

# Información para el compañero cuidador

*Consejos para el cuidado de personas con Alzheimer y otros tipos de demencia*

## Seguridad en la Casa Parte II: Demencia & Seguridad contra incendios

### Seguridad contra incendios

Los incendios de casa/habitación y las quemaduras son peligros reales para la gente con demencia y sus familias. Además de seguir los consejos de este folleto, asegúrese de que haya alarmas de humo y detectores de monóxido de carbono en cada piso. Tenga cerca un extinguidor contra incendios. Asegúrese de que todo funcione bien.

Las tres causas principales de incendios en casa y quemaduras son cocinar, calentadores eléctricos móviles, y cigarrillos.

### Cocinar con seguridad

Muchas personas con demencia quieren vivir en casa tanto tiempo como sea posible. Poder cocinar es importante para sentirse independiente, pero esto debe ser balanceado con la seguridad. A medida que la demencia empeora, las habilidades de la persona cambian. Por lo tanto, es importante evaluar sus habilidades frecuentemente para asegurarse que todavía pueden cocinar sin peligro. Es importante hacer esta examinación independientemente si la persona con demencia vive sola o acompañada.

La siguiente tabla muestra porque la mayoría de personas con demencia deber ser supervisadas mientras estén cocinando.

### ¿Por qué la mayoría de personas con demencia no deben cocinar solas?

- Podrían empezar a cocinar y olvidarse de lo que estaban haciendo.
- Podrían dejar encendida la estufa por demasiadas horas o durante la noche.
- Podrían quemar la comida en la estufa e iniciar un incendio.
- Podrían perder el sentido de tiempo y dejar hirviendo el agua en la olla por demasiado tiempo. El agua podría secarse completamente y fundir la olla en debido a la alta temperatura. Se pueden quemar si no se dan cuenta que la olla esta muy caliente.
- Podrían dejar encendido el gas y causar una explosión.
- Podrían olvidarse de tener cuidado cuando estén cerca de una flama y quemarse gravemente o iniciar un incendio en la casa.
- Podrían olvidarse de como usar con seguridad un microondas y dejarlo encendido por demasiado tiempo, o usar recipiente metálico. Podrían derramar la comida o el agua caliente.

Este folleto para el compañero cuidador es parte de la serie de consejos para el cuidado. Los consejos están escritos para ayudar a familias, promotoras de la salud, o personas relacionadas directamente con el cuidado de personas con Alzheimer u otro tipo de demencia. Esta información esta disponible en inglés y español en [www.aging.arizona.edu](http://www.aging.arizona.edu)

alzheimer's  association®

Desert Southwest Chapter



ARIZONA GERIATRIC  
EDUCATION CENTER

## Información para el compañero cuidador

Hay algunas cosas que usted puede hacer en la cocina para ayudar a las personas con demencia a mantener su independencia y reducir el riesgo de causar un incendio. La siguiente tabla enlista algunas sugerencias:

<b>Consejos para Cocinar con Seguridad</b>	
Etiquete los armarios con dibujos y palabras simples. Mantenga cerca instrucciones simples. Compre comidas fáciles de cocinar .	Use cosas que sean fáciles de identificar y sean usadas para una sola cosa, como por ejemplo una tetera.
Mantenga bien iluminada la cocina.	Retire herramientas peligrosas del alcance de la persona con demencia, como por ejemplo cuchillos muy filosos.
Contacte a la compañía de gas o electricidad para estar en su “registro de servicios prioritarios.” Ellos visitarán la casa regularmente para hacer revisiones y le informarán acerca de opciones especiales de seguridad que están disponibles.	Considere comprar electrodomésticos que se apaguen automáticamente, como por ejemplo una tetera eléctrica.

### Calentadores eléctricos portátiles

Los calentadores eléctricos portátiles son muy peligrosos. Las personas con demencia siempre deben estar supervisados mientras estén usándolos. Muchos de los modelos viejos no tienen las características de seguridad como los nuevos. No se apagan automáticamente después de un tiempo determinado. usted también tendrá que revisar el calentador para asegurarse que no tenga algún daño. Por ejemplo, no lo use si el cable está desgastado.

<b>Consejos para el Uso Seguro de los Calentadores Eléctricos Portátiles</b>
Asegúrese que haya por lo menos un metro de espacio claro alrededor el calentador.
Ponga el calentador fuera del camino para que no tropiece a la gente.
Retire inmediatamente el calentador si la persona con demencia lo usa para sacar la ropa u otras actividades inseguras.

### Fumar

Siempre debe supervisar a las personas con demencia cuando estén fumando. Las síntomas de la demencia, tales como la falta de memoria y pobre juicio, hacen del fumar una actividad muy riesgosa.

<b>Consejos para Fumar con Seguridad</b>	
No les den sus propios encendedores o fósforos.	No les permita fumar en la cama.
Asegúrese que no se caigan las cenizas calientes en la ropa o en la silla.	Asegúrese que el cigarrillo este apagado completamente.
Pida a la gente que fume afuera.	Establezca un área para fumar fuera del edificio.

**Escrito por: Mindy J. Fain, MD, Centro del Envejecimiento de la Universidad de Arizona**

Alzheimer y otros tipos de demencia~ Información para el cuidador de la salud

Editado por un equipo interprofesional del Centro del Envejecimiento de La Universidad de Arizona.

Asociación para el Alzheimer– Sección Suroeste del Desierto y Cuidadores de la Comunidad