

Módulo 3: Esquizofrenia



<https://depositphotos.com/stock-photos/schizophrenia.html?filter=all&qview=7812091>

Descrição da doença

Esquizofrenia é uma das **perturbações psicóticas***, perturbações mentais caracterizada pela dificuldade em distinguir o real do irreal. A pessoa pode ter sensações, sentimentos ou pensamentos que distorcem a percepção do que se passa à sua volta ou em si mesma. Isto pode causar dificuldade na gestão das emoções, na relação com outras pessoas e no funcionamento normal.

Fatores que influenciam a ocorrência de esquizofrenia

- possuir alterações em determinados genes,
- experiência traumática, especialmente num período precoce da vida,
- e danos cerebrais que podem surgir a qualquer momento ao longo da vida.

A esquizofrenia é provavelmente causada por uma combinação de vários fatores biológicos, psicológicos e sociais. O resultado é uma disfunção ao nível dos **neurotransmissores****.

Descrição da doença (continuação)

- A esquizofrenia pode **desenvolver-se de forma súbita ou gradualmente***.
- Ocorre mais comumente entre os 15 e os 25 anos. Afeta cerca de 1% da população em todo o mundo.
- Os fatores de risco incluem um estatuto socioeconómico mais baixo, baixo nível de instrução, historial familiar de esquizofrenia, situações de *stress*, tais como a perda de um ente querido, violência na família ou o ambiente.
- O consumo de agentes psicoativos também pode desencadear um episódio psicótico.
- A melhor opção de tratamento deve englobar tanto os **métodos biológicos**** como os **psicossociais*****.



Comportamento e sintomas da esquizofrenia

- **Sintomas positivos**

- Alucinações
- Delírios
- Pensamento confuso ou discurso desorganizado
- Perturbações do movimento



- **Sintomas negativos**

- Problemas na tomada de decisões
- Dificuldade na interpretação das emoções ou intenções dos outros
- Pensamentos suicidas
- Perda de interesse em coisas ou atividades
- Problemas com as emoções
- Isolamento dos outros

Comportamento expectável

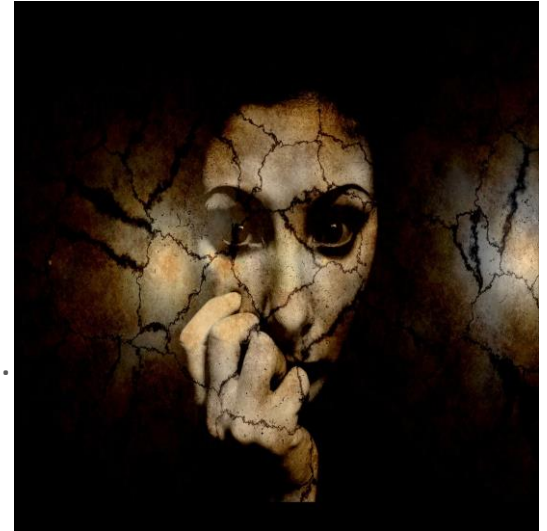
- Em pacientes esquizofrénicos, é expectável que vivam ocasionalmente, ou até mesmo a maior parte do tempo **no seu mundo**, sem sentirem a necessidade de comunicar com o ambiente envolvente.
- O **isolamento social** é uma das principais características da doença.
- É frequentemente **difícil motivá-los** para atividades simples, tais como manter hábitos de higiene.
- Alguns pacientes **não se sentem inclinados a tomar medicação** ou a comunicar com um psiquiatra. Muitas vezes sentem que não precisam de medicação.
- São frequentemente muito **reservados na expressão verbal** e a expressão emocional pode ser o oposto do habitual ou do adequado.
- Poderão **ter hábitos alimentares invulgares**.

Comportamento expectável (continuação)

É da maior importância reconhecer

sinais precoces de um episódio psicótico recorrente

- É possível reconhecer se alguém está a **ouvir vozes** **ou tem alucinações visuais.**
- O **ciclo de sono** é muitas vezes perturbado e é habitualmente o primeiro a ser afetado numa recaída de um episódio psicótico.
- Por vezes a pessoa pode apresentar **sinais de tendências suicidas.**
- Muitos indivíduos com esquizofrenia **dependem da ajuda emocional e prática dos familiares** para ultrapassar a perturbação e continuarem a sua vida.



Preocupações sobre a esquizofrenia

Existem inúmeros preconceitos sobre a esquizofrenia.

A esquizofrenia é uma doença rara. De facto, não é verdade. Cerca de 1% da população sofre de esquizofrenia.

Não é possível ajudar pessoas com esquizofrenia. De facto, com tratamento adequado, 60% dos pacientes esquizofrénicos podem viver uma vida produtiva e ter uma boa qualidade de vida.

Um paciente esquizofrénico é irresponsável, como uma criança. Esta atitude está na origem de um ponto de vista em que, em vez da pessoa doente, outra pessoa deveria cuidar de tudo. De facto, há sempre uma parte das atividades que pode ser o paciente a fazer, mesmo durante um episódio psicótico.

Pessoas com esquizofrenia são perigosas. A verdade é que, por vezes, os delírios e as alucinações podem resultar em comportamentos violentos. Contudo, na maioria dos casos, os pacientes esquizofrénicos não são mais violentos do que as outras pessoas. Pelo contrário, poderão ser vítimas de violência ou de maus tratos.

Preocupações (continuação)

Impacto da esquizofrenia no indivíduo

A esquizofrenia acarreta **mudanças em todos os aspetos da vida do paciente.**

Quando os sintomas regridem, o ambiente onde o paciente se insere continua a vê-lo através da sua doença, o que acrescenta um peso adicional à já reduzida capacidade social.

Existe medicação contínua para a qual, muitas vezes, o paciente não vê motivos e que pode ter efeitos secundários desagradáveis.

Além disso, a pessoa com esquizofrenia pode ter outros problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade, abuso de substâncias, em especial do tabaco.

A saúde física também é frequentemente comprometida em pacientes esquizofrénicos.

Trata-se de uma perturbação mental que detém o **potencial de estigmatização mais intenso.**

Preocupações (continuação)

Impacto da esquizofrenia na família

Quando um familiar fica doente com esquizofrenia, verifica-se um **impacto significativo em toda a família**.

Os familiares podem ter **sentimentos de culpa** por inúmeras razões, como sentirem que não foram suficientemente bons para o familiar/parceiro ou por não serem capazes de tolerar os sintomas.

O **cuidado constante em tomar a medicação** regularmente e frequentar terapia de grupo, torna-se muitas vezes numa rotina diária para a pessoa que cuida do paciente.

O cuidador por vezes tem de **assumir todas as responsabilidades** pelo paciente e tomar todas as decisões por ele.

No **caso de uma reincidência dos sintomas**, o cuidador por vezes tem de persuadir o paciente a ir ao psiquiatra ou ao hospital, ou até de decidir tomar algumas medidas adicionais difíceis, como contactar os serviços, o médico de família ou a polícia sem autorização da pessoa doente.

Quer saber mais?

O nosso Pacote de Recursos interativo dar-lhe-á informações sobre

- preocupações que possa ter enquanto cuidador
- o que pode ser feito
- dicas úteis sobre como lidar com a sobrecarga na prestação de cuidados
- como evitar o *stress* e a exaustão
- como lidar com as suas emoções
- aceitação da perturbação
- e muito mais!

Também poderá encontrar exercícios e atividades para SI e para a pessoa cuidada!



O Pacote de Recursos estará disponível no verão de 2020!