



Cómo Cuidar de una Persona con Necesidades Emocionales y Problemas de Conducta

Cambios de Personalidad Después de un Derrame Cerebral

(Inestabilidad Emocional y Actitud Centrada en sí Mismo)

Es posible que su ser querido se comporte como otra persona tras un derrame cerebral. Esto ocurre porque los daños que sufre el cerebro pueden afectar a la personalidad.

Cambios de personalidad

Los cambios de personalidad son modificaciones en el carácter normal de las personas. Tanto el razonamiento como el comportamiento pueden resultar afectados. Si los cambios son de poca importancia, a veces ni se notan. Sin embargo, los cambios de más importancia pueden influir en las relaciones con los demás.

Lo que debe saber

Los cambios de personalidad son frecuentes tras un derrame cerebral. Son además los cambios más difíciles de afrontar. No todos son cambios permanentes ya que algunos pueden desaparecer con el tiempo. Los cambios de personalidad que necesitan una especial vigilancia son: la actitud centrada en sí mismo, la inestabilidad emocional, la apatía y la depresión. Usted como cuidador podrá observar también algunos problemas de conducta. Quizás su ser querido se enoje o se frustre fácilmente. Posiblemente presente conductas impulsivas llegando incluso a mostrarse agresivo físicamente.

Es importante que busque ayuda

No es nada fácil afrontar los cambios de personalidad de un ser querido. Debe hablar con los profesionales de la salud. Ellos podrán recomendar tratamientos o técnicas para enfrentarse a esos cambios. Piense también en la posibilidad de participar en un grupo de apoyo. A menudo es muy útil charlar con otros cuidadores.

Inestabilidad emocional

La inestabilidad emocional se refiere a un estado de fuertes emociones. Estas emociones siempre están a punto de salir y son difíciles de controlar. Las personas afectadas se angustian o lloran con más facilidad. Con frecuencia, los sobrevivientes de un derrame cerebral sufren profundas variaciones en su estado de ánimo. Pueden pasar de la alegría a la tristeza en cuestión de pocos minutos. Sus reacciones ante los hechos de la vida diaria pueden ser imprevistas.

- Muestre paciencia. Su ser querido no se comporta así intencionalmente . Explíquele que las emociones que siente son consecuencia de la enfermedad.
- Hable con otros familiares. Ayúdelos a entender que los afectados por un derrame cerebral tienen dificultad para controlar sus emociones.
- Trate estas conductas como algo de poca importancia y no interrumpa lo que usted esté haciendo.
- Cambie de tema o desvíe la atención de su ser querido hacia otra cosa.

Actitud centrada en sí mismo

Muchos pacientes acaban centrándose más que nada en su propia situación. Es posible que muestren falta de “empatía”, es decir, la incapacidad para comprender los sentimientos de los demás.

- Ayude a su ser querido cuando no se muestre considerado para que se dé cuenta de ello.
- Recuerde cariñosamente a su ser querido que debe comportarse amablemente.
- Felicite a su ser querido cuando haga algo por los demás.

Apatía

La apatía es la falta de motivación. No es lo mismo que el cansancio o la depresión. Las personas con apatía apenas muestran emociones o sentimientos. Con frecuencia, pierden el interés de realizar ciertas actividades. Si desea más información, consulte el folleto informativo “La apatía después de un derrame cerebral”.

Depresión

Tras un derrame cerebral, algunos pacientes presentan sentimientos negativos. Quizá piensen que nada mejorará. La depresión es una respuesta común ante las complicaciones que puede traer el derrame cerebral. Si desea más información, consulte el folleto informativo “La depresión después de un derrame cerebral”.

Cambios de conducta

Con frecuencia, los afectados por un derrame cerebral se muestran impulsivos, frustrados, enojados o agresivos. No es fácil afrontar estos cambios de conducta en un ser querido. Si desea más información, consulte el folleto informativo “Conductas difíciles después de un derrame cerebral”.

Consejos útiles

- Es difícil enfrentarse a los cambios de personalidad de un ser querido. No olvide que son consecuencia de los daños producidos por el derrame cerebral. Intente no tomarlo como algo personal.
- Trate de no hacer las comparaciones del “antes y ahora” en relación con su ser querido.
- Busque ayuda profesional o participe en un grupo de apoyo. Puede ser útil comentar sus inquietudes con otras personas.
- No deje de lado su propia vida. Esto lo ayudará a evitar el “desgaste del cuidador”.

