



# Esquizofrenia

## Lo Que Usted Necesita Saber

# Esquizofrenia

La esquizofrenia es un trastorno serio que afecta como la persona piensa, siente y actúa. Alguien que tenga esquizofrenia puede que tenga dificultad distinguiendo entre lo que es real y lo que es imaginario; puede que se sienta cohibido o se sienta alienado; y puede que tenga dificultades expresando emociones normales en situaciones sociales.

Contrario a lo que el público cree, la esquizofrenia no es un desdoblamiento de la personalidad o múltiples personalidades. La mayoría de las personas con la esquizofrenia no son violentos y no son causa de peligro para otros. La esquizofrenia no es causada por las experiencias de la niñez, falta de crianza adecuada o falta de fuerza de voluntad, ni tampoco son los síntomas iguales para cada persona.

### ¿Qué causa la esquizofrenia?

La causa de la esquizofrenia no es aún clara. Algunas teorías sobre la causa de esta enfermedad incluyen: Genética (herencia), biológica (desequilibrio en las químicas del cerebro); y/o posible infecciones virales y trastornos del sistema inmune.

**Genética (Herencia).** Los científicos reconocen que el trastorno tiende a presentarse en familias y que la persona hereda la tendencia a desarrollar la enfermedad. La esquizofrenia puede ser también causada por eventos ambientales, como las infecciones virales o situaciones de altas tensiones, o una combinación de ambas cosas. Igual a otras enfermedades que están relacionadas a la genética, la esquizofrenia aparece cuando el cuerpo experimenta cambios hormonales y físicos, como los que ocurren durante la pubertad en los adolescentes y los jóvenes adultos.

**Química.** La genética ayuda a determinar como el cerebro usa ciertas químicas. Las personas con esquizofrenia tienen un desequilibrio de las químicas del cerebro (el serotonín y la dopamina) los cuales son neurotransmisores. Estos neurotransmisores permiten a las células de los

*La esquizofrenia afecta casi 1% de la población mundial. En los Estados Unidos una persona de cada cien, como 2.5 millones, tiene esta enfermedad. No respeta raza, cultura o fronteras económicas. Los síntomas usualmente aparecen entre las edades de 13 a 25 años, pero frecuentemente aparecen más temprano, más en los hombres que en las mujeres.*

nervios en el cerebro que se envíen mensajes unos a otros. El desequilibrio de estas químicas afectan la forma en que el cerebro de la persona reaccione a los estímulos - lo cual explica porque la persona con esquizofrenia puede sentirse abrumada por la información que recibe por los sentidos (música ruidosa o luces brillantes) que otras personas pueden fácilmente controlar. Este problema de procesar diferentes sonidos, visiones, olores y sabores también pueden causar alucinaciones y ilusiones.

### ¿Cuáles son las señales tempranas de la esquizofrenia?

Las señales de la esquizofrenia son diferentes para cada persona. Los síntomas pueden desarrollarse lentamente durante meses o años, o pueden aparecer repentinamente. La enfermedad puede aparecerse y desaparecerse en ciclos de recaída y remisión.

Comportamientos que pueden ser señales tempranas de la esquizofrenia incluyen:

- Oyendo o viendo cosas que no están allí
- Un sentimiento constante de que lo están viendo
- Manera de hablar o de escribir que es peculiar o que no tiene sentido
- Posiciones del cuerpo que son raras
- Sintiendo indiferente en situaciones bien importantes
- Deterioro del estudio o del trabajo
- Cambios en la higiene o de apariencias
- Un cambio de personalidad
- Aumento en el aislamiento de situaciones sociales
- Respuestas irracionales, amargas o temerosas hacia seres queridos
- Incapacidad de dormir o de concentrarse
- Comportamiento inapropiado o raro
- Preocupación extrema sobre la religión y lo oculto.

Si usted o su ser querido experimenta varios de estos síntomas por mas de dos semanas, busque ayuda inmediatamente.

### ¿Cuáles son los síntomas de la esquizofrenia?

Un profesional de la salud médica o mental puede que use los siguientes términos cuando discuta los síntomas de la esquizofrenia.

