

Su camino para obtener ayuda



Para una persona con demencia o discapacidad intelectual, puede ser difícil decidir en qué dirección ir a buscar ayuda para prevenir una crisis de salud conductual. Mantener a la persona como el centro y hacer una planificación sólida centrada en la persona es esencial para prevenir una crisis o superarla, en caso de que ocurra. A veces, quienes pueden tomar decisiones legales también pueden ayudar a hablar en nombre de la persona en caso de que no pueda hablar por sí misma.

Algunas preguntas clave podrían ayudarle a encontrar el camino correcto.

Final 9 de septiembre de 2024



PARA PREVENIR UNA CRISIS

Pregúntele a la persona:

- ¿Dónde quieres vivir?
- ¿Cómo sería un día realmente bueno para ti?
- ¿Qué te gusta hacer?
- ¿Qué necesitas para estar o sentirte seguro? ¿Qué creen los demás que tú necesitas para estar o sentirte seguro? ¿Estás de acuerdo?
- ¿Puedes contarme acerca de las personas con quienes disfrutas pasar tiempo y que se preocupan por ti?

Pregúntese a usted mismo o a los demás:

- ¿La persona tiene antecedentes de problemas de salud conductual?
- ¿La persona ve a un proveedor de salud mental? ¿Hay algún plan para ofrecerle apoyo?
- ¿Ha notado cambios repentinos en el comportamiento o el estado de ánimo de la persona?
- ¿La persona tienen un proveedor de atención médica?
- ¿Hay alguna razón física que haya descartado para los cambios?
- ¿La persona puede hablar por sí misma? ¿La persona tiene familiares o amigos que la conocen bien?
- ¿Existe un plan establecido de respuesta a una crisis que sea conocido y compartido?

Póngase en contacto con el Aging and Disability Resource Center (Centro de Recursos para Personas Mayores y Discapacitadas) de su zona para obtener recursos a corto y largo plazo. Hable con un proveedor de atención médica primaria o de salud conductual para un chequeo médico. Llame al Behavioral Health Resource Center (Centro de Recursos de Salud Conductual), al 988 para obtener apoyo de salud mental o comuníquese con especialistas en Alzheimer o discapacidad intelectual para obtener apoyo conductual proactivo.

PARA SUPERAR UNA CRISIS

Pregúntele a la persona:

- ¿Qué quieres?
- ¿Qué te fue útil en otras ocasiones?
- ¿Quién te gustaría que te ayudara?

Pregúntese a usted mismo o a los demás:

- ¿Hay un plan de respuesta a una crisis?
- ¿La persona corre el riesgo de hacerse daño a sí misma o a otros?
- ¿Es esto una crisis de tipo médico?
- ¿La persona se encuentra segura donde está, o se pueden hacer cambios para que esté segura donde está?
- ¿Es esta una crisis inmediata o una situación para llamar al 911?

Usar una inflexión de voz suave al hacer estas preguntas o buscar formas de reformularlas puede ser útil para no agravar una crisis.

Llame al 911 si se corre un riesgo inmediato para sí mismo o para otros. Llame a la línea de crisis de Journey (Journey Crisis Line) o a la Unidad de Servicios de Emergencia (ESU, por sus siglas en inglés) y/o al 988

LA VIDA DESPUÉS DE UNA CRISIS

Pregúntele a la persona:

- ¿Qué quieres?
- ¿Sientes que tienes el apoyo que necesitas?
- ¿Qué tipo de apoyo necesitas para estar o sentirte seguro y regresar a casa?

Pregúntese a usted mismo o a los demás:

- ¿La persona puede regresar a su hogar de manera segura?
- ¿Qué necesita la persona para estar sana y estable? ¿Cómo se pueden cubrir esas necesidades?
- ¿La persona puede tomar sus propias decisiones acerca de su propio cuidado?
- ¿Qué se ha aprendido de esta crisis que puede ayudar a hacer más leve una crisis futura?
- ¿Se ha revisado, actualizado o creado un plan de salud conductual o de respuesta a una crisis para ayudar a responder a una crisis futura?

Póngase en contacto con el Centro de Recursos para Personas Mayores y Discapacitadas y con el Especialista en Apoyo para la Demencia (Dementia Support Specialist) de su zona para obtener apoyo continuo y recursos de planificación o acceso a servicios de atención a largo plazo. A largo plazo, es esencial una planificación sólida centrada en la persona y con la persona; este plan puede incluir servicios de apoyo como centros para adultos, administración de la atención, consultores de IRIS, cuidados paliativos o de hospicio, apoyo entre pares, apoyo residencial o empleo con apoyo.