

Consejos para el manejo de delirio en adultos mayores

Delirio es un cambio de repente del estado mental de una persona causado por un número de factores. Delirio ocurre cuando adultos mayores están en el hospital o después de tener una cirugía. Muchos otros factores pueden contribuir al delirio, los cuales incluyen enfermedades agudas, cirugías, y medicamentos. Además, para algunas personas el cambio de su rutina regular puede contribuir a una confusión repentina o cambios repentinos en su conducta.

Cuando el delirio no es reconocido, este puede demorar la recuperación de la persona mayor. Un prolongado delirio puede tener un impacto en la salud y el bienestar de las personas.

Miembros de la familia y amigos pueden jugar un papel reconociendo y previniendo el delirio.

Que buscar: Signos de delirio

Delirio puede comenzar en apenas pocas horas. Este puede venir e irse, y los síntomas pueden cambiar de repente.

Como un amigo o miembro de la familia, usted conoce la persona mayor mejor que los miembros del hospital, así que usted frecuentemente puede ser la primera persona que ve los signos del delirio. Este seguro de reportarlo de inmediato.

Aquí están algunos de los signos más comunes:

- Confusión
- Cambios de ánimo frecuentes
- Pérdida de memoria incluyendo los eventos recientes, nombres de los miembros de la familia
- Cambios recientes en su conducta o personalidad
- Disminución de atención y la concentración
- Pérdidas de alerta que vienen y se van durante el día
- Alucinaciones (ver u oír cosas que no están allí)
- Dificultad para dormir y cambios en su manera de dormir
- Movimientos lentos o movimientos de inquietud
- Cambios en su modo de hablar, como diciendo cosas que no tienen sentido.

Que usted puede hacer: Consejos para el cuidado de adultos mayores con delirio

Observe por cambios en conducta.

Ya que usted conoce la persona mayor mejor, usted puede rápidamente reconocer cambios en su estado mental; dígame a los que lo cuidan inmediatamente si usted nota que no es normal.

Manténgase con la persona tanto como sea posible.

Familiares y amigos ofrecen comodidad. Muchos hospitales permiten a los miembros de la familia o amigos a quedarse por las noches en la habitación del hospital. Trate de darle calma y comodidad. Estar presente durante las horas de comer es también importante y hace que el paciente se sienta mejor y coma mejor.

Mantenga espejuelos, los aparatos para oír y los dientes artificiales todo el tiempo con ellos.

Estos usualmente no están a mano cuando la persona está en el hospital, y esto puede dejar a la persona desorientada y con menos función.

Ayude al paciente a recordar quien es y donde está.

Usted puede muy calmadamente explicarle porque está en la sala de emergencia, hospital, u otro lugar. Ofrezca explicaciones frecuentes y simples de donde está y explíquele lo que está pasando a su alrededor.

Haga que sienta en un ambiente familiar.

Traigan algunas fotos de la familia o una frazada o manta de la casa que le sea familiar.

Haga que tenga actividad física, juegos y conversación.

Pregúntale al personal del hospital si usted puede ayudar a la persona mayor a sentarse en una silla o si puede llevar la persona a caminar a pie o en silla de ruedas. Juegos simples, conversación calmada, u otros pasatiempos que le gusten a la persona también pueden ayudar con el delirio.

Traiga la lista completa de las medicinas que está tomando al hospital.

Es importante que todos los proveedores de la salud sepan todas las medicinas que está tomando la persona mayor, incluyendo las dosis. Incluya las medicinas que compra sin receta y los suplementos, como vitaminas o remedios caseros. Es mejor que la persona mayor tenga su lista de medicamentos con ellos todo el tiempo.

Traiga una lista de los problemas médicos de la persona mayor.

Tener esta información a mano es muy importante para la persona mayor, especialmente si tienen que llevar a la persona mayor a la sala de emergencia. Recuerde incluir cualquier alergias si tiene alguna. También incluya la información de contacto de todos los proveedores de la salud que tiene la persona.

Causas reversibles del delirio

En adición a los pasos anteriores, el delirio se puede revertir al tratar algunas de las causas más comunes. Usted puede discutir estas causas con los proveedores de la salud. Las causas más comunes incluyen:

- Comenzar nuevos medicamentos o cambiar las dosis de las que están tomando
- Parando de tomar las medicinas que han estado tomando por largo tiempo
- Parar el uso regular de alcohol o medicaciones para dormir
- Dolor que no ha sido tratado bien
- Constipación
- Problemas de la tiroides
- Infecciones del tracto urogenital
- Deshidratación por no tomar suficientes líquidos
- Accidente cerebro vascular
- Problemas del corazón incluyendo falla cardiaca y ritmo cardiaco irregular