

**ESQUIZOFRENIA
E O
CONTEXTO
FAMILIAR**

24 de Maio - 2021
Dia de Conscientização Sobre a Esquizofrenia

@elisabethvargas
@gestãodoconhecimento



Graças à ciência e à evolução humana nos seus diversos aspectos, hoje os desafios para se conviver com a esquizofrenia na sociedade são bem menores, mas ainda exigem muitos **conhecimentos e mudanças de comportamentos.**

Esta cartilha sintetiza algumas recomendações, que se colocadas em prática, tendem a equilibrar e harmonizar a vida de todos que de alguma forma estejam envolvidos com a esquizofrenia.

Boa leitura a todos!



@elisabethvargas
@gestãodoconhecimento

Ambiente Familiar Sadio é Fundamental



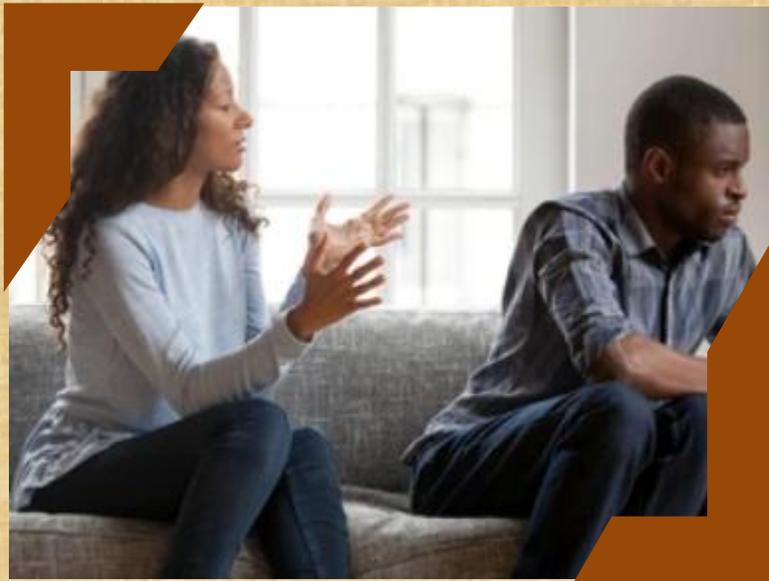
No mundo da esquizofrenia muitas mães são “abandonadas” por familiares e se sobrecarregam mentalmente, adoecendo sem perceber.

Aceitar o Diagnóstico



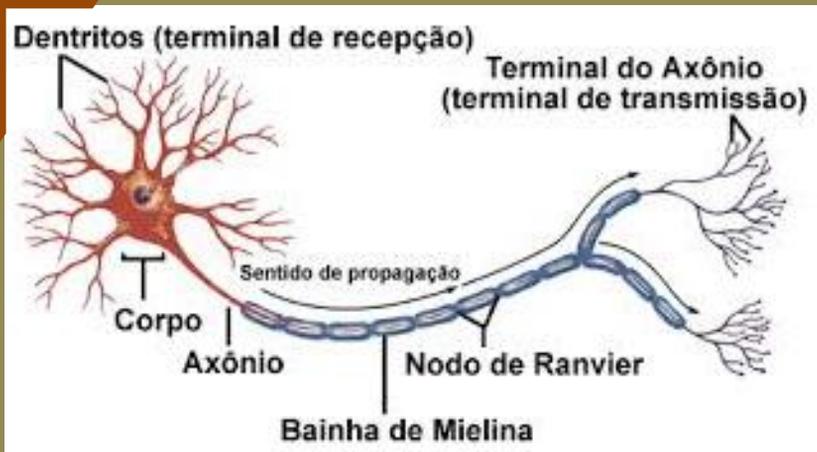
Aceitar o diagnóstico é o primeiro passo, a partir daí, buscar informações sobre o mundo da esquizofrenia e adotar o tratamento médico/psicológico. Normalmente os familiares também precisam de acompanhamento psicológico.

Acredite, A culpa não é Sua



Somos Mente, Corpo e Espírito e todos esses campos são passíveis de adoecimento.
Nem o portador nem ninguém da família tem culpa do diagnóstico de esquizofrenia.

A Ciência é a Grande Aliada para Tratar a Esquizofrenia



É comum buscar na religião as respostas, por achar que os delírios e as alucinações são espirituais. A religião pode dar um conforto espiritual, porém é o tratamento médico, com base na ciência, que tem demonstrado maiores impactos positivos.

