



## ¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

- tiene miedo a caerse
- no se siente cómodo desvistándose enfrente de otros
- esta asustado
- puede sentirse sin control

UPI

GREATER

the

LOS ANGELES

PCOA

Aging well for  
life

**Helpline:**  
**(520) 790-**  
**7262 [pcoa.org](http://pcoa.org)**

# Bañarse

Algunas personas con Alzheimer pueden tener miedo al bañarse. Creen que se van a caer o les da vergüenza desvestirse enfrente de otra persona.

## ¿QUÉ PUEDE HACER?

### **Primero prepare el baño**

Asegúrese que el ambiente esté calmado y cómodo para la persona

mantenga el agua a una temperatura agradable

### **Seguridad en el baño**

use alfombras que no resbalen

use una silla de baño

ponga solo 4 pulgadas de agua en la tina

saque del baño lo que puede causarle daño a la persona con Alzheimer, tales como: rastrillos, cortaúñas y secadoras de pelo

- nunca deje a la persona con Alzheimer sola en la tina o ducha

### **Sea positivo, directo y paciente**

si a la persona le gusta bañarse, deje que disfrute su baño sea paciente, trate de no forzar ni apresurar a la persona

Dé una instrucción a la vez... "Lávese el brazo. Bien. Ahora lávese el otro brazo"

muéstrole con ejemplos; haga como usted se lava el brazo y pida que copie sus movimientos

### **Evite las discusiones y sea realista**

- un baño diario puede ser mucho considere un baño de esponja escoja una hora cuando la persona con Alzheimer esté relajado y no muy agitado