



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE **ALZHEIMER**



NOTA DE PRENSA

Webinar 'Dimensión psicológica y conductual en las demencias'

La atención al bienestar emocional y a los síntomas conductuales es esencial en el abordaje integral de las demencias

Anna Escolá, psicóloga del Grupo de Neuropaliativos de SECPAL y miembro de la Sociedad Española de Psicología Paliativa, profundiza en el manejo de los trastornos neuropsiquiátricos, las intervenciones no farmacológicas y el necesario apoyo al entorno cuidador de la persona con deterioro cognitivo

Madrid, 25 de mayo de 2026.- La Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias ([CEAFA](#)) y la Sociedad Española de Cuidados Paliativos ([SECPAL](#)) han celebrado el webinar 'Dimensión psicológica y conductual en las demencias', tercera sesión del programa formativo y divulgativo sobre cuidados paliativos y demencias impulsado conjuntamente por ambas entidades. La conferencia online, impartida por **Anna Escolà**, psicóloga del Grupo de Neuropaliativos de SECPAL y miembro de la Sociedad Española de Psicología Paliativa (SEPP-Psicopalis), puso el foco en la vivencia emocional de las personas con deterioro cognitivo y en la necesidad de abordar de forma integral los síntomas psicológicos y conductuales asociados a estas enfermedades.

Durante la sesión, moderada por **Lori Thompson**, vicepresidenta de SEPP-Psicopalis y vocal de Psicología de SECPAL, la ponente desarrolló su exposición a partir del caso de María, una mujer con alteración cognitiva leve, y Juan, su marido desde hace más de 50 años, como hilo conductor para explicar el impacto emocional y familiar que se produce en las diferentes fases de la enfermedad.

Escolà, psicóloga del Equipo de Atención Psicosocial (EAPS) Mutuam-Barcelona, experta en psicooncología y cuidados paliativos y máster en neuropsicología clínica, explicó que el proceso diagnóstico y la aparición de los primeros síntomas pueden vivirse de forma muy diferente por parte de la persona afectada y su entorno. Mientras algunos miembros de la familia experimentan "alivio" al poner nombre a lo que ocurre otras afrontan el inicio del proceso con **ansiedad, incertidumbre y anticipación de situaciones futuras**. A medida que



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE **ALZHEIMER**



la enfermedad progresa y se confirma el diagnóstico de alzhéimer, surgen nuevas necesidades relacionadas con la adaptación, la reorganización familiar y la búsqueda de apoyos y recursos.

Uno de los principales mensajes que trasladó durante el webinar fue la importancia de identificar las causas que pueden estar detrás de síntomas como la ansiedad, la agitación, la apatía o el aislamiento, **evitando interpretarlos únicamente como una consecuencia inevitable de la demencia**. En este sentido, la experta insistió en la necesidad de analizar posibles desencadenantes orgánicos, emocionales o ambientales y actuar sobre ellos.

Para el manejo de la ansiedad y la agitación, recomendó observar las situaciones que las provocan para prevenirlas, **crear entornos tranquilos y agradables**, transmitir calma y evitar la confrontación. También destacó la conveniencia de no insistir cuando la persona presenta resistencia, buscar estrategias de distracción y utilizar un tono de voz suave, manteniendo el contacto visual y “poner en contexto continuamente quiénes somos o qué está ocurriendo”.

Respecto a síntomas como la apatía, la depresión y el aislamiento, Anna Escolà subrayó la importancia de mantener estilos de vida activos sin forzar, favorecer las aficiones, pasatiempos e intereses personales, **“darle espacio para que exprese sus emociones mediante la escucha activa”** y promover que mantenga la vida social y la participación.

Intervenciones no farmacológicas para mejorar la calidad de vida

La ponente incidió igualmente en conductas que conviene evitar, como discutir, contradecir o elevar el tono de voz; hablar a la persona afectada con un tono infantil; someterla a pruebas constantes de memoria o confrontarla con sus olvidos, situaciones que **pueden aumentar el malestar y la frustración**.

Por otro lado, el webinar dedicó una parte destacada a las intervenciones no farmacológicas, como la actividad física, la estimulación cognitiva o la participación social, que, junto con el seguimiento médico, constituyen herramientas fundamentales para mejorar la calidad de vida de la persona con demencia y mantener su autonomía.

En este ámbito, Escolà remarcó el valor de **adaptar la comunicación verbal** mediante “frases cortas, simples y directas, preguntas de una en una y tiempos suficientes para responder”, así como la relevancia de la comunicación no verbal conforme avanza la enfermedad. A este respecto, subrayó que gestos, expresiones faciales, un tono de voz adecuado o el contacto



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE **ALZHEIMER**



físico afectivo (tocar con cariño, acariciar, etc.) pueden convertirse en elementos clave para **transmitir al paciente seguridad y bienestar**. También expuso medidas prácticas de apoyo en la vida diaria, como favorecer la orientación en el hogar mediante señalización y recordatorios visuales, establecer rutinas, adaptar espacios y simplificar actividades relacionadas con el vestido, la alimentación o la higiene personal.

Durante el webinar, la psicóloga enumeró algunas intervenciones psicológicas con evidencia de utilidad, como la terapia de orientación a la realidad, la evocación guiada de recuerdos autobiográficos o el entrenamiento cognitivo específico, entre otras, e hizo referencia a los beneficios de terapias complementarias como la intervención con animales, la musicoterapia, los huertos urbanos, la estimulación sensorial o las actividades intergeneracionales.

La sesión concluyó con una serie de **recomendaciones dirigidas al entorno cuidador**, entre ellas, identificar redes de apoyo, vincularse con asociaciones de familiares, establecer límites en el cuidado, participar en grupos de ayuda mutua, reservar espacios de autocuidado y “atender y dar respuesta a las propias necesidades”.

Esta jornada virtual, que se enmarca en el ciclo de conferencias de CEAFA '[Entornos amigables y solidarios con las demencias](#)', nace del [convenio](#) firmado en 2024 por CEAFA y SECPAL con el fin de impulsar acciones conjuntas que mejoren el bienestar de los pacientes y sus familias y unir esfuerzos como clave para que los cuidados paliativos sean una prestación más dentro de la atención que reciben las personas con enfermedades neurodegenerativas y sus familias, mejorando así su calidad de vida.

Sobre CEAFA

La Confederación Española de Alzheimer ([CEAFA](#)) es una entidad que agrupa a más de 300 asociaciones de familiares y que representa los intereses y necesidades de los más de 4,8 millones de personas que conviven en España con la enfermedad de Alzheimer y otras demencias (incluyendo también a los familiares cuidadores). El Alzheimer representa más del 60% de la dependencia en nuestro país, y supone un coste anual de 35.000 millones de euros.

Sobre SECPAL

La Sociedad Española de Cuidados Paliativos ([SECPAL](#)) fue fundada en 1992 y cuenta con más de 2.600 miembros de diferentes disciplinas, especialidades y ámbitos de atención. Es una organización multidisciplinar referente en España y en el mundo hispanohablante para la promoción de la equidad y calidad en la atención a personas con enfermedades avanzadas, crónicas y progresivas sin opción a tratamiento curativo. La docencia, la investigación y el asesoramiento a la Administración para el desarrollo y la implementación de los cuidados paliativos en nuestro país son elementos esenciales en la agenda de esta sociedad científica.