

5 consells per a explicar a infants i adolescents que un familiar té Alzheimer

- S'ha de tenir en compte cada situació, adaptant la informació segons l'edat, evitant forçar la situació i buscant el moment més idoni i relaxat possible
- Coincidint amb el Dia dels Avis i Àvies, la Fundació Pasqual Maragall ofereix una sèrie de recomanacions per parlar amb infants i adolescents sobre aquesta qüestió per gestionar la situació d'una manera natural i constructiva

Barcelona, 26 de juliol de 2022 – Quan un ésser estimat és diagnosticat amb Alzheimer, l'impacte de la malaltia afecta a tots els membres de la família i això inclou també als més joves. Per això, i coincidint amb el Dia dels Avis, la Fundació Pasqual Maragall comparteix algunes estratègies per comunicar a infants i adolescents que el seu familiar té Alzheimer.

L'objectiu d'aquestes recomanacions és que facilitar les eines per gestionar situacions i emocions i perquè els joves i infants no se sentin confosos o incòmodes davant de certs comportaments del familiar afectat, puguin entendre'n les reaccions i s'obri una porta perquè demanin explicacions si els hi cal. En aquestes situacions és essencial adaptar l'anunci de la malaltia a cada edat i perfil perquè ho puguin entendre bé però cal que comptin amb la informació necessària i s'eviti amagar o maquillar la situació, ja que podria provocar malentesos.

Tal com explica **Sandra Poudevida, terapeuta sènior de la Fundació Pasqual Maragall**, *“parlar obertament i directament amb els més joves de la família sobre l'Alzheimer és una molt bona forma de disminuir el seu desconcert. Si disposen d'informació adequada, veraç i adaptada a la seva edat, els nens i adolescents de la família també poden implicar-se en les atencions a la persona malalta, promovent que s'enforteixi el vincle afectiu entre ells. Compartir la informació és, a més, una bona manera d'afavorir la unitat familiar i el suport mutu”*.

A l'hora d'explicar a un infant o adolescent que un familiar pateix Alzheimer, no hi ha una fórmula única però si és important tenir presents algunes recomanacions:

- 1. Donar la informació de forma clara i concisa:** per poder entendre que la conducta del familiar és conseqüència de la malaltia i no ho fa de forma intencionada. Conèixer els principals símptomes farà que puguin entendre els comportaments i no sentir-se malament.
- 2. Adaptar la informació segons l'edat de l'infant:** infants i adolescents tenen la mateixa necessitat de saber què està passant i cal transmetre la informació de manera simple i adaptada a cada edat. Als menors de 4 anys és recomanable no deixar-los mai sols amb la persona amb Alzheimer per pal·liar possibles situacions en les que puguin sentir-se desprotegits. A partir dels 4 anys, es proposen, de forma orientativa, una sèrie de pautes per tractar la qüestió:
 - **Dels 4 als 7 anys:** és difícil entendre malalties que no tinguin conseqüències físiques evidents. Es recomana incorporar explicacions molt senzilles sobre què és l'Alzheimer i la memòria, fent èmfasi en com és de necessària per a tot: per recordar els noms de les

persones, el dia en què estem o els noms dels objectes. Serà important recordar que la malaltia afecta a la memòria, i de vegades a la conducta i el caràcter, però que l'estima per l'infant no ha variat.

- **Dels 8 als 12 anys:** en aquesta franja és probable que els infants preguntin directament què li passa al seu avi o àvia, per tant, s'ha de incloure una resposta amb el concepte de malaltia i de què tracta, explicant alguns dels símptomes de forma didàctica, i fent comparacions amb malalties que ells puguin conèixer, com un refredat.
 - **A partir dels 13 anys:** en aquesta edat els coneixements sobre la malaltia són més amplis i els joves ja saben com funciona el cervell i de l'existència de les malalties neurodegeneratives. Amb les explicacions oportunes, podem parlar obertament de què és l'Alzheimer i tot el que comporta. Aquí, s'ha d'ajudar a comprendre que no hi ha dos malalts iguals i que no tots els casos es comportaran igual. És important promoure la relació entre la persona afectada i l'adolescent i involucrar-lo en la tasca de cuidar-lo o passar temps junts. També és crucial fer saber a l'adolescent que pot comptar amb l'ajuda d'un adult per resoldre dubtes o pors que pugui tenir.
3. **Buscar el moment més adequat per parlar de l'Alzheimer amb infants i adolescents:** s'ha de buscar un moment oportú i relaxat per atendre les seves reaccions i sentiments. És essencial captar les seves inquietuds i crear un espai perquè facin preguntes. A més, és important que comprenguin que si ens mostren el que senten, serà més fàcil ajudar-los a entendre la situació.
 4. **Pensar activitats per realitzar conjuntament:** pot ser un bon moment per propiciar l'acostament entre el nen o nena i el familiar afectat, tasques com per exemple, parar taula, regar les plantes o plegar roba. També ajudar-lo amb informació del passat com mirar fotos o una pel·lícula antiga.
 5. **No forçar les situacions:** l'estona que passin junts ha de ser agradable, per tant, si l'infant se sent incòmode o espantat, serà millor no forçar aquestes trobades. De la mateixa manera, i per la seguretat de tots dos, cal estar atents a qualsevol situació que requereixi supervisió.

Per a més informació sobre com explicar la malaltia a infants i adolescents, podeu visitar el blog de la Fundació Pasqual Maragall, ['Parlem de l'Alzheimer'](#), amb informació rigorosa i validada per professionals.

Sobre la Fundació Pasqual Maragall

La Fundació Pasqual Maragall és una entitat privada sense ànim de lucre que va néixer l'abril del 2008, com a resposta al compromís adquirit per Pasqual Maragall (exalcalde de Barcelona i expresident de la Generalitat de Catalunya) a l'anunciar públicament que se li havia diagnosticat Alzheimer. La Fundació està dirigida per Arcadi Navarro i presidida per Cristina Maragall, filla de Pasqual Maragall. Aquest últim ostenta el càrrec de president d'honor.

Més de 170 professionals treballen actualment a la Fundació amb una doble missió: promoure la recerca per prevenir l'Alzheimer, i oferir solucions que millorin la qualitat de vida de les persones afectades, les seves famílies, i els seus cuidadors. En l'àmbit de la investigació científica, la Fundació compta amb el Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), centre de recerca dedicat a la prevenció de la malaltia i a l'estudi de les funcions cognitives afectades en l'envelliment sa i patològic.

Tot plegat és possible gràcies al suport d'una quinzena d'entitats i una base social de més de 50.000 socis, que contribueixen econòmicament a la continuïtat del projecte. El seu suport és imprescindible per seguir treballant per un futur sense Alzheimer, ja que la recerca científica és l'únic camí per vèncer la malaltia.

Per a col·laborar amb la Fundació: fpmaragall.org/ca/donatius

Per a més informació: fpmaragall.org/ca



CONTACTE DE PREMSA:

Agència de Comunicació

ATREVIÀ

Andrea Gutiérrez / Laura Puig

agutierrez@atrevia.com / lpuig@atrevia.com

618 763 014 / 619 64 93 62

Departament de Comunicació

Fundació Pasqual Maragall

Àngela Plaza

aplaza@fpmaragall.org

93 316 09 90

La Fundació Pasqual Maragall compta amb el suport de:



FUNDACIÓN
RAMÓN ARECES

FUNDACIÓN
ACS



Diputació
Barcelona

Allianz

FIATC
FUNDACIÓ

Sabadell
Fundació

Aigües de
Barcelona

enagas

eurofragance

moventia

vopi4