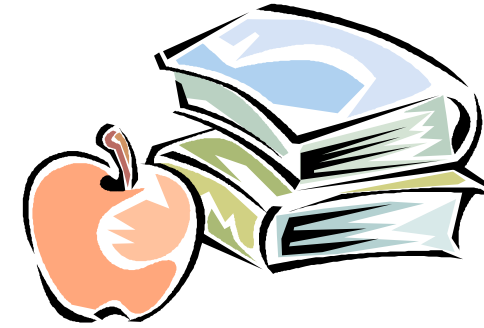




Panfleto #5b
Copyright 2001 WFSAD



¡No toques mis cosas!

- cuento para hermanos
adolescentes jóvenes

Panfleto Número 5b

ASOCIACIÓN MUNDIAL PARA LA ESQUIZOFRENIA
Y TRASTORNOS RELACIONADOS
(WORLD FELLOWSHIP FOR SCHIZOPHRENIA AND ALLIED DISORDERS)

124 Merton Street Suite, 507, Toronto ON, M4S 2Z2, Canada
Tel: +1.416.961.2855; Fax: +1.416.961.1948
Página Web: www.world-schizophrenia.org

Nuestros agradecimientos al
Fundación Skoll
por hacer posible la publicación de este material educativo.

“¡No toques mis cosas! ¡No entres a mi pieza! ”

Ese fue el saludo que recibió Joan cuando llegó del colegio. No terminaba de poner sus libros en la mesa cuando él comenzó a decirle nuevamente, “ me has estado espiando.”

Joan no supo qué decir o qué hacer. Allí se quedó con la boca abierta. El arranque de Tim la confundió totalmente. Él era su hermano, cinco años mayor que ella, y siempre lo habían pasado tan bien juntos. Ahora parecía eternamente irritado, enojado o simplemente sombrío.

¿Qué había hecho ella para hacerlo enojar tanto? ¿Había entrado a su habitación por algún motivo? No podía acordarse exactamente. Y ciertamente que ella no lo estaba “espiando”. Fue muy raro eso que le dijo.

Recogiendo sus libros, se dio vuelta y entró a la cocina. Llamó a Barb para preguntarle si la podía ir a ver. Podían charlar y tal vez hacer juntas las tareas.

Le contó a Barb lo que había pasado y Barb pensó que tal vez el problema era el trabajo del colegio de



Tim. Tenía que trabajar mucho para asegurarse de recibir su Certificado y tal vez eso lo tenía de mal genio.

Al volver a casa, Joan se sintió nerviosa por si Tim seguía enojado, pero no se le veía por ninguna parte. La mamá estaba en casa. Estaba preparando un guiso con arroz para la cena. Tim no bajó a la cena aunque la mamá lo llamó. Se que-

(c) Copyright World Fellowship for
Schizophrenia
and Allied Disorders, Marzo de 2001

Para obtener otros panfletos de la WFSAD, visita nuestro sitio web
www.world-schizophrenia.org
o envíanos un correo electrónico (e-mail) a
info@world-schizophrenia.org
o escríbenos a:
124 Merton Street, Suite 507
Toronto, ON, M4S 2Z2, Canada

Toronto, ON, M4S 2Z2, Canada

güentes son síntomas que uno puede esperar encontrar en una persona que sufre de una enfermedad psicótica como la esquizofrenia:

Las personas pueden:

- ◇ creer cosas extrañas que no son verdad.
- ◇ sentir que sus amistades y su familia están en contra de él/ella.
- ◇ escuchar sonidos extraños o voces que parecen provenir del mundo externo, o bien ver, oír, ó sentir le el gusto a cosas que no están allí.
- ◇ tener los pensamientos revueltos, lo que los confunde.
- ◇ ser incapaz de concentrarse o de tomar decisiones.
- ◇ sentir emociones alteradas.
- ◇ comenzar a creer que son personas famosas.

Imagínate cómo podrías sentirte si eso te pasara a ti. Piensa como podrías reaccionar con tus amigos o con tu familia. Por lo tanto, recuerda que debes tratar de ayudar y tratar de ser lo más comprensivo posible. Sin duda te sentirás nervioso/a, o alterado/a, o preocupado/a, por los eventos que están ocurriendo en tu familia. Si tu hermano/a que parece estar enfermo/a, te falta el respeto o es grosero contigo, trata de no tomar estos comentarios desagradables como si fueran un ataque personal, ya que son consecuencia de una enfermedad, y no es la real opinión de la persona que las dice.

Mientras antes se trata la esquizofrenia más probable es que la persona se recupere. Mientras más tiempo se deje la esquizofrenia sin tratar, es menos probable que se logre una recuperación completa. Entonces recuerda “los episodios psicóticos son malos para la salud”[⊗] y haz todo lo que puedas para que la persona vaya a ver al médico.

Texto de Diane Froggatt. Ilustraciones por Kate Ham

[⊗] Ian Chovil, en su programa educacional para colegios

Este Panfleto fue escrito por Diane Froggatt e
ilustrado por Kate Ham.

dó trabajando en su habitación.

