

# Información sobre el Delirio

## Information about Delirium

Adaptado con el permiso de:

<https://americandeliriumsociety.org/family-guidance>



### ¿Qué es el Delirio?

El delirio es un estado de confusión que se presenta repentinamente y puede durar entre algunas horas y varios días. Si una persona presenta delirio, quiere decir que él o ella no puede pensar con claridad, no puede prestar atención y no está consciente de su entorno. Algunas veces, el delirio es conocido como “cambio en el estado mental”, “síndrome crepuscular” o “síndrome de la UCI”. Más de siete millones de estadounidenses hospitalizados padecen de delirio anualmente.

### ¿Qué causa el Delirio?

Existen varias causas para el delirio, incluyendo medicamentos, infecciones y falta de sueño. Muchas veces, la causa del delirio es una combinación de distintos factores. El delirio puede empeorar con el uso de restricciones físicas, falta de actividad física, catéteres de vejiga y ciertos medicamentos. El equipo médico debe buscar las causas del delirio y tratarlas, teniendo cuidado de no hacer que este empeore.

### Delirio vs. Demencia.

Una persona puede padecer tanto de delirio como de demencia a la vez, pero no son lo mismo. La demencia es una condición permanente, que aparece gradualmente. El delirio se presenta repentinamente y, si es tratado adecuadamente, normalmente desaparece en algunos días o semanas. Las personas con demencia tienen un riesgo más alto de presentar delirio.

### Informe al equipo de cuidados de la salud.

Dígale al equipo médico cómo piensa y cómo se comporta la persona normalmente. El equipo médico usualmente se refiere a esto como el “estándar” del paciente.

### Puede que la persona no lo/la reconozca.

Si la persona no lo/la reconoce, no lo tome personalmente. Esto es común en personas que padecen delirio. Al ver a la persona, recuérdale quién es usted. Por ejemplo, “¡Hola, mamá! Soy tu hija, Liz. Estoy aquí para ver cómo estás y para hacerte compañía un rato.” La persona puede decir y hacer cosas que están fuera de carácter. Esto se debe al delirio y cambiará una vez que mejore.

### Dé instrucciones simples.

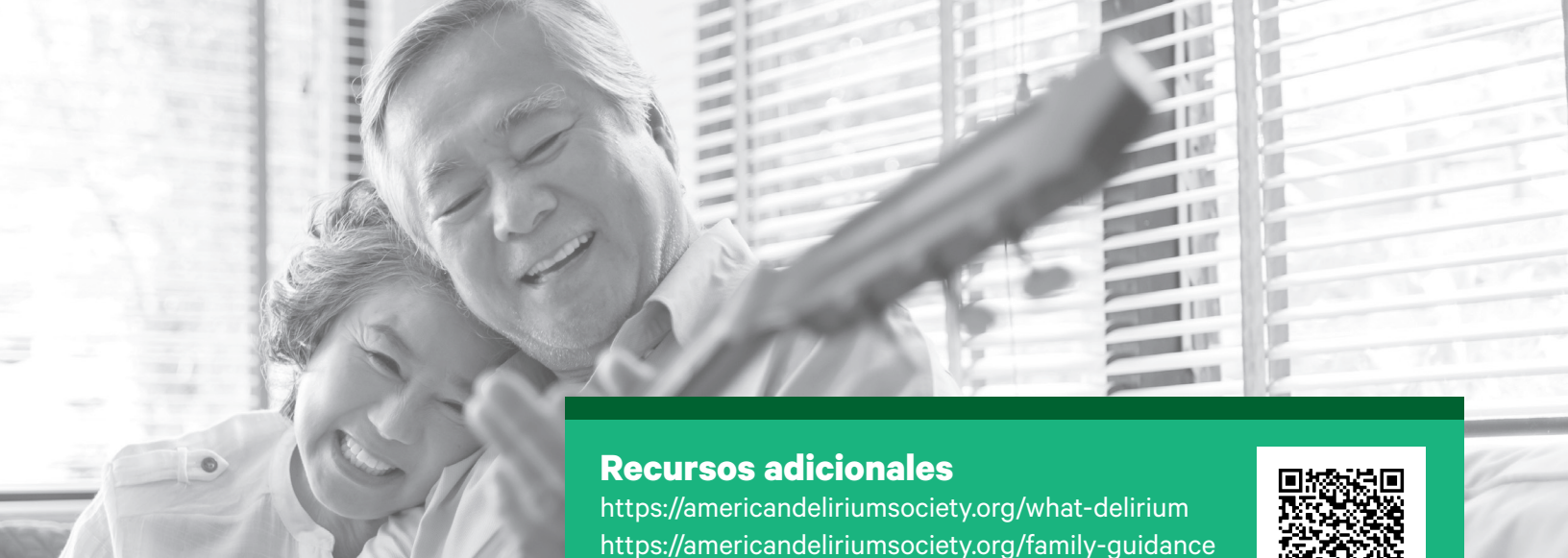
Al ayudar a la persona con sus necesidades básicas (llevarle al baño, comer, vestirse), dé instrucciones simples. Si la persona no puede hacer lo que debe, no discuta ni trate de razonar con él/ella. Simplemente inténtelo de nuevo más adelante.

