

O que é?

A Esquizofrenia é uma doença crónica que afecta a forma como uma pessoa pensa, sente e se comporta.

As pessoas com esquizofrenia podem sofrer de **delírios**, **alucinações**, e de **discurso e pensamento desorganizados**. Podem ouvir vozes ou sentir que estão a ser perseguidas, controladas ou que existem conspirações para as magoar. Estas sensações e pensamentos podem fazer com que a sua “realidade” pareça ameaçadora, deixando-os inquietos, atemorizados ou agitados. Podem ainda sentir dificuldade em expressar emoções.

A esquizofrenia é um tipo de **psicose**, o que significa que os doentes podem não distinguir o que é a realidade e o que são as experiências provocadas pela doença mental.

Ambientais

Vários fatores ambientais podem contribuir, como viver em ambientes stressores, consumo de drogas ou exposição pré-natal a infecções.

Quais são as causas?

A causa exacta da esquizofrenia é ainda desconhecida. Algumas das teorias envolvem causas:

Genéticas



A esquizofrenia parece ter um componente hereditário, podendo a genética predispor ao desenvolvimento da doença.

Biológicas

O cérebro das pessoas com esquizofrenia parece ter diferenças a nível molecular (neurotransmissores) e estrutural, que podem conduzir a dificuldades no processamento de determinados estímulos.



Quais são os sintomas?

Os primeiros sintomas de esquizofrenia são variáveis. Podem surgir subitamente ou ao longo de meses, ou anos.

Os sintomas da esquizofrenia costumam ser categorizados da seguinte forma:

- ▶ Sintomas positivos
- ▶ Sintomas negativos
- ▶ Perturbações do movimento
- ▶ Sintomas cognitivos

Sintomas Negativos

Traduzem-se na perda de capacidades presentes em pessoas saudáveis.

- ▶ Dificuldade em sentir ou expressar emoções.
- ▶ Isolamento social
- ▶ Apatia extrema
- ▶ Falta de iniciativa

Sintomas Cognitivos

Mais evidentes em fases avançadas da doença, podem comprometer o funcionamento da pessoa, pois traduzem-se em dificuldades de concentração, de memória e no processamento da informação.

Sintomas Positivos

A esquizofrenia parece ter um componente hereditário, podendo a genética predispor ao desenvolvimento da doença.

- ▶ Delírios — convicções erradas - a pessoa acredita que está a ser perseguida, que tem poderes especiais, etc.
- ▶ Alucinações — ouvir, sentir, algo que não existe na realidade.
- ▶ Perturbações do pensamento — o pensamento fica desorganizado, criam palavras novas, muda a forma de falar.

Perturbações do Movimento

Movimentos corporais anormais, repetitivos, ou, por outro lado, lentificação progressiva dos movimentos.



Os primeiros sinais

A Esquizofrenia uma doença crónica que afecta a forma como uma pessoa pensa, sente e se comporta.

As pessoas com esquizofrenia podem sofrer de delírios, alucinações, discurso e pensamento desorganizados e perda de capacidades cognitivas. Podem ouvir vozes ou sentir que estão a ser perseguidas, controladas ou que existem conspirações para as magoar. Estas sensações e pensamentos podem fazer com que a sua “realidade” pareça ameaçadora, deixando-os inquietos, atemorizados ou agitados. Podem ainda sentir dificuldade em expressar emoções.

A esquizofrenia é um tipo de psicose, o que significa que os doentes podem não distinguir o que é a realidade e o que são as experiências provocadas pela doença mental.

O prognóstico da doença é tanto melhor quanto mais cedo for iniciado o tratamento.



Contactos úteis

SNS 24 — 808 24 24 24



SINAIS DE ALERTA

Os primeiros sintomas de esquizofrenia são variáveis. Podem surgir subitamente ou ao longo de meses, ou anos. É útil conhecer os sinais e sintomas de esquizofrenia, para que a pessoa possa receber cuidados de saúde especializados o quanto antes, melhorando, assim, o prognóstico da doença.

Comportamentos sugestivos de fases iniciais de esquizofrenia incluem:

- ▶ **Ouvir ou ver algo que não está lá;**
- ▶ **Sensação persistente de estar a ser observado;**
- ▶ **Forma peculiar de falar ou escrever;**
- ▶ **Comportamento estranho ou bizarro;**
- ▶ **Indiferença perante situações importantes;**
- ▶ **Deterioração do rendimento académico ou profissional;**
- ▶ **Distanciamento de amigos e familiares;**
- ▶ **Mudanças na personalidade;**
- ▶ **Deterioração da higiene pessoal;**
- ▶ **Dificuldade em dormir ou em concentrar-se;**
- ▶ **Preocupação extrema com a religião ou o oculto.**

Uma pessoa que experiencie vários destes sintomas durante mais de 15 dias deverá procurar cuidados médicos, preferencialmente de psiquiatria.

Muitas vezes, as pessoas em fases iniciais de esquizofrenia não se sentem doentes, e podem não aceitar que necessitam de tratamento. Nestes casos, a intervenção de familiares e amigos é essencial para sensibilizar para a necessidade de procurar ajuda e, em casos mais graves, para iniciar o contacto entre os cuidados de saúde e a pessoa doente (falando, por exemplo, com o médico de família).

Tratamento

Existe tratamento que pode ajudar a controlar os sintomas e a preservar o funcionamento da pessoa doente. A maioria das pessoas melhora da doença, e é possível recuperarem o seu funcionamento pessoal e alcançarem uma vida ativa desde que cumpram o tratamento, e as medidas gerais de promoção da saúde mental.

Trata-se de uma doença crónica, sendo importante cumprir os tratamentos farmacológicos e as consultas. O tratamento tem a função principal de prevenir a recaída, pelo que terá de ser mantido mesmo quando não existem sintomas.

Medicação Antipsicótica

Os medicamentos antipsicóticos ajudam a controlar os sintomas da doença. Existem vários tipos diferentes, pelo que é importante que o doente e o médico trabalhem em conjunto para encontrar o medicamento que mais de adequaadequa, tendo em conta a eficácia, e procurando um esquema que seja bem tolerado.

Efeitos secundários: como qualquer medicamento, os antipsicóticos podem apresentar efeitos secundários. Os mais comuns são boca seca, visão turva, obstipação e tonturas, que frequentemente desaparecem ao final dos primeiros dias. Pontualmente, podem provocar rigidez muscular, tremores ou tiques faciais. Os antipsicóticos mais recentes têm menos efeitos secundários. É importante reportar os efeitos secundários ao médico psiquiatra antes de se fazer algum ajuste na dosagem do medicamento.



Intervenção Psicossocial

As medidas psicossociais ajudam o doente e familiares a lidar com os desafios provocados pela doença. São mais úteis quando a doença está estabilizada com medicação, e podem incluir:

- ▶ Psicoeducação
- ▶ Terapia familiar
- ▶ Grupos de apoio
- ▶ Terapia ocupacional
- ▶ Medidas que promovam a integração laboral

Saber Mais

- ▶ <https://www.esquizofrenia24x7.pt/>