

Porque queremos que cuides de los tuyos,
te contamos sobre la

esquizofrenia

Es un diagnóstico psiquiátrico, caracterizado por alteraciones en la percepción y expresión de la realidad. Afecta el pensamiento, las emociones y la conducta.

¿Cuáles son los síntomas?

Síntomas psicóticos:

- Alucinaciones (ve, oye, huele, saborea o siente cosas que no son reales).
- Delirios (cree en cosas que parecen irracionales para los demás).
- Trastornos del pensamiento (formas de pensar inusuales que se manifiestan en problemas para organizar las ideas o el habla).



Síntomas cognitivos:

- Problemas de atención, concentración y memoria.
- Problemas para planificar y ceñirse a actividades.
- Dificultad para prever y sentir placer en la vida cotidiana.
- Se evita la interacción social.
- Hay expresiones faciales limitadas y el habla se caracteriza por una voz apagada.

Ten en cuenta los siguientes tips si eres cuidador o familiar de una persona con esquizofrenia:

- Sigue las recomendaciones del médico tratante.
- Asegúrate que la persona tome su medicación tal y como le fue prescrita.
- Busca generar espacios seguros, mantén rutinas familiares para compartir y motivar la socialización.
- Evita consumir y motivar el consumo de sustancias psicoactivas, éstas solo empeoran los síntomas e impiden la recuperación.
- Siempre que tengas que decirle algo dilo de forma tranquila, positiva y clara.
- El manejo de la enfermedad depende del cumplimiento de los medicamentos y las terapias psicológicas.
- Recuerda que tus cuidados también son importantes, así que establece tiempos para tu autocuidado, date horas de descanso, socialización y dispersión.
- Si como cuidador sientes la necesidad de pedir ayuda no dudes en consultar con psicología.



No olvides que es importante cuidarnos para cuidar a los demás.