Al día siguiente, Tim no fue al colegio y no quiso salir de su habitación. Habían estado sucediendo varias cositas raras como estas y podías darte cuenta que todos se estaban poniendo saltones y tensos en casa.

Al final, la mamá entró a su pieza y lo encontró dormido enroscado en una frazada. En toda la habitación habían trocitos de papel escritos. Al comienzo pensó que era el trabajo del colegio, pero al empezar a leerlos se dio cuenta que esto no era una escritura común y silvestre. No tenía mucho sentido y seguía y seguía oración tras oración. Supo que algo andaba terriblemente mal.

Esa noche, cuando todos estaban acostados, Joan se despertó y oyó que Tim caminaba por la casa murmurando consigo mismo. Se quedó en la cama ya que se puso nerviosa nuevamente, pero en la mañana oyó a Tim decirle a la mamá que había personas que le habían estado hablando toda la noche. La mamá parecía no querer hablar con Joan de ello pero finalmente Joan dijo, “Yo sé que algo anda mal y preferiría saber, que me lo digas todo, en vez de que todo quede como una especie de misterio.”

Dos semanas más tarde, la mamá llevó a Tim al médico de la familia ya que Tim no dormía de noche y parecía estar teniendo ideas extrañas sobre su familia. Tim dijo que sus pensamientos estaban todos revueltos y no lo dejaban dormir. El doctor no estaba seguro si Tim estaba con ansiedad debido a sus exámenes. Dijo que Tim debía asegurarse de tener una buena dormida y





sugirió que hiciera más ejercicio para que estuviera bien cansado, y tal vez hacer más deportes.

Varias semanas más tarde, el médico sugirió que Tim viera a un especialista y le dieran tratamiento para sus pensamientos revueltos. Tim estuvo de acuerdo aunque le dio vergüenza tener que contarle a la gente lo que estaba ocurriendo. Pero después de ver al especialista comenzó a tomar

unos medicamentos que le dio el médico quien le dijo que esperaba que le hicieran bien.

“Ven a ver el nuevo póster que me dio el papá de John”. Era Tim llamando a Joan desde su habitación. Ella acababa de llegar del colegio. Tim levantaba una reproducción de colores brillantes de uno de los héroes locales de fútbol. Se veía mucho mejor estos últimos días. Joan estaba feliz que Tim ya volvía a ser como antes.



Esperemos que en esta pequeña historia Tim realmente se estaba recuperando. Sin embargo, mucha gente de la edad de Tim (adolescencia tardía o alrededor de los 20 años de edad) dicen que “oyen hablar a gente” y que tienen “pensamientos revueltos y/o confusos.” Están sufriendo una enfermedad psicótica y requieren tratamiento para mejorarse. Cuando tienes una enfermedad psicótica, eso significa que no puedes saber la diferencia entre la realidad y la fantasía. A veces el mundo de fantasía parece tomar el mando de los pensamientos de la persona y se transforma en real para él/ella. En el caso de Tim, creer que su hermana lo estaba espiando es un ejemplo de ello. El especialista que Tim fue a ver era un psiquiatra, un doctor que se especializa

en enfermedades que afectan la mente y el cerebro.

Es fundamental que la gente consulte al médico si tiene experiencias raras como las que tuvo Tim, ya que obtener tratamiento lo antes posible es muy importante. Tim se sintió avergonzado y posiblemente sus síntomas le dieron vergüenza, pero la enfermedad mental no es más vergonzosa que cualquier otra enfermedad que puedas desarrollar. Las personas no tienen vergüenza de tener diabetes o artritis, luego ¿porqué habrían de tener vergüenza por padecer una enfermedad mental?

Existen varias enfermedades en que la gente no puede saber la diferencia entre la realidad y la fantasía. A veces, su mundo de fantasía es tan real para ellos que creen que ese es el mundo verdadero y no se les puede convencer de lo contrario. Una de estas enfermedades se llama esquizofrenia. La esquizofrenia puede ser tratada, pero casi siempre los afectados no pueden creer que les ocurre a ellos. Miedo, incredulidad y a veces la enfermedad misma les hace creer que nada anda mal.

Los hermanos y hermanas de personas que desarrollan esquizofrenia suelen sentirse culpables que de algún modo han hecho algo para que su hermano/a se enferme. Pero esto no es cierto. La esquizofrenia es una enfermedad como cualquier otra. No sabemos por qué algunas personas se enferman de diabetes o de artritis y lo mismo vale para esquizofrenia. Y aunque no sabemos que causa la diabetes o la artritis ni como curarla, afortunadamente tenemos tratamientos que ayudan a disminuir los síntomas. Así es que no te echas la culpa.

Otra cosa que a veces pasa es que la familia trata de proteger a los hermanos/as menores de que se enteren de la enfermedad. Esto no es una buena idea porque tienes que aprender y comprender porqué han cambiado las cosas en casa.

Los signos de la enfermedad se llaman síntomas. Recuerda que no todos los que sufren de esquizofrenia tendrán todos los síntomas. Los si-