Superproteção



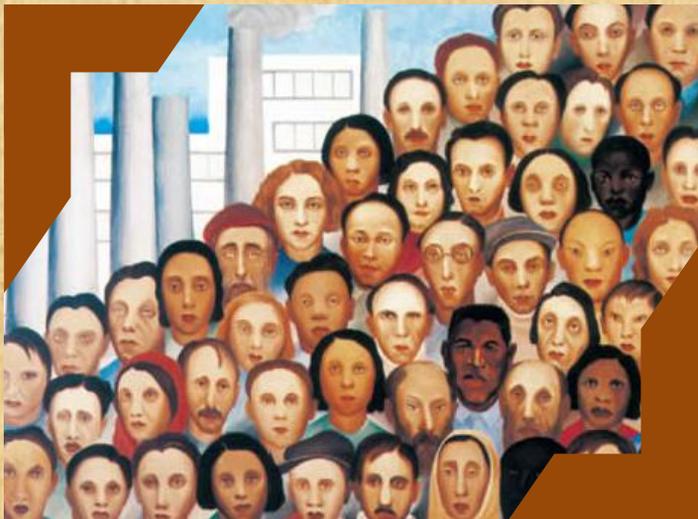
É comum a família ter um olhar maternal e super protetor, mas deve-se ter o cuidado para não retirar a autonomia da pessoa com esquizofrenia.

Dinâmica de Vida Saudável



A avolição (falta de vontade) é um dos sintomas negativos da doença, para diminuir sua intensidade, incentive a leitura, atividade física e terapia ocupacional.

Esquizofrênico e a Subjetividade “Um Modo de Ser”



Adquira conhecimentos peculiares sobre a esquizofrenia e dissemine o máximo que puder. É a melhor maneira para quebrar barreiras e preconceitos da sociedade.

Fortaleça a Autoestima



O portador de esquizofrenia já convive com os seus desafios diários, portanto, evite apontar com hostilidade os comportamentos que a sociedade julga errado. Ajude-o fortalecendo seus pontos positivos.

Ser Cuidador Requer Autocuidado



A pessoa que ocupa o lugar de um cuidador terá mais sucesso neste papel se for também um cuidador de si mesmo.

Socialize-se



A ajuda mútua é imprescindível, há muitos grupos nas redes sociais trocando experiências sobre como conviver com a esquizofrenia na família. Conte com esta possibilidade.

“A pessoa com esquizofrenia e que está medicada pode ter uma vida praticamente normal, apenas um pouco mais limitada..., mas com amor e paciência aliados as terapias e tratamentos médicos, posso lhe afirmar que **Sim, é possível conviver com a pessoa com Esquizofrenia**”.

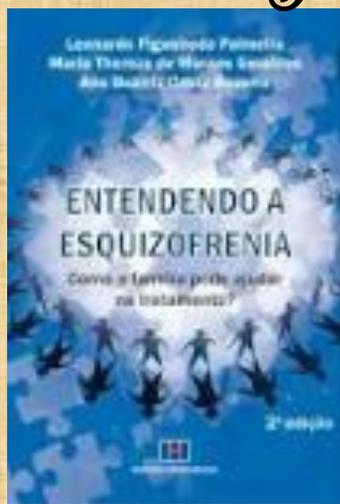
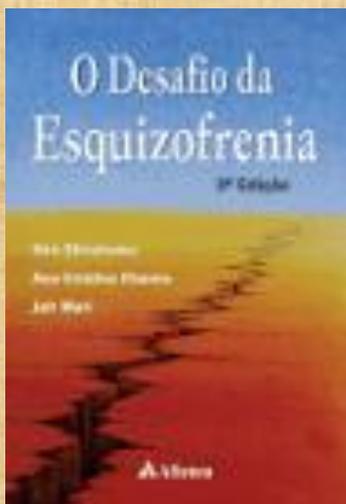
Sarah Nicolleli

*Presidente da Associação Mãos de Mães de
Pessoas com Esquizofrenia (AMME)
Ativista em Saúde Mental*

Conteúdo desta cartilha foi baseado:

<https://www.psicologiasdobrasil.com.br/mae-desmistifica-esquizofrenia-e-oferece-12-dicas-para-familiares-conviverem-melhor-com-doenca/>

Conhecimento e a Esquizofrenia Devem Andar Juntos



@elisabethvargas
@gestãodoconhecimento

@elisabethvargas
@gestãodoconhecimento



Elisabeth Vargas

Psicóloga / Especialista em Gestão do Conhecimento

www.elisabethvargas.com.br