

# Esquizofrenia:

## Lo que usted necesita saber

Alguien con esquizofrenia puede tener dificultad para distinguir entre lo que es real y lo que es imaginario; puede no responder o retraerse; y puede tener dificultad para expresar emociones normales en situaciones sociales.

La esquizofrenia es un trastorno cerebral crónico, grave e incapacitante que afecta aproximadamente al uno por ciento de los estadounidenses y afecta la forma de pensar, sentir y actuar de una persona.

Contrariamente a la percepción pública, la esquizofrenia no es personalidad dividida o personalidad múltiple. La gran mayoría de las personas con esquizofrenia no son violentas y no representan un peligro para los demás. La esquizofrenia no es causada por experiencias de la infancia, la crianza deficiente o la falta de fuerza de voluntad, ni los síntomas son idénticos para cada persona.

### Causas de la esquizofrenia

La causa de la esquizofrenia aún no está clara. Algunas teorías sobre la causa de esta enfermedad incluyen: genética (herencia), biología (el desequilibrio en la química del cerebro); y/o posibles infecciones virales y trastornos inmunes.

- **Genética (herencia).** Los científicos reconocen que el trastorno tiende a darse en familias y que una persona hereda una tendencia a desarrollar la enfermedad.

La esquizofrenia también puede ser desencadenada por eventos ambientales, como infecciones virales o situaciones altamente estresantes, o una combinación de ambos. De manera similar a otras enfermedades genéticamente relacionadas, la esquizofrenia aparece cuando el cuerpo sufre cambios hormonales y físicos, como los que ocurren durante la pubertad en los años de la adolescencia y la adultez joven.

- **Química.** La genética ayuda a determinar cómo el cerebro usa ciertos químicos. Las personas con esquizofrenia tienen un desequilibrio químico de sustancias químicas cerebrales (serotonina y dopamina) que son neurotransmisores. Estos neurotransmisores permiten que las células nerviosas del cerebro se envíen mensajes entre sí. El desequilibrio de estas sustancias químicas afecta la forma en que el cerebro de una persona reacciona ante los estímulos, lo que explica por qué una persona con esquizofrenia puede verse abrumada por información sensorial (música alta o luces brillantes) que otras personas pueden manejar fácilmente. Este problema al procesar diferentes sonidos, visuales, olores y sabores también puede conducir a



alucinaciones o delirios.

## Señales de advertencia temprana de la esquizofrenia

Las señales de la esquizofrenia son diferentes para todos. Los síntomas pueden desarrollarse lentamente durante meses o años, o pueden aparecer muy abruptamente. La enfermedad puede aparecer y desaparecer en ciclos de recaída y remisión. Los comportamientos que son señales tempranas de la esquizofrenia incluyen:

- Oír o ver algo que no está allí
- Una sensación constante de ser observado
- Forma peculiar o sin sentido de hablar o escribir
- Posturas extrañas del cuerpo
- Sentirse indiferente ante situaciones muy importantes
- Deterioro del rendimiento académico o laboral
- Un cambio en la higiene personal y apariencia
- Un cambio en la personalidad
- Aumento del retraimiento de las situaciones sociales
- Respuesta irracional, enojada o temerosa a sus seres queridos
- Incapacidad para dormir o concentrarse
- Comportamiento inapropiado o extraño
- Preocupación extrema con la religión o el ocultismo

## Síntomas de la esquizofrenia

Un profesional de la salud médica o mental puede usar los siguientes términos cuando analice los síntomas de la esquizofrenia.

Los síntomas positivos son perturbaciones que se “agregan” a la personalidad de la persona.

- **Delirios, ideas falsas:** las personas pueden creer que alguien lo está espiando o que son famosos.
- **Alucinaciones:** ver, sentir, saborear, oír u oler algo que realmente no existe. La experiencia más común es escuchar voces imaginarias que dan órdenes o comentarios a la persona.
- **Pensamiento y habla desordenados:** pasar de un tema a otro, sin sentido. Las personas pueden inventar sus propias palabras o sonidos.

Los síntomas negativos son capacidades que se “pierden” de la personalidad de la persona.

- Aislamiento social
- Apatía extrema
- Falta de estímulo o iniciativa
- Falta de respuesta emocional.

Los síntomas cognitivos (o déficits cognitivos) son problemas de atención, ciertos tipos de función de la memoria y ejecutivas que le permiten a una persona planificar y organizar. Los déficits cognitivos también pueden ser difíciles de reconocer como parte del trastorno, pero son los más incapacitantes en términos de llevar una vida normal.

## ¿Cuáles son los diferentes tipos de esquizofrenia?

- **Esquizofrenia paranoide:** una persona se siente extremadamente suspicaz, perseguida o grandiosa, o experimenta una combinación de estas emociones.
- **Esquizofrenia desorganizada:** una persona



a menudo es incoherente en el habla y el pensamiento, pero puede no tener delirios.

