

### **Quais são as consequências ?**

A trajetória da esquizofrenia varia de pessoa para pessoa. É uma doença crônica e a cura completa (exemplo: sem necessidade de tomar medicação) é rara. Cerca de 25% dos pacientes com esquizofrenia têm remissão completa, aproximadamente 10% mantêm-se severamente psicóticos, e outros vivem com sintomas residuais menores ou alternando entre danos e intensos lapsos psicóticos. Há um grande número de variantes que afetam o resultado da doença, por exemplo, o comportamento da pessoa antes do surgimento da doença, tipos de sintomas, contexto familiar e sócio-cultural.

### **O que a pessoa com esquizofrenia pode fazer para administrar a doença?**

- Aceitar tomar a medicação ou participar de outro tratamento
- Aprender sobre a doença
- Monitorar sua condição mental
- Participar em programas de apoio e desenvolvimento de habilidades
- Participar de grupos de apoio
- Esforçar-se na recuperação
- Ter esperança

### **O que os familiares podem fazer para ajudar ?**

- Aprender sobre a doença
- Ajudar a pessoa com esquizofrenia a encontrar tratamento apropriado
- Colaborar com os profissionais (como o médico, assistente social) que oferecem o tratamento
- Aprender a reconhecer os sinais de recaída
- Aprender a lidar com as crises
- Compreender a pessoa e oferecer expectativas apropriadas
- Participar de um grupo de suporte para a família
- Cuidar-se e aprender a controlar seu stress

### **Aonde conseguir ajuda quando você acha que você ou alguém de sua família aparenta sofrer de esquizofrenia?**

- Peça a seu médico de família para lhe indicar onde conseguir ajuda
- Procure por serviço social e agências de saúde para informações e apoio
- Entre em contato com Metro Integrated Community Crisis Program (416) 289-2434 quando em situações de crises
- Entre em contato com departamento de emergência do hospital mais próximo

### **Contatos para informações:**



Schizophrenia Society of Ontario  
( Sociedade de Esquizofrenia de Ontario )  
130 Spadina Avenue, Suite 302  
Toronto, ON M5V 2L4  
Tel. 1.800.449.6367 / 416.449.6830  
Fax: 416.449.8434  
www.schizophrenia.on.ca  
E-Mail: sso@schizophrenia.on.ca



Hong Fook Mental Health Association  
1065 McNicoll Avenue  
Main Level  
Scarborough, ON M1W 3W6  
Tel: 416.493.4242  
Fax: 416.493.2214  
&  
260 Spadina Avenue  
Suite 408  
Toronto, ON M5T 2E4  
Tel: 416.493.4242  
Fax: 416.595.6332  
www.hongfook.ca  
E-mail: info@hongfook.ca

### **Apoiado por:**



**Esquizofrenia** é uma doença mental séria, mas tratável. É a mais comum de todas as doenças psicóticas e ocorre em todas as culturas. Uma em cada 100 pessoas será diagnosticada com esquizofrenia em algum momento de sua vida. Pensa-se que esquizofrenia tem origem biológica e, provavelmente, que a doença desenvolve-se através da interação entre a predisposição física e o estresse social vivenciado pelas pessoas.



### Quais são os sintomas da esquizofrenia?

Esquizofrenia afeta pessoas em sua forma de pensar e perceber ou reagir ao mundo ao seu redor o que, conseqüentemente, afeta sua forma de pensar e comportamento. Os sintomas da esquizofrenia podem ser divididos em três categorias: sintomas negativos, sintomas desorganizados, e sintomas positivos. Nem todas as pessoas com esquizofrenia terão todos estes sintomas, e poderá haver outras razões para estes sintomas estarem presentes.

**1. Sintomas negativos:** A falta de certas características que deveriam existir. Frequentemente, estes são os primeiros sintomas da esquizofrenia a se desenvolverem. O diagnóstico neste estágio pode levar ao tratamento imediato e melhor recuperação. Estes sintomas podem interferir significativamente com as funções destas pessoas.

