



Ideas equivocadas sobre la esquizofrenia

Ideas equivocadas sobre la esquizofrenia

- No es una enfermedad.
- Es un problema poco frecuente.
- Es algo ajeno que les pasa sólo a los demás, nunca nos puede pasar a nosotros.
- La persona afectada por la esquizofrenia y/o sus familiares son culpables de su enfermedad.
- Seguro que ha tomado drogas.
- No sufren por lo que les pasa.
- Son ellos los que se aíslan.
- Son malas personas.
- Se inventan cosas y se comportan así a propósito.
- Todo comportamiento extraño o inusual es señal de esquizofrenia.
- Les gusta llamar la atención.
- Siempre hablan a gritos.
- Siempre dicen tonterías.
- No se puede creer en lo que dicen.
- Aunque sigan un tratamiento y se hayan recuperado, son personas de segunda clase.
- No son capaces de tomar decisiones propias.
- No pueden opinar.
- No pueden informar sobre lo que les pasa.
- No pueden vivir como los demás, no pueden casarse ni tener hijos.
- No tienen nada positivo, la enfermedad lo es todo.
- No pueden trabajar.
- No se recuperarán jamás, son incurables.
- Es mejor vivir lejos de ellos.
- Tener un centro de rehabilitación o una residencia en el barrio hace feo y lo desvaloriza.
- Son personas violentas, impredecibles y peligrosas.
- No pueden cuidarse por sí mismos y han de estar ingresados y vigilados en alguna institución aislada.
- Todas las personas con enfermedad mental son iguales.
- No hay nada que yo pueda hacer.

La lista sería muy larga. Quizás a ti se te ocurran otras.

Más ideas equivocadas: ¿qué NO ES esquizofrenia?

- No es mortal.
- No es contagiosa.
- No es siempre hereditaria.
- No es la consecuencia de una mala educación.
- No es un castigo por algo que se haya hecho.
- No es “estar loco”.
- No es tener un retraso mental (es un trastorno diferente).
- No es tener doble personalidad.



Ideas equivocadas sobre la esquizofrenia

- No es sinónimo de debilidad, ni de ser débil de carácter.
- No es ser vago, ni perezoso, ni torpe.
- No es que “no pongan de su parte”.
- No es que no quieran mejorar.
- No es ser insensible ni indiferente a todo.
- No es una excusa para no trabajar (como tampoco lo es el cáncer).
- No es algo que alguien es (“un esquizofrénico”).
- No es ser agresivo, ni violento, ni peligroso.

Entonces, ¿por qué se habla de violencia?

Seguro que has visto en la tele alguna estremecedora noticia sobre algún suceso violento en la que dicen algo así como que: “al parecer, el joven padece esquizofrenia y estaba en tratamiento psiquiátrico”. Pero, ¿a que no te has podido enterar después de todas las demás circunstancias en que se encontraba esa persona desde hacía tiempo y que también pueden haber influido en aquella tragedia? ¿A que no has escuchado ninguna noticia sensacionalista de ese tipo en la que el presunto autor fuera un diabético, o un hipertenso, que estaba en tratamiento médico y había tenido varios ingresos?

Seguro que también has visto alguna película en la que lo que sucede es que el criminal “está loco”. Pero, ¿a que no has visto nunca un programa o una película o un documental que refleje la vida cotidiana (en casa, en el trabajo, con los amigos) de una persona con esquizofrenia? Esa imagen nunca se ve. **Lo normal y lo cotidiano no es noticia.** Si como dijimos esta enfermedad afecta al 1% de la población, ¿dónde están el resto de miles de afectados por la enfermedad que no han matado, ni van a matar, a nadie?

Los medios de comunicación siempre buscan captar la atención, la alarma social, y el impacto. Por eso a veces tratan cuestiones muy complejas de una forma muy simple. Así que a menudo presentan la violencia criminal (entre otras cosas que hace el ser humano y que no nos gustan) como si ésta fuera sinónimo de enfermedad mental. Pero eso no es así. Un caso aislado no representa a la mayoría. Y dar una visión parcial de algo que es complejo no aporta ningún conocimiento, lo único que hace es que siga sin entenderse. Lo que consiguen ese tipo de noticias es desinformar en lugar de informar.

Por otra parte, la sociedad prefiere escandalizarse porque también se queda más tranquila si culpa a “una enfermedad” misteriosamente poderosa de todo aquello que no puede entender ni controlar. A cualquiera nos pueden pasar cosas, la vida es oportunidad pero también es riesgo, y no hay respuestas para todo ni garantías absolutas de nada. La sociedad tampoco asume su parte de responsabilidad en todo esto ni admite su propio sentimiento de vergüenza (al preguntarse que podía haber hecho para evitarlo o por qué ocurren cosas así). Y aparta de esta manera su propio miedo a la “locura” (cualquier persona es susceptible de desarrollar una enfermedad mental, y cualquiera en una situación límite puede llegar a cometer un acto violento).

Pero la realidad es muy distinta. Es el miedo colectivo el que origina la presunta amenaza que suponen y no al revés, de forma que **el grado de miedo que siente el entorno es mucho mayor que el grado de riesgo real.** Las personas que padecen enfermedades mentales no son



Ideas equivocadas sobre la esquizofrenia

más peligrosas que el resto de la gente. La mayoría de los que cometen actos violentos no padecen ninguna enfermedad mental, son responsables de ello, no tienen remordimientos y no deben ser confundidos. Suelen haber tenido circunstancias vitales difíciles y proceder de ambientes sociales desestructurados, a menudo están bajo los efectos de las drogas y/o tienen antecedentes de comportamiento violento, siendo estos los factores que elevan significativamente la probabilidad de cometer actos de violencia.

