

Las familias que se educan sobre la esquizofrenia pueden ofrecer mejor apoyo a sus seres queridos y ayudan a disminuir la posibilidad de una recaída. Cuidar de una persona con esquizofrenia puede ser desafiante, por lo tanto, es importante que las familias busquen programas de apoyo y educación.

Un Pronóstico Positivo

Gracias a la gente que vive con esta condición, las opiniones en lo que es posible lograr viviendo con esquizofrenia han cambiado de forma positiva. Vista por tanto tiempo como una enfermedad incurable, ahora la nueva información indica que al menos el 50% de gente con esquizofrenia obtiene resultados positivos después de recibir tratamiento. Mediante las nuevas investigaciones, y el incremento en el conocimiento sobre las causas de la esquizofrenia. El pronóstico para aquellos que viven con esquizofrenia sigue mejorando.

Recuperación

Recuperación no significa que la enfermedad haya entrado en completa remisión. Con el tiempo y después de lo que para muchos puede ser un largo y difícil proceso, los individuos pueden llegar a términos con su enfermedad aprendiendo primero a aceptarla y posteriormente siguiendo adelante.

Esto incluye aprender mecanismos para salir adelante, creer en sí mismos como individuos, aprendiendo cuáles son sus fortalezas y limitaciones, para llegar a entender que tienen la capacidad de encontrar propósito y placer en sus vidas a pesar de su enfermedad.

¡LA RECUPERACIÓN ES POSIBLE!

Como Conseguir Ayuda

¿No cuentas con seguro médico? Llama a la oficina de *NAMI del Sur de Arizona*, nosotros te guiaremos para que tengas acceso a servicios de salud mental.

Si padeces de esquizofrenia:

- ◆ Busca ayuda médica mediante un psiquiatra y/o con tu médico de cabecera.
- ◆ Busca el tratamiento efectivo para ti; el cual puede incluir medicamentos, terapia, grupos de apoyo, etc. **Muchas veces, la gente tiene que probar distintos tratamientos o combinaciones de ellos, para poder encontrar el adecuado que les funcione.*
- ◆ Toma el curso *De Persona a Persona* impartido por NAMI, o únete al grupo de apoyo *Conexión NAMI*.
- ◆ APRENDA sobre su condición. Entre más informado este, será más capaz de ayudarse a sí mismo. ¡Empiece con NAMI hoy!

Si tienes a un familiar que sufre de un trastorno mental:

- ◆ No olvides de cuidar de ti mismo.
- ◆ Toma el curso *Familia a Familia* impartido por NAMI, únete al grupo de apoyo de *Familia y Amigos*, y/o de tomar *Bases y Fundamentos* de NAMI si tienes a familiares chicos o adolescentes.
- ◆ La familia, amigos o compañeros de miembros militares y veteranos, pueden tomar el curso *NAMI Homefront*.
- ◆ Aprende sobre la condición de tu familiar o ser querido.

LA ESQUIZOFRENIA

DEMUESTRE SU APOYO. USE EL LISTON PLATEADO.



- Ayude a romper las barreras al tratamiento y apoyo.
- Ayude a reducir el estigma-hable sobre esto!



**BUSQUE AYUDA.
ENCUENTRE ESPERANZA.**

La enfermedad mental afecta 1 de cada 5 personas. Nosotros proveemos recursos y apoyo a todos aquellos afectados por la enfermedad mental.

**NAMI DEL SUR DE ARIZONA DEPENDE DE USTED.
HAY VARIAS FORMAS DE AYUDAR.
HAGASE MIEMBRO, VOLUNTARIO, O DONE.**

NAMI del Sur de Arizona
6122 E. 22nd St.
Tucson, AZ 85711
520-622-5582
NAMI@NAMI.org

LINEA DE CRISIS PARA LA COMUNIDAD:
520-622-6000 o 1-866-495-6735

NAMI.org



Revisado Junio 2020

Información educacional y apoyo local ofrecido por:



¿Qué es la esquizofrenia?

La esquizofrenia es una seria enfermedad mental que afecta a 2.4 millones de adultos americanos mayores de 18 años. Aunque afecta a hombres y mujeres con la misma frecuencia, la esquizofrenia es más común en hombres saliendo de la adolescencia o entrando a sus veintes; mientras que en la mujer aparece saliendo de los veintes o entrando a los treintas. Es difícil determinar las causas de la esquizofrenia, ya que las causas y el desarrollo de la enfermedad es diferente en cada persona.

Esta condición perjudica la habilidad de funcionar normalmente de una persona, si no se trata. Interfiere con la habilidad del individuo de pensar claramente, de controlar sus emociones, de tomar decisiones y de relacionarse con otros. Desafortunadamente no existe un tratamiento único y sencillo para esta condición. Distintas investigaciones han vinculado a la esquizofrenia con una variedad de causas posibles, las cuales incluyen aspectos de la estructura y balance químico del cerebro; así como causas ambientales.

