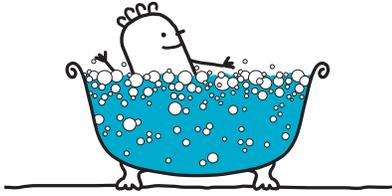


# Bañarse



## ¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

*Personas con Alzheimer o demencia pueden:*

- tener miedo de caerse
- no se sienten cómodos desvistiendo delante de otros
- están asustados o confundidos
- se sienten indefensos



844.HELP.ALZ  
AlzheimersLA.org

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



[dshs.wa.gov/altsa/dementia-action-collaborative](https://dshs.wa.gov/altsa/dementia-action-collaborative)

Personas con Alzheimer o demencia pueden tener miedo a bañarse o les da vergüenza desvestirse enfrente de otra persona. A veces se preocupan de que se van a caer o pueden no recordar cual es la llave fría o caliente.

## ¿QUÉ PUEDE HACER?

### PREPARE EL BAÑO

- asegúrese que el ambiente esté calmado y cómodo para la persona
- mantenga el agua a una temperatura agradable
- sí es posible, no use luces brillantes

### SEGURIDAD EN EL BAÑO

- use alfombra que no se resbale
- use una silla de baño
- ponga sólo 4 pulgadas de agua en la tina
- saque del baño cosas que pueden causarle daño a la persona con Alzheimer, tales como: rastrillos, corta uñas y secadoras de pelo
- nunca deje a la persona con Alzheimer sola en la tina o ducha

### TÓMESE SU TIEMPO Y SEA POSITIVO

- si a la persona le gusta bañarse, deje que disfrute su baño
- mantenga la calma
- de instrucciones directas... "El baño está listo"
- en vez de decir "¿Se quiere bañar?" dele indicaciones un paso a la vez
- dígame una cosa a la vez... "Lávese el brazo izquierdo. Bien. Ahora lávese el otro brazo"... tenga paciencia... no apresure a la persona

### SEA REALISTA

- no discuta con la persona...un baño diario puede ser mucho
- considere un baño de esponja en vez de tina
- muéstrole con ejemplos...haga como que usted se lava el brazo y pídale que copie sus movimientos