

¿Qué es el delirium?

Es un cambio agudo y fluctuante de la función cerebral que implica DESORIENTACIÓN, INATENCIÓN y OTRAS ALTERACIONES COGNITIVAS (alucinaciones, pérdida de memoria, pensamiento desorganizado) que es muy frecuente en personas mayores durante la hospitalización.

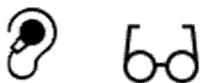
¿Qué puedo hacer para prevenirlo?

Estimulación cognitiva



- Orientar en tiempo, espacio y persona. Conversar con el/ella.
- Proporcionarle objetos personales (fotografías, reloj, calendario).
- Promover la autocura (comer solo, colaborar en la higiene, etc.).
- Realizar actividades que le gusten: leer, escuchar música/radio.
- Socializar con otras personas, en la medida que se pueda.

Audición y visión



- Si utiliza gafas, audífono y/o dentadura postiza, favorecer su uso para facilitar la relación con su entorno.
- Es importante que las habitaciones en las que se esté el paciente estén bien iluminadas, evitando ruidos y exceso de visitas.

Hidratación



- Evitar la deshidratación.
- Evitar bebidas carbonatadas, con cafeína y estimulantes.

Mobilización y ejercicio



- Favorecer la movilidad del paciente (salir de la habitación, pasear, sentarse en la silla,... en la medida que sea posible).

Descanso nocturno



- Siempre que sea posible, acompañar al pacient, incluso durante la noche.
- Evitar dormir en exceso durante el día para poder descansar bien durante la noche

Cura del cuidador



- Es importante que usted también descanse, se alimente e hidrate adecuadamente.
- Aunque la situación puede ser frustrante, evite enfadarse y/o chillarle, ya que el paciente no es consciente de la situación ni de sus acciones.
- Déjese cuidar también, y recuerde que un cuidador son dos vidas.

RECUERDE QUE EL DELÍRIUM ES PREVENIBLE!

Más información:

