

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: May 02, 2025

Esquizofrenia: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Tener esquizofrenia significa que a veces piensas y sientes de manera diferente a como lo harías normalmente. Es posible que pierdas el contacto con la realidad.

Esta afección puede ser aterradora y difícil de vivir. Pero los tratamientos adecuados pueden ayudar a controlar los síntomas.

Puede usar nuestra información para hablar con su médico y decidir qué tratamientos son adecuados para usted. Para obtener más información sobre lo que sucede en la esquizofrenia y sus signos y síntomas, consulte el prospecto *Esquizofrenia: ¿qué es?*

antipsicóticos

Los principales tratamientos para los síntomas de la esquizofrenia son los medicamentos llamados **antipsicóticos**. También es posible que escuches que se les llama **neurolepticos**.

Una vez que sus síntomas estén bajo control, existen otros tratamientos que pueden ayudarlo a sobrellevar su enfermedad y ayudar a prevenir episodios de síntomas psicóticos (llamados **recaídas**).

El principal problema de los antipsicóticos son los posibles **efectos secundarios**. Su médico debe trabajar con usted para encontrar el medicamento y la dosis que más le ayude y que le cause la menor cantidad de efectos secundarios. Pero esto puede llevar tiempo.

Por qué antipsicóticos?

Los antipsicóticos te calman cuando estás agitado o molesto. También reducen los síntomas de la esquizofrenia, como tener pensamientos extraños o angustiantes o escuchar voces.

La mayoría de los antipsicóticos se toman en forma de comprimidos. Pero algunos vienen en forma de inyecciones de larga duración. Las inyecciones pueden ser útiles si le resulta difícil recordar tomar los medicamentos.

Hay dos grupos principales de antipsicóticos:

Esquizofrenia: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

- los antipsicóticos más antiguos, de "primera generación", y
- los antipsicóticos más nuevos, de "segunda generación".

Tanto los antipsicóticos más antiguos como los más nuevos pueden funcionar bien, pero las investigaciones sugieren que:

- Los antipsicóticos más nuevos podrían ser mejores para prevenir una recaída, y
- Los efectos secundarios de los más nuevos parecen ser más fáciles de sobrellevar. Si le han diagnosticado esquizofrenia recientemente, es probable que primero le ofrezcan un antipsicótico más nuevo.

Es importante que siga tomando sus medicamentos después de que sus síntomas estén bajo control. Esto ayuda a prevenir los síntomas en el futuro. Pero los efectos secundarios pueden dificultar la toma de antipsicóticos.

Efectos secundarios

El principal efecto secundario de los antipsicóticos antiguos es que pueden afectar la forma en que el cerebro controla los músculos. Por lo tanto, es posible que sus músculos estén rígidos o temblorosos, o que se contraiga. También es posible que se sienta inquieto y tenga problemas para mantenerse quieto.

Los médicos llaman a estos problemas **trastornos del movimiento**. Si los medicamentos antipsicóticos le afectan de esta manera, es posible que su médico pueda recetarle otros medicamentos para ayudar a controlar estos efectos secundarios.

Otros efectos secundarios de los antipsicóticos pueden incluir:

- somnolencia
- inquietud
- estreñimiento
- una boca seca y
- aumento de peso.

El aumento de peso es más común con los antipsicóticos más nuevos. En algunas personas, los antipsicóticos más nuevos también pueden causar:

- Colesterol alto
- presión arterial baja (esto puede causar mareos) y
- bajo deseo sexual (esto es más probable con un medicamento llamado risperidona).

Estos medicamentos también pueden aumentar la probabilidad de contraer diabetes.

Si tiene problemas con los efectos secundarios, hable con su médico. Es posible que puedas cambiar a un medicamento diferente o probar una dosis más baja.

Esquizofrenia: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Los efectos secundarios de los antipsicóticos a veces se detienen después de haber estado tomando el medicamento durante un tiempo.

Un antipsicótico llamado **clozapina** a veces se usa cuando otros tipos no han funcionado. Funciona bien para la mayoría de las personas. Pero, en muy raras ocasiones, daña los glóbulos blancos de las personas, que ayudan a combatir las infecciones. Por lo tanto, debe hacerse análisis de sangre regulares cuando esté tomando clozapina.

También debe informar a su médico si tiene **estreñimiento** después de tomar clozapina. En algunas personas, esto puede ser un signo de efectos secundarios graves que este medicamento puede causar en el sistema digestivo.

