LA PICCOLA LIBRERIA

CUIDADO DEL CABELLO EN LA DEMENCIA: RESPETAR LAS HABITUDES Y SIMPLIFICAR

REDATTO DA DOTT. DAVIDE GALLO

Para muchas personas, el cuidado del cabello es un momento de relajación, pero para quienes padecen demencia, puede ser fuente de ansiedad y malestar. El ruido, la sensación del agua y la dificultad para entender lo que sucede pueden convertir esta experiencia en algo estresante. Mantener el cabello limpio y cuidado es importante para la autoestima, por lo que el enfoque debe ser delicado y respetuoso con sus hábitos.

Antes de lavar el cabello: Escuchar y observar

El secreto está en conocer y adaptarse a las costumbres de la persona.

- **Pregunte y observe:** Pregúntele cómo prefiere que le laven el cabello. También puede notar si prefería lavarse el pelo por separado, fuera del baño o la ducha.
- **Hábitos pasados:** Si la persona iba con frecuencia a la peluquería, intente organizar la visita de un profesional a domicilio. Para los hombres, un barbero puede ofrecer un servicio que recuerde una costumbre agradable del pasado.
- **Productos familiares:** Usar el champú y los productos a los que estaba acostumbrada puede evocar recuerdos positivos gracias a la memoria emocional asociada a los olores.
- **El peinado:** No olvide el momento de peinar. Averigüe si prefería usar rulos, un cepillo o si dejaba que el cabello se secara de forma natural.

Durante el lavado: Hacer la experiencia fácil y segura

Simplificar el proceso reducirá la ansiedad.

- **Minimizar el agua:** Usar una alcachofa de ducha de mano o una jarra de plástico es más manejable que un chorro de agua fuerte. Para evitar que el agua le caiga en los ojos, puede usar una visera de ducha.
- **Productos sin enjuague:** Existen champús en el mercado que no necesitan agua y son perfectos para quienes no toleran el lavado tradicional.
- **Secador y ruido:** Muchas personas con demencia encuentran molesto el ruido del secador. Pregúntele si prefiere que seque su cabello con una toalla. Un corte corto puede simplificar considerablemente la rutina diaria.

- **Posición:** Si la persona se siente más cómoda, intente lavar su cabello con la cabeza inclinada sobre el lavabo, como se hace en la peluquería.
- **Respetar los tiempos:** Proceda con calma, explicando cada acción. Dele tiempo para aceptar y comprender lo que está sucediendo.

El cuidado del cabello es un acto de respeto que va más allá de la simple limpieza. Escuchando y adaptándose, puede transformar un momento de angustia potencial en una oportunidad para fortalecer su vínculo y preservar la dignidad de la persona.

A.S.V.A.D. Associazione Solidarietà Volontariato A Domicilio odv

Via Gardoncini 7 10143, Torino - info@asvadtorino.org - www.asvadtorino.org

Iscr. Reg. Regionale D.P.G.R. 2938/96 - Iscr. Registro Nazionale RUNTS Repertorio 41674

C.F.: 97536010016 - IBAN: IT 47 S 02008 01058 000001884423

La información contenida en las fichas no sustituye el consejo profesional de un experto. Le recomendamos que se dirija siempre a los profesionales del sector.