

## Decálogo para familias de personas con Daño Cerebral Adquirido

1. **Tener en cuenta los deseos y las opiniones** de las personas con daño cerebral adquirido. Hacerles partícipes de las actividades, planes o decisiones que se tomen y le afecten.
2. **Crear una comunicación eficaz:** asegurarse siempre de que ha entendido el mensaje. Utilizar frases breves, sencillas, adaptadas a su edad, sin infantilizar ni gritar. Si es necesario, utilizar imágenes y gestos que faciliten la comprensión.
3. **Fomentar su independencia y autonomía:** dejar hacer aquello para lo que está preparado. Adaptarse a su situación y ofrecerle ayuda, guía y supervisión solo cuando sea necesario.
4. **Respetar los tiempos:** dar tiempo para pensar, hablar, realizar las actividades o caminar.
5. **Ofrecer descansos:** dejar tiempos de descanso entre las actividades para que no se sobreestimule ni fatigue.
6. **Adaptar el entorno:** eliminar obstáculos y distractores en el domicilio y en el entorno próximo en la medida de lo posible.
7. **Compensar las dificultades:** establecer rutinas, introducir estrategias de compensación como agendas, sillas de ruedas adaptadas, puntos de apoyo, calendarios, horarios... que generen sensación control, autonomía y autoeficacia percibida.
8. **Dar un mensaje realista y positivo:** centrarse en lo que sí puede hacer y en cómo puede mejorar. Animar al paciente a continuar tras cometer errores sin castigos ni reprimendas.
9. **Acompañarle en el proceso rehabilitador así como en la vuelta al domicilio:** intentando generalizar y adaptar todo lo adquirido a la vida diaria. Tener en cuenta el proceso que vive nuestro familiar con daño cerebral también a nivel emocional.
10. **Buscar ayuda especializada en centros de referencia y asociaciones:** el daño cerebral es de todos. La familia vive un cambio importante que debe comprender, asimilar y aceptar.



**Avda. Andurique, 11. 36163, Poio (Pontevedra)**  
**986 87 25 00**