Descubriendo la Verdad sobre la Esquizofrenia

Debido a que esta condición puede causar conductas inusuales, inapropiadas, desorganizadas y hasta poco predecibles; los individuos que no reciben tratamiento adecuado comúnmente son rechazados y víctimas de discriminación y prejuicio social. El comportamiento errático usualmente es causado por alucinaciones y delirios, los cuales son síntomas de esta condición.

Los medicamentos, rehabilitación psicosocial y otros grupos de apoyo basados en la comunidad ayudan a que los individuos que padecen de

esquizofrenia tengan vidas satisfactorias y con propósito. La falta de servicios apropiados para gente con esquizofrenia ha causado que muchos terminen –erróneamente- en cárceles o prisiones, sin recibir la debida ayuda.

La esquizofrenia frecuentemente es clasificada incorrectamente como una enfermedad intratable, asociada con comportamientos violentos, entre otros falsos estereotipos. La mayoría de la gente que padece de esta condición, no es violenta. La violencia esta principalmente vinculada con síntomas psicóticos o por abuso de sustancias; y aun así, el comportamiento violento es muy poco común. Cuando una persona recibe tratamiento, esta condición es controlable; sin embargo, la naturaleza de la esquizofrenia hace que la recuperación sea distinta para cada individuo.

Como con cualquier otra enfermedad, si no se trata; la esquizofrenia puede causar efectos negativos en la vida de una persona, en su familia y en la comunidad. La gente con esquizofrenia tiene un alto riesgo de cometer suicidio comparado con el resto de la población en general; sin embargo, este riesgo puede ser reducido a través de los tratamientos disponibles.

¿Cómo se diagnostica la esquizofrenia?

No hay ningún examen de laboratorio o imagen del cerebro que diagnostique la esquizofrenia. Un profesional debe descartar varios factores tales como; tumores cerebrales, otras condiciones médicas y otros diagnósticos psiquiátricos, como trastorno bipolar.

Las personas con esquizofrenia presentan dos o más de los siguientes síntomas persistentes. Sin embargo, las alucinaciones y delirios,

comúnmente son suficientes para determinar un diagnóstico de esquizofrenia.

Síntomas positivos: También conocidos como síntomas *psicóticos* porque la persona de cierta manera pierde contacto completo con la realidad:

- ◆ Delirios - ideas y creencia en cosas que no son verdaderas o existentes.
- ◆ Alucinaciones – escuchar o ver cosas que no son reales.
- ◆ Hablar de manera desorganizada – inhabilidad de crear una secuencia lógica de oraciones e ideas.
- ◆ Estado catatónico o conducta desorganizada – disminución o aumento drástico en movimientos.

Síntomas negativos: Se refieren a la disminución de alguna capacidad tal como la motivación.

- ◆ Indiferencia emocional o falta de expresión.
- ◆ Inhabilidad de empezar y continuar actividades.
- ◆ Falta de placer e interés en la vida.

Síntomas cognitivos: Pertenecientes al proceso de pensamiento.

- ◆ Dificultad de memoria, priorizar tareas y organizar pensamientos.
- ◆ Anosognosia (Falta de lógica) o negación de estar enfermo.

¿Qué causa la esquizofrenia?

Distintas investigaciones indican que la esquizofrenia está relacionada con problemas en el balance químico del cerebro y su estructura; también se piensa que es causada por una combinación de factores genéticos y ambientales como algunas otras enfermedades médicas. 1 de cada 100 personas padecerá de esquizofrenia.

Aproximadamente un 75% de la gente con esquizofrenia padecerá de esta condición entre los 16 a 40 años de edad; las mujeres típicamente desarrollan esta enfermedad más tarde. Es muy poco común que alguien desarrolle esquizofrenia antes de los 12 años o después de los 40.

¿Cuáles son los tratamientos disponibles?

El tratamiento para la esquizofrenia requiere de un enfoque que abarque una variedad de opciones, como: medicamentos, terapia y rehabilitación psicosocial.

Los medicamentos son un aspecto importante para controlar los síntomas de esta condición. Los medicamentos antipsicóticos o neurolépticos, ayudan a mitigar las alucinaciones, delirios y la dificultad de pensamiento.

Las terapias han demostrado ser una forma efectiva para tratar la esquizofrenia; en especial la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC). Esta ayuda a que las personas desarrollen estrategias para enfrentar su condición y sus síntomas.

La rehabilitación psicosocial ayuda a que los individuos logren sus objetivos de vida, los cuales a menudo involucran las relaciones personales, de trabajo y bienestar. Esta rehabilitación es ofrecida por los servicios comunitarios de salud mental, y utiliza estrategias que ayudan a que la gente viva independientemente, continúe con su educación, encuentre trabajo y mejore sus interacciones sociales.

¿Hay posibilidad de mejora para la gente con esquizofrenia?

Las investigaciones de largo plazo han demostrado que la gente que vive con esquizofrenia a menudo mejoran en su forma de lidiar y vivir con sus síntomas, aumentando su capacidad de funcionar y disminuyendo sus recaídas. La recuperación es posible para la mayoría, aunque es importante recordar que para algunas personas es más difícil controlar sus síntomas.