

# Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: May 02, 2025

## Esquizofrenia: quais são as opções de tratamento?

**Ter esquizofrenia significa que você passa por períodos em que pensa e sente de forma diferente do que normalmente faria. Às vezes, é difícil dizer o que é real.**

**Viver com esquizofrenia pode ser um desafio, mas os tratamentos certos podem ajudar a controlar os sintomas.**

**Essas informações são sobre os diferentes tratamentos para a esquizofrenia. Você pode usar essas informações para conversar com seu médico e decidir quais são os tratamentos certos para você.**

### Antipsicóticos

Os principais tratamentos para os sintomas da esquizofrenia são medicamentos chamados **antipsicóticos**. Você também pode ouvir esses chamados **neurolépticos**.

#### O que são antipsicóticos?

**Os antipsicóticos são medicamentos que ajudam a acalmá-lo durante episódios de psicose.** Eles podem reduzir sintomas como pensamentos angustiantes ou ouvir vozes. Uma vez que seus sintomas estejam sob controle, você provavelmente precisará continuar tomando antipsicóticos para evitar que esses episódios voltem. Quando os episódios voltam, isso é chamado de **recaída**.

A maioria dos antipsicóticos é tomada em comprimidos. Mas alguns vêm como injeções de longa duração. As injeções podem ser úteis se você achar difícil se lembrar de tomar medicamentos.

Existem dois grupos principais de antipsicóticos:

- **Antipsicóticos típicos:** você já deve ter ouvido os chamados antipsicóticos de primeira geração. Esses medicamentos mais antigos são bons para reduzir alucinações e delírios. Mas eles têm um risco maior de efeitos colaterais relacionados ao movimento.
- **Antipsicóticos atípicos:** você já deve ter ouvido os chamados antipsicóticos de segunda geração. Eles podem ser melhores do que os antipsicóticos típicos na

## Esquizofrenia: quais são as opções de tratamento?

prevenção de recaídas e podem ajudar com uma gama mais ampla de sintomas de esquizofrenia. No entanto, eles podem causar ganho de peso e outros efeitos colaterais.

Ambos os tipos de antipsicóticos funcionam bem. Se você foi diagnosticado recentemente com esquizofrenia, provavelmente receberá primeiro um antipsicótico atípico.

Existem muitos tipos de antipsicóticos atípicos e típicos. Seu médico conversará com você sobre os benefícios e efeitos colaterais para ajudar a escolher o melhor para você.

Pode levar mais de 4 semanas até você notar qualquer melhora nos sintomas. Os sintomas de algumas pessoas melhoram totalmente com antipsicóticos. Se eles melhorarem apenas parcialmente, seu médico pode prescrever outro antipsicótico para tomar ao mesmo tempo. Eles também podem tentar mudar para um antipsicótico diferente.

### Quais são os efeitos colaterais dos antipsicóticos?

O principal efeito colateral dos antipsicóticos típicos é que eles podem afetar a forma como o cérebro controla os músculos. Você pode achar que seus músculos estão rígidos ou trêmulos, ou que você se contorce. Você também pode se sentir inquieto e ter dificuldade em se manter quieto.

Os médicos chamam esses problemas de **distúrbios do movimento**. Se os medicamentos antipsicóticos o afetarem dessa forma, seu médico poderá prescrever outros medicamentos para ajudar a controlar esses efeitos colaterais. Eles também podem tentar mudar você para um antipsicótico diferente.

O principal efeito colateral dos antipsicóticos atípicos é o ganho de peso, mas alguns têm maior probabilidade de causar ganho de peso do que outros. Outros efeitos colaterais incluem:

- problemas com açúcar no sangue ou colesterol, que podem aumentar o risco de doenças cardíacas
- problemas de movimento, como tremores ou rigidez, embora sejam menos comuns do que com antipsicóticos típicos
- sensação de sono ou cansaço durante o dia
- inquietação, o que torna difícil ficar quieto
- tontura ao se levantar, devido à pressão arterial baixa
- infecções graves ou problemas musculares, mas isso é raro.

Os efeitos colaterais gerais dos antipsicóticos típicos e atípicos também incluem:

- torpor
- sono agitado
- constipação
- uma boca seca
- baixo desejo sexual.

## Esquizofrenia: quais são as opções de tratamento?

Se você está tendo problemas com efeitos colaterais, converse com seu médico. Você pode mudar para um antipsicótico diferente ou tentar uma dose mais baixa.

Os efeitos colaterais dos antipsicóticos às vezes param depois de você tomar o medicamento por um tempo.

Quaisquer que sejam os medicamentos que você toma, seu médico deve **revisar seu tratamento regularmente** para se certificar de que você está recebendo o tratamento que mais o ajuda, ao mesmo tempo em que causa o menor número de problemas causados por efeitos colaterais.

