

Entender o delírio na pessoa idosa



O que é o delírio?

- O delírio é um declínio acentuado e súbito da mente.¹
- Pode comparar-se à insuficiência cardíaca súbita, mas referente ao cérebro.¹
- O delírio não é propriamente uma doença, mas uma complicaçāo derivada de outros problemas de saúde, designadamente infeção, desidratação ou dores.^{1,2}
- O delírio é uma emergência médica que requer tratamento.³

Como se define o delírio?^{1,3}

O delírio é uma alteração súbita nos seguintes aspetos:

Consciência: desconhecer qual o dia da semana ou dificuldade de concentração

Movimento: mais lento, inativo ou mais ativo do que é habitual

Sono: sonolência, período do dia ou pesadelos
Emoções: agitação, ansiedade, hostilidade, felicidade exagerada ou afastamento dos outros

Pensamento: ouvir/ver coisas ou fazer afirmações sem sentido

Como posso manter-me saudável?^{3,4}

- Estar hidratado/a
- Manter-se ativo/a
- Fazer uma alimentação equilibrada
- Criar uma rotina de sono
- Passar tempo com os seus entes queridos
- Manter por perto um relógio ou calendário

Onde posso obter ajuda?



Na comunidade, existem recursos e apoio à depressão e a outros problemas de doença mental. Para mais informação, comunique com qualquer uma das seguintes entidades:

ConnexOntario

Contacto confidencial 24 horas por dia, 7 dias por semana, e informação grátis sobre serviços de saúde mental, dependência de substâncias e dependência do jogo, em toda a província do Ontário.

www.connexontario.ca 1-866-531-2600

Coligação Canadiana para a Saúde Mental Séniior (Canadian Coalition for Seniors' Mental Health)

www.ccsmh.ca 289-846-5383

Associação Canadiana de Saúde Mental (Canadian Mental Health Association)

<https://ontario.cmha.ca/> 1-800-875-6213

Centro para Dependências e Saúde Mental (Centre for Addiction and Mental Health)

www.camh.ca 1-800-463-2338

Centros de informação comunitária

www.211Ontario.ca, ligar 211

Recursos

Folheto sobre o delírio, para pacientes, familiares e pessoas amigas / [Delirium booklet for patients, families, and friends], Rede Universitária de Saúde (University Health Network)

www.uhn.ca/PatientsFamilies/Health_Information/Health_Topics/Documents/Delirium.pdf

Referências bibliográficas

1. Inouye, S.K., Westendorp, R.G. e Saczynski, J.S. (2014). O delírio na pessoa idosa. / [Delirium in elderly people] The Lancet, 383 (9920), 911-922.
2. Burns, A., Gallagley, A. e Byrne, J. (2004). O delírio. / [Delirium] Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry, 75 (3), 362-367.
3. Coligação Canadiana para a Saúde Mental Séniior (Canadian Coalition for Seniors' Mental Health) (2009). O delírio na pessoa idosa: Guia para pessoas idosas e seus familiares. / [Delirium in older adults: A guide for seniors and their families.] Toronto, Ontário.
4. Oh, E.S., Fong, T.G., Hsieh, T.T. e Inouye, S.K. (2017). O delírio na pessoa idosa: progressos no diagnóstico e tratamento. / [Delirium in older persons: advances in diagnosis and treatment.]Jama, 318 (12), 1161-1174.