- **Esquizofrenia catatónica:** una persona es retraída, muda, negativa y con frecuencia adopta posturas corporales muy inusuales.
- **Esquizofrenia residual:** una persona ya no experimenta delirios o alucinaciones, pero no tiene motivación o interés en la vida.
- **Trastorno esquizoafectivo:** una persona tiene síntomas de esquizofrenia y un trastorno importante del estado de ánimo, como la depresión.

## Tratamiento

No se ha descubierto una cura para la esquizofrenia, pero con el tratamiento adecuado muchas personas con esta enfermedad pueden llevar vidas productivas y satisfactorias. El tratamiento temprano, incluso tan temprano como el primer episodio, puede significar un mejor resultado a largo plazo.

## Recuperación y rehabilitación

La recuperación es posible a través de una variedad de servicios, que incluyen medicamentos y programas de rehabilitación. La rehabilitación puede ayudar a una persona a recuperar la confianza y las habilidades necesarias para llevar una vida productiva e independiente en la comunidad. Los tipos de servicios que ayudan a una persona con esquizofrenia incluyen los siguientes.

- La administración de casos ayuda a las personas a acceder a servicios, asistencia financiera, tratamiento y otros recursos.
- Los programas de rehabilitación psicosocial son programas que ayudan a las personas a


recuperar habilidades tales como empleo, cocina, limpieza, presupuesto, compras, socialización, resolución de problemas y manejo del estrés.

- Los grupos de autoayuda brindan apoyo continuo e información a las personas con enfermedades mentales graves por parte de personas que experimentan enfermedades mentales.
- Los centros de acogida son lugares donde las personas con enfermedades mentales pueden socializar y/o recibir apoyo y servicios informales según sea necesario.
- Los programas de vivienda ofrecen una variedad de apoyo y supervisión desde supervisión de vida durante las 24 horas del día o apoyo inmediato, según corresponda.
- Los programas de empleo ayudan a las personas a encontrar empleo y/o adquirir las habilidades necesarias para reincorporarse al mercado laboral.
- La terapia/asesoramiento incluye diferentes formas de terapia de “conversación”, tanto individuales como grupales, que pueden ayudar tanto al paciente como a los miembros de la familia a comprender mejor la enfermedad y compartir sus inquietudes.
- Los servicios de crisis incluyen líneas directas de atención durante las 24 horas, orientación fuera del horario de atención, ubicación residencial y hospitalización.

## Medicamentos antipsicóticos

La nueva generación de medicamentos antipsicóticos ayuda a las personas con esquizofrenia a vivir una vida plena.

Estos medicamentos ayudan a reducir los



desequilibrios bioquímicos que causan la esquizofrenia y disminuyen la probabilidad de recaída. Sin embargo, al igual que todos los medicamentos, los antipsicóticos solo deben tomarse bajo la supervisión de un profesional de la salud mental.

Hay dos tipos principales de medicamentos antipsicóticos:

- Los antipsicóticos convencionales controlan eficazmente los síntomas “positivos” como las alucinaciones, los delirios y la confusión de la esquizofrenia.
- Los antipsicóticos de nueva generación (también llamados atípicos) tratan los síntomas positivos y negativos de la esquizofrenia, a menudo con menos efectos secundarios.

Es común tener efectos secundarios con los medicamentos antipsicóticos. Van desde efectos secundarios leves como sequedad de boca, visión borrosa, estreñimiento, somnolencia y mareos que generalmente desaparecen después de algunas semanas, hasta efectos secundarios más serios, como problemas de control muscular, estimulación cardíaca, temblores y tics faciales. La nueva generación de medicamentos tiene menos efectos secundarios. Sin embargo, es importante que hable con su profesional de salud mental antes de realizar cualquier cambio en el medicamento, ya que se pueden controlar muchos efectos secundarios.

## La familia y los amigos pueden ayudar

Los familiares y amigos juegan un papel

*Este documento es solo para información. No pretende dar asesoramiento médico. No se debe utilizar para sustituir una visita a un proveedor de salud. Magellan no avala otros recursos que se puedan mencionar aquí.*

importante en ayudar a las personas que sufren de esquizofrenia. Si está cerca de una persona con este trastorno, puede ser el único que vea que muestra un comportamiento inusual. Depende de usted ayudar a que esta persona reciba atención. Puede ayudar de las siguientes maneras.

- Conozca datos sobre el trastorno.
- Comprenda las inquietudes de la persona.
- Lleve un registro del comportamiento de la persona. Anote los síntomas y medicamentos de la persona, así como las reacciones a ellos. También tenga en cuenta los cambios en los patrones de sueño de la persona. Puede indicar que una recaída está a punto de suceder.
- Obtenga apoyo para usted también, si siente que lo necesita. Hable con su médico, familiares, amigos u organizaciones locales de apoyo.
- Intente ayudar a la persona a mantener sus citas y siga las recomendaciones de tratamiento.

## Conozca más sobre la esquizofrenia

- **National Alliance for the Mentally Ill (NAMI)** [www.nami.org](http://www.nami.org)
- **Brain & Behavior Research Foundation** <https://bbrfoundation.org>
- **National Institute of Mental Health** [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov)