

No proporcionar medicamentos durante el horario de sueño (procurar darlos antes de dormir).

No tomar líquidos antes de dormir e ir al baño antes de acostarse.

Remembranza o revisión de la vida (mostrar fotografías para que identifique personas y/o lugares).

Técnica autobiográfica (hacer preguntas recordar acontecimientos importantes de las etapas de su vida, familia, trabajo).

Musicoterapia.

Procurar una adecuada nutrición e hidratación.



**INSTITUTO MEXICANO
DEL SEGURO SOCIAL**

**HOSPITAL GENERAL DE ZONA 83
GERIATRIA**



DELIRIUM

¿Qué es el delirium?

Es una alteración transitoria que presenta rápidos cambios en el estado mental. Esto causa confusión y cambios en el comportamiento. Los síntomas pueden durar horas o semanas.

¿Cuáles son las causas?

Las causas del delirium incluyen medicamentos, intoxicaciones, enfermedades o infecciones graves (por ejemplo, infección de vías urinarias o neumonía), dolor intenso, desequilibrio de electrolitos, anemia, falta o alteraciones del sueño, abstinencia o sobredosis de alcohol, entre otras. También pueden ser parte de algunas enfermedades mentales o demencia.

El delirium es causado con mayor frecuencia por enfermedad física o mental y, por lo general, es temporal y reversible.

¿Por qué es importante detectarlo?

Cuando el delirium no es reconocido, este puede demorar la recuperación

de la persona. Un prolongado delirium puede tener un impacto en la salud y en el bienestar de las personas.

Como un amigo o miembro de la familia, usted conoce a la persona mayor mejor que los miembros del hospital, así que frecuentemente puede ser la primera persona que ve los signos del delirium, si es así, repórtelo inmediatamente al personal de salud.

Estos son algunos de los signos más comunes:

- Confusión.
- Cambios de ánimo frecuente.
- Pérdida de memoria incluyendo los eventos recientes y nombres de los miembros de la familia.
- Cambios recientes en la conducta y/o personalidad.
- Disminución de atención y 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.

¿Cuáles son las medidas antidelirium?

Las siguientes intervenciones no farmacológicas, son de gran importancia y ayuda para prevenir delirium y también para reducir su severidad y duración.

Si el paciente utiliza auxiliares auditivos y/o anteojos, proporcionárselos.

Orientación a la realidad (decirle donde se encuentra y si es posible traerle un calendario y un reloj para ubicarlo en tiempo).

Higiene del sueño. mantener las luces encendidas de 8:00 am a 8:00 pm, disminuyendo el ruido y la iluminación durante la noche (tener una luz tenue encendida).

Movilizar cada dos horas durante el día y cada 4 horas durante la noche.