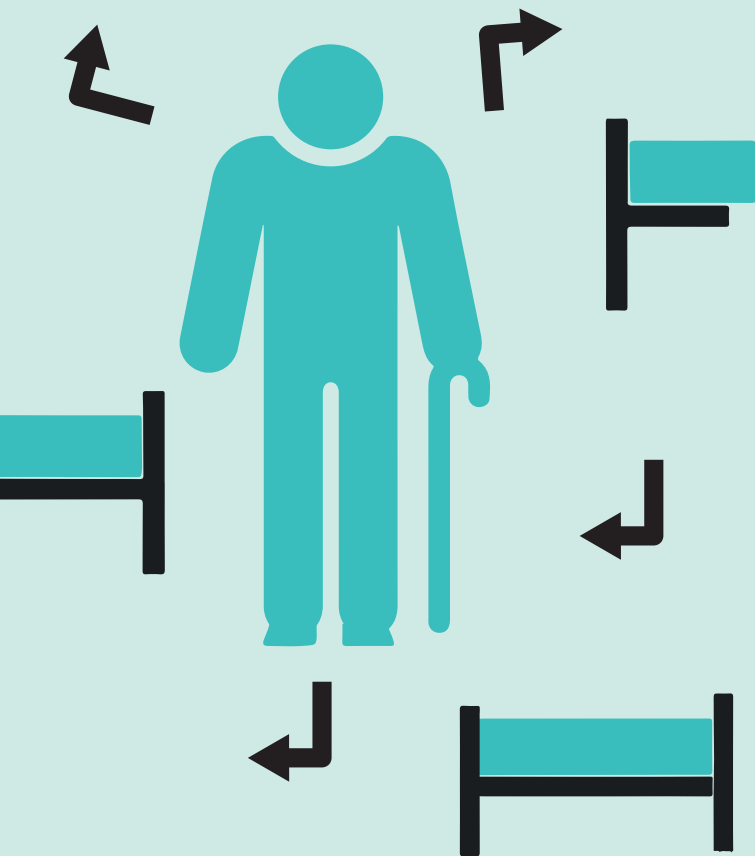


PREVENGAMOS EL DELIRIUM

Información para familiares/acompañantes



¿Qué es el delirium?

Es una alteración aguda del estado mental que afecta al pensamiento, la atención y el comportamiento y que aparece frecuentemente en los pacientes ancianos al ingresar en el hospital, pero que cualquier persona puede desarrollar.

Signos y síntomas

El delirium aparece de manera aguda y oscilante al cabo de pocas horas o días del ingreso. Mientras lo está sufriendo, el paciente:

- **está desorientado** y no sabe dónde está; puede estar nervioso o agitado, o bien lento y muy dormido;
- **no reconoce a los familiares/acompañantes** y tiene dificultades para concentrarse;
- **muestra cambios de carácter**, desconfianza e irritabilidad, agresividad verbal o física;
- **habla incoherentemente** o no se le entiende, repitiendo siempre lo mismo;
- **presenta déficits de memoria** y puede tener alucinaciones o delirios;
- **está más nervioso por la noche**, con insomnio o le cuesta estar despierto durante el día.

Causas

Los pacientes con más riesgo son los ancianos, sobre todo si tienen demencia o han sufrido un episodio de delirium previo.

Algunos desencadenantes: cambio de ambiente o de domicilio; mucho ruido por la noche; ausencia de acompañantes conocidos por el paciente, etc.

Otras posibles causas: descompensación de enfermedades crónicas o agudas; cambios en el tratamiento; dolor; deshidratación o anemia; cambios en los hábitos de micción (incontinencia o retención urinaria) o defecación.

¿Qué puedo hacer yo para prevenir el delirium?

- **Asegurar que el paciente esté acompañado** por familiares o sus cuidadores (también las primeras noches del ingreso).
- **Llevarle sus objetos habituales**, como por ejemplo gafas, audífonos, prótesis dental, reloj, etc.
- **Reorientarlo:** explicarle qué le ha pasado, dónde está, qué día y hora es, etc.
- Si no hay contraindicación médica, **estimularlo a salir de la cama**, a participar en las comidas, a mantener la higiene, etc.
- **Mantenerlo despierto** y activo durante el día (promover la conversación, la lectura, los juegos de mesa, etc.).
- **Favorecer el descanso durante la noche**, respetando las horas de sueño.
- **Informar al equipo asistencial si aparecen síntomas** como: nerviosismo, agresividad, cambio de carácter, desorientación, poca reactividad, somnolencia, insomnio, estreñimiento, tos o atragantamientos cuando bebe agua, mal control del dolor, aparición de heridas, etc.

¡Tenga esto en cuenta!

1. Es importante que usted, como cuidador o familiar del paciente, descanse, se alimente y se hidrate adecuadamente.
2. El paciente no es consciente de sus actos durante el delirium.
3. Delirium y demencia pueden coexistir, pero no son lo mismo. El delirium se instaura de manera brusca, pero es potencialmente reversible.

Recuerde, ¡el delirium se puede prevenir!