

DELIRIUM

¿QUÉ ES EL DELIRIUM?

El delirium es un estado de confusión mental que se inicia repentinamente y que está causado por una condición física de algún tipo. No sabes dónde estás, qué hora es o qué te está pasando. También se denomina "estado confusional agudo".

Juan, un profesor jubilado, fue ingresado en el hospital tras romperse una pierna. Unos días después de la operación, su fisioterapeuta se dio cuenta de que parecía reacio a trabajar con dicha pierna. Las enfermeras de la sala observaron que tenía poco apetito y que no bebía lo suficiente, y se preguntaron si se había deprimido. Un análisis de sangre mostró que sus riñones no funcionaban tan bien como deberían. Una enfermera especializada observó que no sabía dónde estaba ni por qué estaba allí, además de no poder prestar atención a su conversación.

Problemas médicos, algunos postoperatorios y ciertos medicamentos pueden provocar delirium. Suele iniciarse de forma abrupta y suele desaparecer cuando mejora la causa o enfermedad que lo provoca. Puede ser aterrador, no sólo para la persona enferma, sino también para quienes le rodean. Suele empeorar por la noche.

¿EN QUÉ CONSISTE EL DELIRIUM?

- No darse cuenta de lo que ocurre a su alrededor.
- No estar seguro de dónde está o de lo que está haciendo allí.
- Ser incapaz de seguir una conversación o de hablar con claridad.
- Estar muy agitado o inquieto, incapaz de quedarse quieto y deambular.
- Ser muy lento o tener sueño.
- Dormir durante el día, pero despertarse por la noche.
- Tener estados de ánimo que cambian rápidamente (asustado, ansioso, deprimido o irritable).
- Tener sueños vívidos, que pueden ser aterradores y continuar cuando se despierta.
- Teme que otras personas intenten hacerle daño.
- Oír ruidos o voces cuando no hay nada ni nadie que los provoque.
- Ver personas o cosas que no existen.

¿QUÉ CAUSA EL DELIRIUM?

A menudo hay más de una causa, pero a veces no se encuentra el detonante. Es más probable que tenga un episodio de delirium si es mayor o tiene problemas de vista o de oído.

Suele estar causado por:

- Una infección de orina o de pecho.
- Tener una temperatura corporal elevada.
- Efectos secundarios de algunos medicamentos como analgésicos y esteroides.
- Deshidratación, niveles bajos de sodio o calcio, hemoglobina baja (anemia).
- Enfermedades o alteraciones hepáticas o renales.
- Dejar de tomar drogas o alcohol repentinamente.
- Una cirugía mayor.
- Tener epilepsia.
- Lesión o infección cerebral.
- Enfermedad terminal.
- Estreñimiento.
- Estar en un lugar desconocido.

¿QUÉ FRECUENCIA TIENE EL DELIRIUM?

Aproximadamente 2 de cada 10 pacientes hospitalizados tienen un periodo de delirium. Es aún más probable si alguien tiene que ser atendido en una Unidad de Cuidados Intensivos. El delirium es más frecuente si:

- Es mayor.
- Tiene problemas de memoria.
- Tiene mala audición o vista.
- Ha sido operado recientemente.
- Tiene una enfermedad terminal o enfermedad cerebral como una infección, un derrame cerebral o un traumatismo craneal.
- Haber tenido anteriormente un delirium.

¿CÓMO SE TRATA EL DELIRIUM Y CÓMO SE PUEDE AYUDAR?

Si una persona se siente confusa, necesita ver a un médico urgentemente. A menudo estará demasiado confuso para describir lo que le ha sucedido, por lo que es importante que el médico pueda hablar con alguien que conozca bien a la persona y, con suerte, sepa lo que ha sucedido recientemente.

Una vez identificada la causa física, hay que tratarla. Por ejemplo, una infección de pecho se tratará con antibióticos. Una vez retirado el factor causal o introducido el tratamiento farmacológico si es necesario, hay medidas sencillas que son de gran ayuda y van a permitirle al paciente sentirse más seguro y menos agitado. Entre ellas están:

- Explicar a la persona lo que ha sucedido y por qué se siente confusa, manteniendo la calma.
- Asegurarle que se encuentra a salvo.
- Hablarle con frases cortas y sencillas, comprobando que te ha entendido y repitiendo en caso de ser necesario.
- Ayudarle a saber qué hora es y dónde está (un reloj grande y un mensaje escrito sobre dónde está pueden ser útiles).
- Mantener encendida una pequeña luz por las noches para que sepa dónde está si se despierta.
- Tener objetos familiares en el cabecero de la cama, recibir la visita de amigos y familiares, sobre todo manteniendo a un ser cercano por las noches, cuando el estado confusional suele empeorar.
- Asegurarse de que alguien tiene sus gafas y audífonos, ¡y de que funcionan!