Recuerde

- Hable con los profesionales de la salud sobre los cambios de personalidad de su ser querido. Si es necesario, pídale que le hagan una evaluación.
- Trate de aceptar los cambios que observe en su ser querido. No compare su forma de ser de ahora con la de antes. Algunos de los cambios pueden ser permanentes mientras que otros desaparecerán con el tiempo.
- Sea paciente y comprensivo. Su ser querido se está enfrentando a muchos cambios y el apoyo que le dé es importante.

Otros recursos

Los siguientes recursos contienen enlaces de Internet. La ubicación de las páginas de Internet puede cambiar y por lo tanto los enlaces indicados a veces pueden no servir. Para ver la versión más actual de esta lista, visite <http://www.rorc.research.va.gov/rescue-espanol>.

Exención de responsabilidad con respecto a los enlaces: La inclusión de enlaces a información y a sitios web externos al Department of Veterans Affairs (Departamento de Asuntos de los Veteranos o VA, por sus siglas en inglés) no indica la aprobación de los productos o servicios ofrecidos en esos sitios. Además, las políticas de privacidad y seguridad de esos sitios pueden ser incoherentes con las del VA.

American Stroke Association (Asociación Americana del Derrame Cerebral)

Web: <http://www.strokeassociation.org> (en inglés)

Teléfono: 1-888-478-7653

American Stroke Association (Asociación Americana del Derrame Cerebral) pone a su disposición numerosos recursos, tanto en inglés como en español, además de su línea telefónica bilingüe de ayuda, The Stroke Family Warmline. También se puede encargar la guía (sólo en inglés) titulada “How Stroke Affects Behavior: Our Guide to Physical and Emotional Changes” (Los efectos del derrame cerebral en la conducta: Nuestra guía a los cambios físicos y emocionales).

Family Caregiver Alliance (Alianza para Cuidadores de Familia)

Web: <http://www.caregiver.org> (en inglés)

Teléfono: 1-800-445-8106

Family Caregiver Alliance (Alianza para Cuidadores de Familia) dispone de un folleto informativo “Coping with Behavioral Problems after Head Injury” (Problemas conductuales posteriores a traumatismo craneal) que ofrece más información sobre conductas específicas.

http://www.caregiver.org/caregiver/jsp/content_node.jsp?nodeid=1406 (en español)

Stroke Association (La Asociación del Derrame Cerebral) (United Kingdom)

Web: <http://www.stroke.org.uk> (en inglés)

Stroke Association (La Asociación del Derrame Cerebral) ofrece información sobre los cambios de conducta y personalidad. Consulte el folleto informativo (sólo en inglés) “Psychological Effects of Stroke” (Efectos psicológicos del derrame cerebral).

Nota: Este sitio web ofrece información útil para cuidadores pero es posible que algunas referencias no se apliquen a aquellos que vivan en Estados Unidos.

Referencias: Family Caregiver Alliance (diciembre de 2008). *Coping with Behavioral Problems after Head Injury*. Obtenido el 25 de abril de 2009, de <http://www.caregiver.org/caregiver/jsp/>; The Stroke Association (octubre de 2006). *Psychological Effects of Stroke*. Obtenido el 25 de abril de 2009, de <http://www.stroke.org.uk>; American Stroke Association. (2009). *Behavioral Changes after Stroke*. Obtenido el 12 de abril de 2009, de <http://www.strokeassociation.org>; Trelogan, Stephanie. (2009). *Difficult Behaviors after a Stroke*. Obtenido el 8 de mayo de 2009, de <http://www.caring.com/>; Senelick, RC, Rossi, PW & Dougherty, K. (1999) *Living with Stroke: A Guide for Families*. (Revised Edition) NTC Contemporary Publishing Company.



Estos materiales fueron creados para el proyecto:
**Web-Based Informational Materials for
Caregivers of Veterans Post-Stroke**
(Materiales Informativos Basados en Internet
para Cuidadores de Veteranos Afectados
por un Derrame Cerebral)

Número de proyecto SDP 06-327 financiado por el VA HSR&D Quality Enhancement Research Initiative (QUERI) (Iniciativa de Investigación para Mejorar la Calidad o QUERI, por sus siglas in inglés)

