

Quando a confusão começa de repente

Para pregar na geladeira ou guardar no celular. Mudança súbita de atenção não é "a idade": é delirium, e quase sempre tem causa tratável.

1º. Mudou de repente? Em horas ou poucos dias, mais sonolento, confuso ou agitado que o normal? Pode ser **delirium**. Procure atendimento **no mesmo dia**. Se estiver internado, avise a equipe e diga a palavra "delirium".

2. Forma agitada

- Levanta, tenta sair, arranca soro.
- Vê ou ouve o que não existe.
- Grita, desconfia de todos.

2. Forma quieta (a que passa despercebida)

- Sonolento, lento, apático.
- Fala e come pouco.
- Parece "calmo" ou "deprimido".

3. Pergunte-se

- **Menos atento** que de costume?
- **Dia e noite trocados?**
- **Mudou** desde ontem ou desde a internação?
- **Melhora e piora** no mesmo dia?
- Se "sim" a qualquer uma, diga: **"Ele não está como é de costume."**

4. Causas tratáveis

- **Infecção:** urina, pulmão, pele.
- **Falta de líquido.**
- **Remédio** novo, trocado ou suspenso de repente.
- **Intestino preso**, bexiga cheia, dor.
- Cirurgia; sono ruim; **sem óculos ou aparelho auditivo.**

5. O que a família pode fazer

- **Óculos e aparelho auditivo** no lugar.
- **Reoriente com calma:** onde está, que dia é, quem você é.
- **Relógio e calendário** à vista.
- **Luz de dia;** penumbra e silêncio à noite.
- **Fique junto** ou combine revezamento.
- **Água à mão;** ajude a comer, sem forçar.
- **Sentar e andar,** com ajuda e com a autorização da equipe.
- **Pergunte** se sonda e cateter ainda são necessários.

6. Em vez de... experimente

Em vez de

"Você não lembra? Eu acabei de falar!"

"Isso não existe, não tem ninguém aí!"

"É a idade, é assim mesmo."

Experimente

"Você está no hospital. Eu sou a Marta, sua filha. Está tudo bem."

"Vi que isso assustou você. Eu estou aqui."

"Ele não está como é de costume. Quero que avaliem hoje."

7. Atenção

- **Não dê calmante** por conta própria.
- **Não suspenda remédio** de uma vez sem falar com o médico.
- Depois de passar, a atenção pode levar **semanas** para se firmar. Peça avaliação da memória ao médico.

8. Leve à consulta

- Quando começou e se foi de repente.
- Como era antes.
- Piora ao longo do dia? Como está o sono?
- Remédios novos ou trocados, com datas.
- Febre, tosse, urina diferente, dor, intestino preso, queda.
- Se usa óculos e aparelho auditivo.

Ligue já: se a pessoa não acorda direito, tem falta de ar, febre alta com prostração, ou caiu e bateu a cabeça.

SAMU 192 · Ambulância particular: _____

Meu médico: _____ Telefone: _____