¿PUEDEN AYUDAR LOS MEDICAMENTOS CON EFECTO SEDANTE (TRANQUILIZANTES)?

Algunas personas se angustian tanto que pueden necesitar medicación para calmarse. Desgraciadamente, los medicamentos con efecto sedante pueden hacer esto, pero también pueden empeorar el delirium. Por tanto, los sedantes sólo deben recetarse, y a una dosis lo más baja posible y durante el menor tiempo posible, si una persona confusa:

- Se convierte en un peligro para sí misma o para otras personas,
- está muy agitada o ansiosa, cree que otros intentan hacerle daño,
- ve o escucha cosas que no realmente existen (las dosis bajas de medicamentos antipsicóticos pueden ayudar),
- necesita calmarse para poder someterse a investigaciones o tratamientos importantes,
- es una persona que suele beber mucho alcohol y ha dejado de hacerlo repentinamente. En estos casos para evitar que tenga estas crisis, necesitará una dosis regular de tratamiento de perfil sedativo (una benzodiazepina), que se reducirá a lo largo de varios días bajo estrecha supervisión médica y de enfermería.

¿CUÁNTO TIEMPO TARDA EN MEJORAR?

El delirium suele mejorar cuando se trata la causa. Puede mejorar rápidamente, pero a veces puede tardar varios días, o semanas, y dejar recuerdos vívidos.

Un hombre que sufrió un delirium en el mar fue rescatado y su hipotermia fue tratada con éxito. Pero, mientras estaba hipotérmico, había sufrido un estado confusional agudo, es decir, un delirium. Habló de haber navegado con su barco por las calles de una ciudad, situada en el mar, con muchas tiendas y luces brillantes. Este falso recuerdo de una ciudad en el mar se fue desvaneciendo poco a poco, aunque habló de ello muchas semanas después.

¿CÓMO SE SIENTE DESPUÉS?

El delirium puede ser angustioso, pero también puede serlo para los que le rodean, sobre todo si no entienden lo que está pasando.

Puede recordarlo casi como si fuera un sueño o recordar las emociones que sintió en ese momento, y esto puede ser desagradable y aterrador.

Otras personas pueden recordar muy poco del tiempo que estuvieron mal, especialmente si ya tienen un problema de memoria.

Puede ser útil sentarse con alguien que pueda explicarle lo que sucedió, bien un familiar, un cuidador o su médico. Pueden repasar un diario de lo sucedido cada día. La mayoría de las personas se sienten aliviadas cuando entienden qué ha pasado y por qué.

¿SE REPETIRÁ?, ¿PUEDE PREVENIRSE EL DELIRIUM?

Si ha tenido un episodio de delirium, es más probable pueda volver a tener otro, por lo que es importante informar de ello. También es útil que sus allegados conozcan los signos y síntomas para que puedan ponerse en contacto urgentemente con su médico si creen que vuelve a estar confuso. Una persona con delirium puede estar demasiado confusa para describir lo que le ocurre, por lo que es importante que el médico pueda hablar con otra persona que conozca bien al paciente.

Aproximadamente 1 de cada 3 casos de delirium puede prevenirse. Cuanto antes se detecte, mejor será el resultado. Las campañas en los hospitales han aumentado la concienciación sobre el delirium para asegurarse de que se detecta lo antes posible.

Referencias

1. Mattison MLP. Delirium. Ann Intern Med. 2020 Oct 6;173(7)
2. Young J, Murthy L, Westby M, Akunne A, O'Mahony R; Guideline Development Group. Diagnosis, prevention, and management of delirium: summary of NICE guidance. BMJ. 2010 Jul 28;341.
3. Ouldred E, Bryant C. Delirium: prevention, clinical features and management. Nurs Stand. 2011 Mar 16-22;25(28):47-56
4. Lauretani F, Bellelli G, Pelà G, Morganti S, Tagliaferri S, Maggio M. Treatment of Delirium in Older Persons: What We Should Not Do! Int J Mol Sci. 2020 Mar 31;21(7):2397.