

Apatía

¿Qué es?

Un estado de **falta de motivación y pérdida de iniciativa** para participar o interactuar con el entorno.



¿Cómo se manifiesta?

- La persona puede parecer **ausente**, mirar al vacío, no mostrar emociones o dejar de hablar.
- **Actividades sencillas**, que antes le gustaban, ahora **pueden suponerle un gran esfuerzo**.
- **Disminución de la iniciativa** y menor curiosidad por acontecimientos que suceden a su alrededor.
- **Tendencia al aislamiento**.

Recomendaciones

- ✓ Proponer a nuestro familiar **actividades significativas y adaptadas** a sus capacidades.
- ✓ Introducir estas actividades dentro de la **rutina diaria**, con flexibilidad y sin presión.
- ✓ **Acompañarle en el inicio de la actividad** y reforzar positivamente su participación desde el afecto.
- ✓ **Ayudarle** en la realización de las actividades, **pero sin terminárselas**.
- ✓ **Mostrar comprensión** cuando no tenga ganas de hacer algo.

A evitar

- ✗ **Presionarle** para que participe.
- ✗ **Plantear actividades demasiado complejas** que le generen frustración o **demasiado simples** que se puedan percibir como infantilizantes.
- ✗ **Corregir destacando el error**, es decir, indicarle que la actividad que está realizando no se hace de esa forma.
- ✗ **Hablar y actuar** delante de la persona con Alzheimer **como si no estuviera presente**.

Con el apoyo de: