

Anexo 7. Material complementario al capítulo de manejo clínico de síntomas: ansiedad y delirium

Tabla 12. Cuidados y medidas no farmacológicas en relación con la ansiedad

- Observar signos verbales y no verbales de ansiedad.
- Procurar un ambiente tranquilo y confortable (temperatura de la habitación, iluminación, ruidos, visitas).
- Permanecer con la persona para dar seguridad y reducir el miedo. Animar a la familia a permanecer con su ser querido transmitiendo calma y tranquilidad (coger de la mano, hablar con suavidad, etc.).
- Utilizar actitudes y herramientas de acompañamiento y apoyo emocional (empatía compasiva, escucha activa, presencia, acogimiento, etc.). Animar a la expresión de sentimientos y emociones.
- Explicar los procedimientos que se van a realizar, incluidas las posibles sensaciones que se han de experimentar durante el procedimiento.
- Resolver las dudas de la persona enferma en cada caso.
- Valorar el uso de masajes relajantes, técnicas de relajación.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 13. Cuidados y medidas no farmacológicas en relación con el delirium

- Observar la aparición de signos que puedan indicar delirium hipoactivo o con agitación. Descartar causas desencadenantes y reversibles (retención urinaria, fecalomas, dolor mal controlado, etc.).
- Procurar un ambiente tranquilo y confortable (temperatura de la habitación, iluminación, ruidos, visitas).
- Hablar a la persona con delirium con suavidad, explicando lo que se va a hacer.
- Evitar confrontación.
- Evitar medidas de restricción física.
- Animar a la familia a permanecer con su ser querido transmitiendo calma y tranquilidad (coger de la mano, hablar con suavidad, etc.).
- Atender a la familia utilizando actitudes y herramientas de acompañamiento y apoyo emocional (empatía compasiva, escucha activa, presencia, acogimiento, etc.). Animar a la expresión de sentimientos y emociones.

Fuente: elaboración propia a partir de varias fuentes (20, 235).