Independientemente de los medicamentos que tome, su médico debe **revisar su tratamiento con regularidad** para asegurarse de que está recibiendo el tratamiento que más le ayuda, y que le causa la menor cantidad de problemas por los efectos secundarios.

Embarazo y valproato

Si usted es una mujer a una edad en la que podría quedar embarazada, su médico no debe recetarle un medicamento llamado valproato a menos que no haya otro tratamiento adecuado. El valproato causa graves defectos congénitos.

Si necesitas tomar valproato, tu médico debe asegurarse de que sigas un programa de **prevención del embarazo**. Esto significa que usted debe:

- hacerse una prueba de embarazo antes de tomar valproato
- recibir asesoramiento sobre los peligros del valproato y la necesidad de utilizar un método anticonceptivo eficaz mientras se toma
- Hacerse revisiones periódicas con su médico y un especialista.

Si tiene alguna pregunta sobre el valproato, no dude en consultar a su médico.

Tratamientos de habla

Una vez que tu afección esté bajo control, los tratamientos de conversación (**psicoterapias**) pueden ayudarte a sobrellevar la enfermedad y prevenir una recaída. Sin embargo, la mayoría de las personas aún tendrán que seguir tomando sus medicamentos antipsicóticos.

A continuación se presentan algunos de los tratamientos de conversación más comunes.

Aprender más sobre su enfermedad de un profesional capacitado puede ayudarlo a mantenerse bien. Puedes participar en un programa, ya sea por tu cuenta o con otras personas, para informarte sobre la esquizofrenia y cómo afrontarla, incluyendo cómo detectar los signos de una recaída y qué hacer al respecto.

La terapia familiar puede ayudarte a sobrellevar la enfermedad y a seguir con el tratamiento. También podría ayudar a prevenir una recaída.

Si recibe terapia familiar, usted y su familia se reúnen con un terapeuta. Todos aprenden más sobre la esquizofrenia y sobre las formas de comunicarse mejor y resolver problemas juntos.

Esquizofrenia: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Otros tipos de tratamiento de conversación también pueden ser útiles. Estos incluyen **la terapia cognitivo-conductual (TCC)** y **el entrenamiento en habilidades sociales**.

La TCC te ayuda a pensar de manera más positiva sobre tu vida y a encontrar formas de lidiar con los síntomas de la esquizofrenia.

El entrenamiento en habilidades sociales te ayuda a aprender, o reaprender, formas de llevarte bien con otras personas. Esto podría ayudar si se ha aislado debido a su enfermedad.

Su salud general

Cuando estás lidiando con un problema de salud mental, es fácil descuidar tu salud física. Esto es común entre las personas con esquizofrenia.

Los médicos deben ser conscientes de esto. Y su médico debe asegurarse de que usted se haga pruebas periódicas para detectar lo siguiente:

- Afecciones comunes como la diabetes
- problemas que pueden ser causados por sus medicamentos, y
- infecciones que tienden a ser más comunes en personas con problemas de salud mental, como la hepatitis y el VIH.

Pero hay cosas sencillas que puede hacer para mantenerse saludable, como:

- Comer con regularidad y de la forma más saludable posible
- dejar de fumar (si fuma) o reducir su consumo. Si necesita ayuda para dejar de fumar, hable con su médico, y
- Ser lo más activo posible. Esto no tiene por qué significar ir a un gimnasio o hacer deporte. El simple hecho de salir a caminar, tal vez en un parque favorito, puede ser un buen ejercicio. Y estar activo y al aire libre es bueno para la salud mental y física.

Ayuda no médica

Las personas con afecciones de salud mental, como la esquizofrenia, a menudo tienen problemas con cuestiones como la vivienda, los bajos ingresos, el empleo y el apoyo de familiares y amigos. Y a las personas les va mejor cuando reciben ayuda con estos problemas.

Es posible que escuches a tu médico llamar a este tipo de ayuda **apoyo psicosocial**. Es posible que él o ella pueda hacer arreglos para que usted obtenga ayuda en algunas de estas áreas.

Las personas con esquizofrenia que reciben ayuda con cuestiones como la vivienda, el empleo y el apoyo social tienden a sobrellevar mejor la situación en muchos aspectos, como tomar sus medicamentos con regularidad y no necesitar ser hospitalizados.

Esquizofrenia: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

