

Salidas cuidadas

**Consejos para salir con personas
con demencia o deterioro cognitivo**

- 1** Antes de salir planificá el recorrido y asegurate de que la persona que acompañás haya ido al baño, no tenga sed o hambre y lleve ropa y calzado adecuados.
- 2** Llevá los medicamentos que tome la persona a la que acompañes.
- 3** Explicale el camino que van a tomar y las señales de tránsito que deben seguir, para que conozca el recorrido.
- 4** Tené en cuenta las posibles limitaciones físicas de la persona al momento de elegir el camino, por ejemplo si utiliza andador o silla de ruedas.
- 5** Intentá evitar lugares concurridos y desconocidos para minimizar el riesgo de que se pierda.
- 6** Asegurate de que la persona tenga una identificación con su nombre, apellido, teléfono de contacto y condición de salud. En caso de que tenga teléfono celular, activá el sonido y el GPS antes de salir.
- 7** Durante el recorrido tratá de no perder de vista a la persona en ningún momento.
- 8** Es importante que sepas si la persona alguna vez se perdió, de qué manera, cuándo, dónde y cómo se la encontró. En caso de que se pierda, informá a la policía o personal de seguridad y proporcioná la mayor cantidad de información posible sobre la persona.
- 9** Buscá en lugares cercanos y hablá con personas de la zona donde se perdió.
- 10** Una vez que encuentres a la persona, hablale con calma, con aceptación y cariño, y no la culpabilices o te muestres con enojo.