

ABORDAR IDEAS DELIRANTES

CAPÍTULO 13:

¿Cosas de la edad?

Si detectamos que alguien en nuestro entorno está teniendo un cambio significativo de comportamiento, o vemos un claro deterioro de su salud emocional, es importante poner atención y facilitar un espacio de escucha y confianza y buscar cuanto antes el consejo de profesionales sanitarios.

SIGUE ESTOS CONSEJOS:

- ✓ Valora cambios significativos de comportamiento, comunicación o expresión emocional que puedan ser señal de un deterioro de salud.
- ✓ Facilita un espacio de escucha y confianza.
- ✓ Si aparece una idea delirante no insistas en su incoherencia.
- ✓ Céntrate en las emociones que experimenta la persona ante la idea delirante y haz que se sienta atendida y escuchada.
- ✓ Consulta con un especialista.



www.cuidopia.es



Un programa social impulsado por:

Johnson & Johnson

Janssen
Johnson & Johnson

EM-122768. Febrero, 2023



Escanea este código con el móvil para ver el vídeo de este capítulo.



ABORDAR IDEAS DELIRANTES

CAPÍTULO 14:

Vamos paso a paso

Recuerda que, aunque seas tú quien convive habitualmente con la persona que vive con una enfermedad mental, es bueno que impliqués a otros miembros de la familia en las tareas de cuidado. Contar con una red extensa que os apoye te permitirá disponer de tiempo para ti y mejorará la calidad de tus cuidados.

SIGUE ESTOS CONSEJOS:

- ✓ Busca otras personas que puedan apoyar en las tareas de cuidado.
- ✓ Anima a la persona que cuidas a retomar actividades respetando sus propios tiempos, intereses y expectativas.
- ✓ Ofrécete a acompañar en alguna de las actividades.
- ✓ Recuerda que la persona enferma puede tener momentos de mejora y recaída.
- ✓ Reserva tiempo de autocuidado.



Escanea este código con el móvil para ver el vídeo de este capítulo.



www.cuidopia.es



Un programa social impulsado por:

Johnson & Johnson

janssen
Pharmaceuticals, part of
Johnson & Johnson



ABORDAR IDEAS DELIRANTES

CAPÍTULO 15:

Un plan de vida

Las personas con una enfermedad mental crónica necesitan la posibilidad de construir un plan de vida adecuado a su realidad y circunstancia personal. El apoyo de familiares y amigos puede facilitar este proceso. Recuerda que las asociaciones de pacientes ofrecen información y acceso a recursos de apoyo tanto a la persona que vive con la enfermedad mental como a familiares y personas cuidadoras.

SIGUE ESTOS CONSEJOS:

- ✓ Trata de involucrar a la persona que cuidas en las decisiones familiares, especialmente en aquellas que le afectan directamente.
- ✓ Respeta el derecho de la persona a decidir si hace pública su enfermedad.
- ✓ Es habitual sentir incertidumbre por el futuro, especialmente en el cuidado de personas más jóvenes.
- ✓ Busca información, orientación y recursos en una asociación de pacientes.



Escanea este código con el móvil para ver el vídeo de este capítulo.



www.cuidopia.es



Un programa social impulsado por:

