

# Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Feb 08, 2024

## Esquizofrenia: o que é?

**Ter esquizofrenia significa que você passa por períodos em que pensa e sente de forma diferente do que normalmente faria. Você pode perder o contato com a realidade. Essa condição pode ser assustadora e difícil de conviver. Mas os tratamentos corretos podem ajudá-lo a controlar os sintomas.**

**Aqui, veremos o que acontece na esquizofrenia e seus sinais e sintomas. Para saber mais sobre como a esquizofrenia é tratada, consulte nosso folheto *Esquizofrenia: quais tratamentos funcionam? (Schizophrenia: what treatments work?)***

### O que é esquizofrenia?

A esquizofrenia é geralmente uma condição de saúde mental de longo prazo. Se você tem esquizofrenia, sua mente funciona de forma diferente da de outras pessoas. Isso pode afetar seus pensamentos, emoções e a maneira como você vivencia o mundo.

Você pode passar por períodos em que acha difícil distinguir o que realmente está acontecendo e o que está imaginando. Isso é chamado de psicose. Esses pensamentos confusos podem fazer com que você se comporte de maneira incomum.

Os medicamentos podem ajudar a controlar esses sintomas e evitar que eles voltem. Mas você provavelmente precisará tomar os medicamentos por um longo período.

A maioria das pessoas com esquizofrenia apresenta episódios repetidos de psicose. Entre os episódios, eles podem estar livres de sintomas ou podem ter alguns sintomas incômodos que não desaparecem.

Não sabemos exatamente por que algumas pessoas têm esquizofrenia e outras não. Mas as pessoas que têm histórico familiar de esquizofrenia parecem ter maior probabilidade de contrair a doença. Pesquisas também sugerem que a esquizofrenia é mais comum entre pessoas nascidas de pais mais velhos.

Seu ambiente e suas experiências também parecem desempenhar um papel importante. Em particular, os médicos acreditam que alguns eventos ocorridos na adolescência ou na juventude podem desencadear a psicose. Esses eventos podem incluir:

- Estar sob muito estresse

## Esquizofrenia: o que é?

- Uso de algumas drogas recreativas, como a maconha, ou consumo excessivo de álcool.

Mas é importante lembrar que nem todas as pessoas que sofrem de psicose desenvolverão esquizofrenia. Pesquisas mostram que até 20 em cada 100 pessoas se recuperam bem após um primeiro episódio psicótico.

A psicose também pode ser causada por outros problemas de saúde mental, como depressão ou transtorno bipolar. Um médico especialista (chamado de psiquiatra) poderá avaliá-lo e lhe dar um melhor entendimento sobre o seu diagnóstico.

## Quais são os sintomas?

Durante um período de psicose (geralmente chamado de episódio psicótico), você pode ter crenças que não são verdadeiras (delírios). Por exemplo, você pode acreditar que alguém está tentando envenená-lo ou controlar seus pensamentos. Você também pode imaginar coisas que não são reais (alucinações).

O tipo mais comum de alucinação é ouvir vozes. Por exemplo, você pode ouvir vozes dizendo o que fazer ou comentando sobre suas atividades ou ações. As vozes podem parecer estar vindo de dentro ou de fora de sua cabeça.

Outras alucinações menos comuns são ver, cheirar ou sentir coisas que não estão realmente lá.

Esses tipos de experiências são chamados de "sintomas positivos" porque você está adquirindo novos comportamentos e formas de vivenciar a realidade.

Essas experiências podem ser muito angustiantes. Talvez você ache difícil acreditar que suas experiências fazem parte de uma doença. Você pode achar que não há nada de errado com você. Mas seu médico ou psiquiatra pode lhe dizer quando você está doente.

Outros sintomas da esquizofrenia incluem a sensação de retraimento, isolamento ou ausência de emoções. Os médicos chamam esses tipos de sintomas de "sintomas negativos", nos quais você sente falta de alguns dos comportamentos e emoções que costumava ter.

Quando isso acontece, você pode parecer estar de mau humor e não:

- Preocupar-se com qualquer coisa
- Aproveitar as coisas que você costumava aproveitar
- Mostrar qualquer expressão em seu rosto, ou
- Ser capaz de prestar atenção em qualquer coisa.

Esses sintomas podem ser duradouros.

A esquizofrenia também pode dificultar o pensamento organizado ou a lembrança de coisas. Por exemplo:

- Você pode ter dificuldade para se concentrar quando está lendo ou escrevendo
- Sua fala pode ser confusa e difícil de ser acompanhada por outras pessoas

## Esquizofrenia: o que é?

- Você pode se tornar muito desorganizado e ter dificuldade para cuidar de si mesmo.

Os sintomas da esquizofrenia tendem a começar quando a pessoa está no final da adolescência, na casa dos 20 ou 30 anos. Para os homens, eles geralmente começam antes dos 25 anos de idade e, para as mulheres, antes dos 35 anos. Os sintomas podem ocorrer gradualmente ao longo de semanas ou meses ou podem surgir repentinamente.

Os sintomas da esquizofrenia podem tornar a vida muito difícil. Você pode perceber que as tarefas cotidianas exigem muito mais esforço. É comum sentir-se muito ansioso ou irritado.

Você também pode achar que está pensando na morte ou até mesmo em cometer suicídio. Se isso acontecer, fale com seu médico com urgência.

## O que vai acontecer comigo?

Se você foi diagnosticado com esquizofrenia, talvez se preocupe com a possibilidade de ter de passar muito tempo no hospital e de não conseguir levar uma vida normal.

A esquizofrenia tem um grande efeito em sua vida. Mas cada pessoa é diferente.

Algumas pessoas passam longos períodos sem sintomas ou apresentam apenas sintomas de baixo nível que não as impedem de continuar com sua vida.

Outras pessoas precisam de contato mais frequente com profissionais de saúde mental e prestadores de serviços sociais (por exemplo, para obter ajuda com questões de emprego e moradia). E algumas pessoas precisam de mais tempo no hospital e ficam doentes por muito mais tempo.

Independentemente do tratamento necessário, você provavelmente precisará continuar a tomar medicamentos, mesmo quando estiver bem, para manter os sintomas sob controle.

## Atitudes de outras pessoas

A maneira como as outras pessoas pensam sobre a esquizofrenia pode tornar a vida mais difícil do que o necessário. Algumas pessoas têm medo de que pessoas com esquizofrenia sejam perigosas.

É verdade que algumas pessoas agem de forma violenta quando apresentam sintomas psicóticos. Mas a maioria das pessoas com esquizofrenia nunca é violenta com outras pessoas.

## Seu plano de cuidados

Se você foi diagnosticado com esquizofrenia, deve receber um plano de tratamento. É aqui que você decide, junto com uma equipe de profissionais de saúde, o tipo de tratamento de que precisa.

O plano de tratamento dirá com que frequência você precisa fazer exames de controle da esquizofrenia e quem você deve contatar se começar a apresentar mais sintomas. Ele também deve incluir um plano para a realização de exames de saúde regulares e quaisquer serviços de apoio.

## Esquizofrenia: o que é?

Se você ainda não tiver um plano de tratamento, pergunte ao seu médico se é possível criar um. Dessa forma, você saberá o tipo de atendimento que deve esperar.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em [bestpractice.bmj.com](https://bestpractice.bmj.com). Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: [bmj.com/company/legal-information](https://bmj.com/company/legal-information). A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2024. Todos os direitos reservados.