¿Recuerdas los síntomas (positivos y negativos) de la esquizofrenia? La violencia no es ninguno de ellos. La violencia es algo inespecífico, no es una enfermedad, y lo socialmente inadmisibles debe definirlo la sociedad. La agresividad forma parte de la naturaleza del ser humano, como ser vivo y como ser social. Así que las personas que padecen un trastorno esquizofrénico no son violentas por definición, como tampoco tiene por qué serlo ninguna otra persona.

La gran mayoría de estas personas son entrañables, honestas, sinceras, sensibles, pacíficas y nada agresivas, así que no es frecuente que utilicen la violencia contra otras personas. Es más, prefieren estar solas y tienden a evitar situaciones problemáticas. Con más frecuencia son víctimas (de la violencia de la sociedad, de la discriminación) que agresoras. Pueden recuperarse e integrarse, pero sólo si la sociedad las acepta y acoge de vuelta.

Como en todas las cosas de la vida, en la esquizofrenia también hay una parte impredecible e inevitable. En algunos casos, si la enfermedad se descompensa y predominan los delirios y las alucinaciones, los afectados pueden mostrarse más o menos alterados. Incluso, en casos aislados, pueden llegar a cometer actos agresivos contra otras personas, porque la enfermedad hace que, en determinados momentos, no sean dueños de sus pensamientos ni, por tanto, de sus actos. Cuando esto ocurre, la violencia es debida al empeoramiento de la enfermedad, al abandono del tratamiento y/o al consumo de alcohol o drogas. No es debida a la persona. Tampoco es sólo un fracaso de los servicios sanitarios y sociales, es un fracaso de toda la sociedad. Porque la esquizofrenia puede y debe prevenirse y tratarse antes de forma eficaz, pero para ello debe eliminarse el estigma que tanto dificulta la recuperación.

Por cierto, ¿sabías que cuando por culpa de esta enfermedad se producen actos violentos, lo más frecuente es que los cometan contra sí mismos (suicidio, autoagresiones)? Pero esto tampoco suele salir en la tele.

Más casos aislados

Las personas con esquizofrenia son simplemente personas que padecen una enfermedad que se ha llamado esquizofrenia.

Así que, independientemente de la enfermedad, también hay casos aislados y excepcionales en el otro extremo -como los hay en el resto de la población. ¿Has visto la película "Una mente maravillosa"? Cuenta la historia de John Nash, un ejemplo de cómo las personas con esquizofrenia pueden conseguir llevar una vida normal e incluso alcanzar uno de los mayores éxitos profesionales imaginables, como el Premio Nobel de Economía que le fue concedido en 1994.



Ideas equivocadas sobre la esquizofrenia

La película refleja bastante bien cómo se truncó su vida personal y profesional al enfermar, su sufrimiento, y las diferentes etapas y estados por los que pasó este matemático hasta lograr un nivel de recuperación aceptable. Aunque muestra los anticuados (¡casi del jurásico!) tratamientos que se usaban en aquéllos años (su enfermedad empezó allá por 1950), subraya cómo en la actualidad las perspectivas de las personas con esquizofrenia han mejorado mucho, gracias al desarrollo de nuevos tratamientos y formas de abordarla.

Porque sobre todo enseña cómo sus posibilidades de recuperación aumentan cuando se decide a hacer frente a lo que le ocurre y es tratado con dignidad y respeto, sin ser discriminado por su enfermedad. El refugio que le ofrecieron su familia y amigos evitó que, incluso en aquella época, terminara para siempre encerrado en algún asilo. Su integración social y laboral fue fundamental para su recuperación.

Es difícil conocer cuál es este otro porcentaje de casos aislados que, pese a padecer un trastorno esquizofrénico, sobresalen en otros aspectos de su vida. Hay artistas que confiesan en público que tienen cáncer, modelos que han caído en las garras de la anorexia nerviosa, políticos que sufren la enfermedad de Alzheimer... Y se sabe porque se han atrevido a decirlo. Este atrevimiento les hace más humanos a nuestros ojos, nos despiertan compasión y ganas de animarles en su lucha.

Pero en el caso de la esquizofrenia no es así. Las personas afectadas tienen que ocultar su enfermedad, y cuando deciden seguir un tratamiento lo llevan muy en secreto. Ya no viven tras los muros de un manicomio, pero siguen viviendo tras los muros de sus casas y del silencio. Y eso duele.

Lo que más preocupa a estas personas es que se asusten de ellas y les tengan miedo, porque esa es la idea que ofrece la tele. Una imagen sensacionalista y totalmente injusta. ¿Por qué? ¿Sólo porque aún no se conoce la causa de la enfermedad? A día de hoy, la enfermedad mental es menos aceptada que otras enfermedades (para los medios de comunicación, parece que incluso menos que los casos de corrupción política, delincuencia cotidiana o violencia entre vecinos).

Así que la mayoría de los afectados son personas calladas, anónimas, que no molestan, que no se quejan, que viven a escondidas, que no pueden ejercer sus derechos y que, por eso, tampoco cuentan para que los gobiernos les destinen recursos.

Parece que sólo existen cuando cometen un delito, y que el sistema se queda esperando a que pasen las cosas y sólo interviene en los casos extremos. Eso sí que es violencia. Pero este tipo de violencia no produce ninguna alarma social. Siempre es más fácil buscar un culpable cuando ocurre algo.

A día de hoy, no se les puede pedir a las personas afectadas por esta enfermedad que hablen de ella como si nada. Porque si cuando alguien lo dice luego le despiden o le rechazan de mil maneras o le marcan como “un enfermo mental”, le va a resultar más difícil recuperarse. Y así no le entran ganas de decir nada a nadie.