**Síntomas positivos** son disturbios que son "añadidos" a la personalidad de la persona.

- **Ilusiones**—ideas falsas—los individuos pueden creer que alguien los está espiando, o que ellos son alguien famoso.
- **Alucinaciones**—viendo, sintiendo, saboreando, escuchando o oliendo algo que verdaderamente no existe. La experiencia más común es la de escuchar voces imaginarias que dan mandatos o hacen comentarios al individuo.
- **El habla y el pensamiento trastornado**—cambiando de un tema a otro, de una manera sin sentido. Los individuos pueden crear sus propias palabras y sonidos.

**Síntomas negativos** son capacidades que son "perdidas" de la personalidad de la persona.

- Alienación social
- Apatía extrema
- Falta de motivación o iniciativa
- Falta de respuesta emocional

### ¿Cuáles son las diferentes clases de esquizofrenia?

- **Esquizofrenia paranoica**—la persona se siente extremadamente sospechosa, perseguida, o con sentimientos de grandiosidad, o siente una combinación de estas emociones.
- **Esquizofrenia desorganizada**—la persona es frecuentemente incoherente en el hablar y en el pensar, pero puede que no tenga ilusiones.
- **Esquizofrenia catatónica**—la persona está alienada, silenciosa, negativa y frecuentemente asume posiciones del cuerpo bien extrañas.
- **Esquizofrenia residual**—la persona ya no experimenta ilusiones o alucinaciones, pero no siente motivación ni interés por la vida.
- **Trastorno esquizoafectivo**—la persona tiene ambos síntomas de la esquizofrenia y de trastorno mayor de ánimo tal como la depresión.

### ¿Qué tratamientos están disponibles para la esquizofrenia?

Si usted sospecha que alguien quien usted conoce está experimentando los síntomas de la esquizofrenia, anímelos a que visiten a un profesional médico o de la salud mental inmediatamente. Tratamiento a tiempo—tan pronto como el primer episodio—puede significar un mejor resultado al largo plazo.

## Recobro y Rehabilitación

Aunque no existe una cura para la esquizofrenia, muchas personas con la enfermedad pueden llevar vidas productivas y gratificantes con el debido tratamiento. El recobro es posible por medio de una variedad de servicios, incluyendo medicinas y programas de rehabilitación. La rehabilitación puede ayudar a que una persona recobre la confianza y capacidad necesaria para vivir una vida productiva e independiente en la comunidad. Las clases de servicios que ayudan a una persona con la esquizofrenia son:

- **Manejo/Asistencia del Caso** ayuda a las personas a que puedan recibir servicios, asistencia financiera, tratamiento y otros recursos.
- **Programas de Rehabilitación Psicosocial** son programas que ayudan a las personas a recobrar capacidades tales como: empleo, cocinar, limpiar, presupuestar, compras, socialización, resolver problemas, y manejo/enfrentamiento a las tensiones.
- **Grupos de auto-ayuda** proveen apoyo continuo e información a las personas con enfermedades mentales serias por medio de individuos quienes han experimentado ellos mismos la enfermedad mental.
- **Centros de visita** son lugares donde los individuos con la enfermedad mental pueden socializarse y/o recibir apoyo y servicio informal cuando lo necesitan.
- **Programas de viviendas** ofrecen una serie de apoyos y supervisión desde 24 horas de vivienda supervisada hasta apoyo por medio de visitas cuando se necesita.
- **Programas de empleo** ayuda a individuos encontrar empleo y/o conseguir las capacidades necesarias para regresar a la fuerza laboral.
- **Terapia/Consejería** incluye diferentes formas de terapia del "hablar", tanto por individuo como de grupo, que pueden ayudar tanto al paciente como a los miembros de la familia a mejor comprender la enfermedad y compartir sus preocupaciones.
- **Servicios de Crisis** incluyen líneas de emergencia de 24 horas, consejería después de las horas comunes, colocación residencial e internamiento hospitalario.

## Medicina

La nueva generación de medicinas antipsicóticas ayudan a las personas con esquizofrenia a que vivan vidas gratificantes. Ayudan a reducir los desequilibrios químicos que causan la esquizofrenia y reducen la posibilidad de una recaída. Como todas las medicinas, sin embargo, las medicinas antipsicóticas deberían de ser tomadas solamente bajo la supervisión de un profesional de la salud mental.

Hay dos clases mayores de medicina antipsicótica:

- Antipsicóticos convencionales—efectivamente controlan los síntomas "positivos" tales como las alucinaciones, ilusiones y la confusión de la esquizofrenia.
- Antipsicóticos de la nueva generación (también llamados atípicos)—tratan tanto los síntomas positivos como los negativos de la esquizofrenia, frecuentemente con menos efectos secundarios.

