfruten
- aléjese o salga de la habitación e inténtelo de nuevo más tarde o si es posible, inténtelo otro día
- respire profundamente varias veces, mire videos cortos y agradables o busque otra manera de tranquilizarse
- únase a un grupo de apoyo o hable con un Consejero de Cuidadores para que le pueda dar nuevas ideas sobre cómo ayudar con el comportamiento y para que le ayude a sobrellevar la situación



844.HELP.ALZ  
AlzheimersLA.org

© 2018 Alzheimer's Los Angeles  
Supported by DHHS, ACL (#90AL0002-01-00)