### Traiga objetos importantes de casa.

Los anteojos, audífonos y dentaduras postizas pueden ayudar con la comunicación y la comodidad. Las fotos familiares, la música u otros objetos reconocibles también pueden ser de gran ayuda.

### Utilice la televisión o la radio para la relajación.

La televisión o la radio pueden ayudar a la persona a relajarse y mantenerse conectada con el mundo exterior. Aunque en algunos casos, la televisión y la radio contienen demasiada información que el cerebro debe procesar, y esto puede causar ansiedad y agitación en la persona.



## Recursos adicionales

<https://americandeliriumsociety.org/what-delirium>

<https://americandeliriumsociety.org/family-guidance>

Código QR para Módulos 4M



### **No dispute los delirios directamente.**

Las alucinaciones (ver u oír cosas que no están allí) y los delirios (creer en cosas que obviamente no son reales) son síntomas del delirio. No dispute directamente las alucinaciones o delirios expresados por la persona. En lugar de esto, asegúrele que está a salvo.

### **Cambie de tema o de ambiente.**

Si la persona se estanca en un tema o un asunto que le causa ansiedad o agitación, es útil cambiar de tema o de ambiente.

### **Eduque a sus amigos(as) y visitantes.**

Brinde información sobre el delirio a familiares y amigos(as) que pasen a visitar, para que sepan qué deben esperar. Recuérdeles que una de las cosas más importantes para una persona que padece de delirio es sentirse seguro(a) y a salvo. Aunque tener familiares y amigos(as) cerca puede ayudar con la agitación, un exceso de visitantes puede resultar abrumador.

### **Comuníquese clara y concisamente con la persona.**

Hable despacio y claro con la persona y evite tocar temas complicados. Puede que las personas que padecen delirio hablen menos de lo normal o digan cosas que no tienen sentido. Es de gran ayuda hablar con la persona, incluso si esta no puede responder, para que se sienta apoyada y orientada. Comuníquese siempre en un tono sereno, utilizando un lenguaje claro y respetuoso. En el costado izquierdo hay algunos temas de conversación que le pueden ser útiles.

**Música:** Pregúntele cuál es su música favorita y cuénteles sobre ella. Si es posible, escuchen música juntos(as).

**Clima:** ¿Cómo está el clima en este momento? Hable sobre lo que se puede ver por la ventana.

**Comida:** Pregúntele qué quisiera comer o sobre su comida favorita. Cuénteles sobre la suya o sobre lo que va a cenar.

**Hora, fecha y lugar:** Háblele sobre la fecha y la hora de hoy, y pregúntele si sabe en dónde se encuentra en este momento. Tranquilícelo(a) diciéndole que está en un lugar seguro y que van a cuidar de ella/él mientras se recupera.

**Cosas buenas que sucedieron hoy:** Pregúntele sobre algo bueno que haya sucedido hoy y cuénteles algo agradable que le haya sucedido a usted el día de hoy.

**Narre lo que hace:** Describa lo que está haciendo, aunque parezca obvio. Dígale a la persona con delirio que usted está leyendo un libro y que está usted sentado(a) en una silla junto a él/ella. Esto ayudará a tranquilizarlo(a) y orientarlo(a) sobre lo que sucede a su alrededor.