

Estimado familiar y/o cuidador:

El delirium es una complicación frecuente en los adultos mayores hospitalizados. Se caracteriza por una alteración transitoria del estado de conciencia diferente a la habitual, que puede fluctuar a lo largo del día y la noche. El paciente puede "estar perdido", sin entender claramente donde se encuentra, o por qué está en la Clínica, y esto puede hacer que hable incoherencias. En ocasiones, pueden ver visiones; en otras, ponerse más agresivos intentando golpear o bajarse de la cama; o, por el contrario, pueden estar mucho más somnolientos y dormir gran parte del día.

En el manejo del delirium, la familia y los cuidadores juegan un rol fundamental, por lo que necesitamos su apoyo permanente en este proceso. Primero, deben mantener la calma, ya que el delirium es un episodio transitorio, pero que puede durar desde pocos días hasta varias semanas y podrá variar a lo largo de ese periodo.

A continuación, le entregaremos recomendaciones para ayudar a su familiar con delirium:

- Completar el registro de medicamentos que usa el paciente en su domicilio, incluyendo vitaminas y medicamentos para dormir (si es que no lo ha hecho).
- En la interacción con su familiar, es importante que lo oriente recordándole donde está y el motivo de la hospitalización, con una voz suave, frases cortas y un lenguaje simple.
- Restricción de las visitas, sólo a un máximo de 2 personas significativas para él, ojalá familiares.
- No exponerlo a personas o situaciones que lo puedan angustiar, como visitas de colegas de trabajo, personas ruidosas, o ambientes de estrés.
- Si su familiar está confuso y alterado, no lo contradiga y cálmelo. Evite discusiones, tranquilícelo con explicaciones cortas y simples, realizando un contacto visual y táctil.
- Traer un objeto significativo para él, por ejemplo: fotografías, un cojín o música.
- Favorecer el uso de audífonos, anteojos y prótesis dental (si es que los usaba previamente).
- Traer zapatos cerrados y cómodos, para facilitar la movilización.
- Estimule a su familiar, y ayúdelo a mantenerse activo y despierto en el día, respetando el sueño nocturno.
- Ofrézcale agua para mantener una hidratación adecuada, siempre y cuando no tenga problemas para tragar, con indicación médica de hacerlo. Participe en su alimentación, si es que requiere ayuda.
- Ayude a movilizarlo, si tiene indicación médica de hacerlo.

Con estas simples medidas, estará contribuyendo al tratamiento del delirium de su familiar.