



PSICOSIS

Es posible recuperar una vida plena

¿Qué es la psicosis?

La psicosis es un conjunto de síntomas en los que la persona tiene dificultad para distinguir entre **lo real y lo que su mente interpreta como real**. Puede incluir:

- Delirios: creencias firmes que no se ajustan a la evidencia (p. ej., “me persiguen”, “me controlan”).
- Alucinaciones: oír voces o ver cosas que otras personas no perciben.
- Pensamiento desorganizado: habla confusa o difícil de seguir.
- Conducta extraña o aislamiento marcado.



Señales para consultar

- Escuchar voces, ver cosas o sentir presencias que otros no perciben.
- Ideas de persecución, daño, vigilancia o “mensajes ocultos” (TV/redes).
- Desconfianza extrema o miedo intenso sin causa clara.
- Lenguaje confuso, desconexión en la conversación o comportamiento raro.
- Aislamiento progresivo, caída académica/laboral, descuido del aseo.
- Insomnio de varios días con aumento de irritabilidad o conducta impulsiva.



¿Cómo se evalúa?

- **Historia clínica completa:** inicio, duración, evolución y funcionalidad.
- **Riesgo y seguridad:** ideas suicidas, agresividad, autoabandono.
- **Causas médicas/neurológicas:** infecciones, alteraciones metabólicas/hormonales, epilepsia, medicinas.
- **Sustancias:** cannabis, cocaína, anfetaminas, alcohol u otras.
- **Comorbilidades:** depresión, bipolaridad, ansiedad, trauma, insomnio severo.
- **Exploración mental + examen físico,** y estudios según el caso.



Tratamiento de la psicosis

- **Estabilización con antipsicóticos** (base del tratamiento), ajustados a cada persona.
- **Psicoeducación y acompañamiento familiar:** reduce recaídas y mejora adherencia.
- Psicoterapia especializada (TCC para psicosis) y rehabilitación psicosocial.
- **Prevención de recaídas:** sueño estable, reducción de estrés, evitar alcohol/drogas.
- **Monitoreo médico integral:** peso, glucosa, lípidos y efectos secundarios.



Señales de alarma

- **Ideas o intentos de suicidio, o voces que ordenan “hacerse daño”.**
- **Agitación severa,** violencia, fuga, o conducta peligrosa.
- **Confusión intensa,** desorientación, incapacidad para cuidarse (no comer/no beber).
- **Alucinaciones y delirios** que aumentan rápido en horas o pocos días.



Fuentes

- World Health Organization (WHO). Esquizofrenia. WHO Newsroom – Fact sheets; 2025 Oct 6. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/schizophrenia>
- National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Psychosis and schizophrenia in adults: prevention and management (CG178). London: NICE; 2014 (last reviewed 2025 Jul 29) Available from: <https://www.nice.org.uk/guidance/cg178>
- World Health Organization. mhGAP Intervention Guide – Version 2.0 [Internet]. Geneva: WHO; 2019 [cited 2026 Jan 25]. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241549790>
- Tse L, Barr AM, Scarapicchia V, Vila-Rodriguez F. Neuroleptic malignant syndrome: a review from a clinically oriented perspective. Curr Neuropharmacol. 2015;13(3):395–406. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4812801/>



 **Paz y Luz Mental**  **+502 5909 1680**  **@pazyluzmental**

Atención profesional, humana y confidencial

www.pazyluzmental.com