Los efectos secundarios son comunes con las drogas antipsicóticas. Van desde los efectos secundarios leves tales como la boca seca, visión borrosa, estreñimiento, somnolencia y mareos que usualmente desaparecen después de unas semanas, hasta los efectos secundarios más serios tales como teniendo problemas con el control de los músculos, caminando, estremecimientos y movimientos faciales incontrolables (ticks). Las drogas de la nueva generación tienen menos efectos secundarios. Sin embargo, es importante hablar con su profesional de la salud mental antes de que haga algún cambio con su medicina ya que muchos de los efectos secundarios pueden ser controlados.

*No se ha descubierto una cura para la esquizofrenia, pero con el tratamiento apropiado, muchas personas con esta enfermedad pueden llevar vidas productivas y gratificantes.*

## Para más información

Para más información o referencias para los servicios locales, póngase en contacto con su asociación de la salud mental local o una de las siguientes organizaciones:

**Asociación Nacional de la Salud Mental (National Mental Health Association)**  
P.O. Box 16810  
Alexandria, VA 22302-0810  
Gratis: 800-969-6642  
Incapacitados: 800-433-5959  
www.nmha.org

### Otros Recursos

**Alianza Nacional para los Enfermos Mentales (NAMI)**  
1-800-950-NAMI  
www.nami.org

**Alianza Nacional Para la Investigación de la Esquizofrenia y la Depresión (NARSAD)**  
800-829-8289  
www.narsad.org

**Instituto Nacional de la Salud Mental (NIMH)**  
301-443-4513, 866-615-6464  
www.nimh.nih.org

NMHA ofrece folletos sobre una variedad de temas. Para pedir un catálogo o para ordenar copias múltiples de los folletos, por favor llame al 800-969-NMHA

**DENEGACIÓN:** NMHA no aprueba tratamientos ni servicios específicos de salud mental. Además no es la intención de NMHA de proporcionar consejos médicos específicos, sino para proporcionar a lectores con información para ayudarlos entender mejor su salud y cuando es necesario, encontrar el tratamiento que trabaja mejor para ellos.

*Este folleto está bajo derechos de la oficina del NMHA. Permiso para hacer copias tiene que ser obtenido de la NMHA.*

*Derechos controlados, 2006*

3/06

## La Asociación Nacional de la Salud Mental Tomando la delantera para la salud mental en los Estados Unidos

La Asociación Nacional de la Salud Mental (NMHA) es la organización sin fines de lucro más antigua y más grande que se dirige a todos los aspectos de la salud mental y la enfermedad mental. Con más de 340 afiliados en toda la nación, la NMHA trabaja para mejorar la salud mental de todos los estadounidenses, especialmente los 54 millones de personas con trastornos mentales, por medio de abogacía, educación, investigación y servicio.

La Asociación NMHA fue establecida en el 1909 por quien una vez fue un paciente, el Señor Clifford W. Beers. Durante su estadía en instituciones públicas y privadas, Beers pudo ver y fue sometido a abusos horribles. De estas experiencias Beers se embarcó en un movimiento de reforma lo que vino a convertirse en la Asociación Nacional de la Salud Mental.

Hoy día, la Asociación NMHA y sus afiliados luchan por crear una sociedad justa, humana y saludable la cual se le da a toda las personas debido respeto, dignidad y la oportunidad de alcanzar todas sus potenciales libre del estigma y del prejuicio.

La publicación de este folleto fue hecha posible por medio de las subvenciones educacionales no-restringidas de Eli Lilly y Compañía y la Fundación de Boston, y por medio de la generosidad de personas que hicieron donativos a la Asociación Nacional de la Salud Mental.

### El Símbolo de la Campana

Hace casi 50 años, desde que la Asociación Nacional de la Salud Mental hizo un llamado a los manicomios a través del país para que se entregara las cadenas y ataduras que en un tiempo se usaron para restringir a pacientes con enfermedades mentales. La Asociación (NMHA) entonces tomó esos instrumentos del mal trato y los derritió para construir un faro de la libertad: La Campana de la Salud Mental que pesa unas 300 libras.

Hoy día, como el símbolo de la Asociación y sus afiliados, la Campana de la Salud Mental continúa sonando con esperanza para los millones de personas que viven con las enfermedades mentales.

*Cortesía de . . .*