### outros medicamentos

Algumas pessoas com esquizofrenia podem ter sintomas adicionais, como depressão, ansiedade ou alterações de humor. Seu médico pode recomendar medicamentos diferentes para tratar esses sintomas. Você os tomará ao mesmo tempo que os antipsicóticos.

### Valproato e gravidez

O **valproato** é um medicamento às vezes usado para tratar mudanças de humor em pessoas com esquizofrenia. Se você é uma mulher em uma idade em que pode engravidar, seu médico não deve prescrever valproato, a menos que não haja outro tratamento adequado. Isso ocorre porque o valproato causa defeitos congênitos graves.

Se você precisar tomar valproato, seu médico deve seguir um **programa de prevenção da gravidez**. Isso significa que você deve:

- Fazer um teste de gravidez antes de tomar valproato
- Receber aconselhamento sobre os perigos do valproato e a necessidade de usar anticoncepcionais eficazes ao tomá-lo
- Fazer avaliações regulares com seu médico e um especialista.

Se você tiver alguma dúvida sobre o valproato, não hesite em perguntar ao seu médico.

### Suporte psicossocial

Quando seus sintomas estiverem sob controle, você receberá apoio psicossocial para ajudá-lo a controlar sua esquizofrenia. O apoio psicossocial inclui diferentes tipos de ajuda para melhorar seu bem-estar e evitar uma recaída. Inclui **tratamentos de conversação e apoio prático** em coisas como moradia, trabalho e relacionamentos.

### Tratamentos de conversação

Os tratamentos de conversação envolvem conversas regulares com um profissional especialmente treinado para ajudar pessoas com esquizofrenia. Eles podem ajudá-lo a entender seus pensamentos e sentimentos, controlar o estresse e encontrar maneiras saudáveis de lidar com seus sintomas.

Existem diferentes tipos de tratamentos de fala, e os mais comuns são explicados abaixo.

## Esquizofrenia: quais são as opções de tratamento?

- A **terapia cognitivo-comportamental** ajuda você a reconhecer e mudar pensamentos e comportamentos inúteis. Ele ensina novas maneiras de lidar com o estresse e se sentir mais no controle de suas emoções.
- A **terapia de remediação cognitiva** ajuda você a melhorar suas habilidades de memória, atenção e resolução de problemas. Isso pode facilitar as tarefas diárias e ajudar nas situações sociais ou de trabalho.
- A **psicoeducação** envolve aprender mais sobre a esquizofrenia e como gerenciá-la. Você também aprenderá como identificar os sinais de uma recaída e o que fazer a respeito.
- A **terapia familiar** envolve você e sua família se encontrarem juntos com um terapeuta. Envolve que todos aprendam mais sobre esquizofrenia, melhorem a comunicação e encontrem maneiras melhores de resolver problemas juntos.
- O **treinamento de habilidades sociais** ajuda você a melhorar a forma como você interage com outras pessoas. Ele se concentra em aprender melhores habilidades sociais e de comunicação para ajudá-lo a se sentir mais confiante em situações sociais. Isso pode ajudar se você ficar isolado por causa de sua esquizofrenia.
- A **psicoterapia de apoio** oferece apoio emocional e ajuda você a lidar com os desafios diários. Pode ser útil se você não estiver interessado em outros tratamentos de conversação ou se eles não forem adequados para você.

O tratamento de fala certo para você dependerá de suas necessidades e preferências individuais. Você pode conversar com seu médico para decidir qual opção é melhor para você.

### Suporte prático

Você pode descobrir que sua esquizofrenia dificulta encontrar ou manter um emprego. Você também pode achar difícil acessar o tratamento e o apoio social corretos. Tudo isso pode dificultar o gerenciamento da esquizofrenia. Mas há muito apoio disponível para ajudá-lo a manter seu tratamento e melhorar sua qualidade de vida. Seu médico poderá lhe mostrar como acessar esses serviços.

Por exemplo, existem programas chamados **emprego apoiado** que podem ajudá-lo a encontrar e manter um emprego. Ter um emprego pode ser uma parte importante de sua recuperação, pois pode reduzir suas chances de hospitalização e melhorar sua vida diária.

### Cuidando da sua saúde física

Quando você tem um problema de saúde mental, como esquizofrenia, é mais provável que negligencie sua saúde física. É por isso que é importante que seu médico consulte você regularmente. Eles podem garantir que você seja testado para:

- condições comuns, como diabetes
- problemas que podem ser causados por seus medicamentos
- infecções que tendem a ser mais comuns em pessoas com problemas de saúde mental, como hepatite e HIV.

## Esquizofrenia: quais são as opções de tratamento?

Também há coisas simples que você pode fazer para se manter saudável, como:

- evitando fumar, beber álcool ou usar drogas
- comer regularmente e da forma mais saudável possível
- manter-se ativo, mesmo que seja apenas fazer caminhadas regulares. Estar ao ar livre e se movimentar é bom para sua saúde física e mental.

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 2025. Todos os direitos reservados.

