

# Entender o delírio na pessoa idosa



### O que é o delírio?

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

### Como se define o delírio?<sup>1,3</sup>

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?<sup>3,4</sup>

- 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](http://www.connexontario.ca) 1-866-531-2600

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

[www.ccsmh.ca](http://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](http://www.camh.ca) 1-800-463-2338

Centros de informação comunitária

[www.211Ontario.ca](http://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](http://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 Sênior (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., Hshieh, 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.