

# Cambios De Comportamiento Después De Una LCT



Después de una lesión cerebral traumática (LCT en español o TBI por sus siglas en inglés), los familiares a menudo se dan cuenta de que su ser querido no es la misma persona que era antes de la lesión. Pareciera que una parte de ellos no está o ha cambiado.

Algunos de los cambios de comportamiento más comunes se encuentran a continuación. Puede que su ser querido no presente todos los cambios o que presente cambios adicionales no incluidos en la lista:

## Comportamiento Inapropiado o Vergonzoso:

- Habla con extraños sobre asuntos personales que las personas no compartirían normalmente y hace preguntas personales a otros que no conoce bien.
- Hace comentarios o gestos sexuales vergonzosos en público.
- Maldice mucho.



## Enojo y Rabietas

- Se enoja por cosas que nunca le habrían molestado anteriormente.
- Grita mucho, usa lenguaje obsceno, y arroja objetos o golpea objetos con su puño.
- Amenaza o muestra agresión física a miembros de la familia u otras personas.

## Impulsividad (Actuar Rápido Sin Pensar)

- Dice o hace lo primero que cruza por su mente sin primero pensar o considerar las consecuencias.
- Acciones peligrosas (caminar por la calle sin mirar, etc).

## Depresión y Falta de Motivación/Iniciativa

- Parece pasar todo el día sentado mirando a la TV.
- Reconoce lo que se necesita hacer, pero no puede iniciarlo.
- Parece triste la mayor parte del tiempo y se mantiene aislado. No le interesa hablar con otras personas.
- Pérdida de interés en las cosas que antes disfrutaba.
- Tiene dificultad para dormir o duerme demasiado; parece que no tiene energía.
- Dice cosas como "Hubiera sido mejor morir en el accidente."

## Recuerde...

Los cambios en su comportamiento y emociones se deben a la lesión cerebral. Su ser querido no está tratando de actuar de una forma diferente, y ellos por sí mismos no pueden volver a ser como eran antes de la lesión.



# Maneras de Afrontar los Cambios de Comportamiento



## ¿Como puede ayudar con un Comportamiento Inapropiado o Vergonzoso?

- Calmadamente déjele saber a su familiar que el comportamiento está mal e incomoda a las personas.
- Cree una señal que pueda utilizar para que el miembro de su familia sepa que se está comportando inadecuadamente. Por ejemplo, levantar dos dedos o un pequeño movimiento de la mano.
- Establezca un sistema de recompensas con su ser querido. Si va a un lugar público sin exhibir tal comportamiento, podrá recibir la recompensa acordada antes de que salieran.
- Si su ser querido está actuando inapropiadamente, detenga la actividad que este haciendo. Si esta de compras, salga de la tienda y vaya a casa para demostrar que solo pueden salir si se maneja apropiadamente.

## ¿Como puede ayudar con el Enojo y las Rabietas?

- Comprenda que el estar irritable y enojarse son resultados de la lesión cerebral. Trate de no tomarlo de manera personal.
- Cuando sea posible, ignore los gritos y las malas palabras. Prestar mucha atención puede empeorar el comportamiento.
- Establezca reglas para la comunicación. Dígale que está bien expresar que algo le molesta, pero que necesita comunicarlo calmadamente.
- No interactúe con su familiar cuando se encuentre gritando o teniendo una rabieta. Dígale que le va a dar 5-10 minutos y luego regresara, pero que usted no hablara con el/ella si se comporta de esta manera.
- Si usted teme que su ser querido pueda lastimarlo a usted o a alguien más, tal vez necesite considerar que su familiar viva en otro lugar o buscar ayuda profesional.



## ¿Como puede ayudar con la Impulsividad?

- Deténgalo cuando esté actuando sin pensar. Cuénteles calmadamente sobre las consecuencias de sus actos.
- Establezca una señal que le indique que se está comportando de manera impulsiva.
- Retire artículos que puedan ser usados de manera peligrosa, como cuchillos, armas, o incluso las llaves del automóvil.

## ¿Como puede ayudar con la Depresión?

- Comprenda que la depresión puede ser una buena señal de que su familiar esta consiente de los problemas que atraviesa, pero necesita ayuda para lidiar con esta situación.
- Hable con el medico de su familiar sobre la posibilidad de usar medicamentos que ayuden a tratar la depresión. Tenga presente que las señales de depresión también son síntomas frecuentes de una lesión cerebral y no siempre indican la presencia de depresión.
- Ofrezca hablar con su familiar sobre sus sentimientos. Hágale saber que lo apoya y se da cuenta de cómo la lesión ha cambiado las cosas.
- Involucre a su familiar en actividades que lo distraigan y eviten que se sienta triste.
- Lleve a su familiar con un médico que entienda de lesiones cerebrales y depresión.