**Emoções vazias /superficiais:** Dificuldade em expressar emoções claramente. A pessoa pode falar de forma monótona, sem mudança no tom de voz ou mostrar pouca expressão facial.

**Falta de motivação /energia:** Baixo nível de energia, problemas em começar ou continuar projetos, possivelmente precisa ser lembrado de fazer coisas simples como tomar banho e trocar de roupa.

**Falta de interesse:** Falta de prazer ou interesse em coisas e, em alguns casos, sentimento de que não vale o esforço de sair e fazer coisas.

**Fala limitada:** Diálogo rápido com conteúdo limitado. A pessoa pode ter dificuldade em manter um diálogo contínuo ou em expressar uma idéia nova.

### 2. Sintomas desorganizados:

**Pensamento e diálogo interrompidos:** Problemas em comunicar frases coerentes ou manter uma conversa.

**Dificuldade de Concentração:** Incapacidade em concentra-se ou manter uma conversa. Dificuldade em entender ou seguir instruções simples. Memória fraca.

**Percepção Alterada:** Percepção do que acontece ao redor da pessoa torna-se distorcida de forma que coisas normais parecem enlouquecidas ou assustadoras. A pessoa pode tornar-se mais sensível a barulhos ao seu redor, cores e formatos.

**3. Sintomas positivos:** Presença de certas características que não deveriam existir. As vezes eles são chamados de sintomas psicóticos porque o paciente perde o vínculo com a realidade em certos aspectos importantes.

Alguns dos sintomas positivos:

**Desilusões:** Há crenças falsas/irreais que são mantidas pela pessoa, mas não para as outras pessoas, porque não são baseadas na realidade.

**Alucinações:** Ouvindo, vendo, cheirando, ou sentindo coisas que não estão ali.

**Paranóia:** Desconfiança/suspeitas excessiva de perseguição/conspiração por outras pessoas contra eles.



### Descobrimo a doença:

Normalmente a esquizofrenia se desenvolve durante a adolescência ou no início da maturidade. A princípio, as mudanças na pessoa podem ser observadas pela família e amigos. Em algumas pessoas essas mudanças ocorrem lentamente e em outras elas ocorrem repentinamente.

Entre as mudanças pode-se incluir problemas para dormir, suspeitas, medos, e diminuição nas funções gerais (ex: problemas com o estudo, manter um emprego, cuidar de si próprio e relacionamento com os outros). Fatores como estresse na escola e rompimento de um relacionamento amoroso não causam a doença, mas podem iniciar o ciclo psicótico em pessoas com predisposição para a esquizofrenia.



### Como esquizofrenia é tratada?

A forma inicial de tratamento para esquizofrenia é medicamentos, o que ajuda a controlar os sintomas. Os sintomas podem ir e vir, e quando estes são mais ativos, tratamentos mais intensos podem ser recomendados, como hospitalização. Quando os sintomas são mais controlados, tratamento contínuo é mantido a longo prazo para melhorar a função e prevenir futuros episódios psicóticos. A pessoa pode ou não demonstrar sintomas durante este período de contínuo tratamento.

Sucesso no tratamento envolve uso de medicação, psicoterapia e reabilitação.

#### Medicação

**anti-psicótica:** Medicação é necessária durante ambas as fases aguda e fases de manutenção. Durante a fase intensa, os medicamentos ajudam a aliviar os sintomas psicóticos agudos. Após a fase intensa, a continuação com medicamentos anti-psicóticos reduz muito as chances de recaída. Os medicamentos podem ter efeitos colaterais. É importante conversar a respeito dos medicamentos com o médico que as prescreveram.

**Psicoterapia:** Ajuda pessoas com esquizofrenia a aprender sobre a doença e desenvolver formas de lidar com ela, também oferece suporte emocional.

#### Reabilitação

**psico-social:** Tem como objetivo aumentar as habilidades da pessoa com doença mental em sua vida diária.