

# Primer episodio de psicosis y cómo detectarlo a tiempo: señales, ruta de atención y claves para la recuperación

*Si bien estos episodios son recurrentes en personas que tienen cierta predisposición a enfermedades como la esquizofrenia, también pueden aparecer en quienes se someten a estrés extremo o un uso abusivo de drogas.*

The Pitt, la serie de plataforma que retrata una jornada laboral del personal de urgencias en el Centro Médico de Traumatismo de Pittsburgh (USA), y que ha sido un éxito de visualizaciones, presenta -en su episodio decimocuarto- el caso de una joven que por primera vez sufre de alucinaciones. Y aunque se descarta que se trate de un primer episodio de psicosis, deja planteada la duda de si ello podría ocurrirle a cualquier persona, más allá del estado de su salud mental.

El investigador de la Universidad de O'Higgins (UOH) y Doctor en Psiquiatría y Cuidados Comunitarios, Dr. Rubén Alvarado, explica que los primeros episodios de psicosis pueden presentarse tanto en el contexto de enfermedades como la esquizofrenia, que afectan aproximadamente al 1 % de la población, como en personas sin trastornos psiquiátricos previos, y que son expuestas a situaciones de estrés extremo o al consumo de determinadas sustancias. "Cualquier persona puede vivir una experiencia psicótica, no es exclusivo de quienes tienen una enfermedad mental diagnosticada; un evento traumático o el uso de alucinógenos pueden alterar la percepción y desencadenar alucinaciones auditivas, visuales o de otro tipo", advierte el Dr. Alvarado.

Según el investigador, estudios en países nórdicos revelan que

hasta un 15 % de la población reporta alguna alucinación aislada, pero ello no implica necesariamente un trastorno psiquiátrico. “Hay personalidades con mayor predisposición a estas experiencias, pero sólo una minoría progresa a un cuadro psicótico clínico”, puntualiza.

### **Primer episodio**

La trayectoria hacia un primer episodio de psicosis suele iniciarse con cambios sutiles en el estado de ánimo que pueden durar casi un año. Luego aparece un retraimiento social progresivo y, finalmente, la persona experimenta alucinaciones, principalmente auditivas: “Escuchar voces que comentan acciones o dan órdenes es lo más característico. Al principio genera angustia y confusión, pero con el tiempo la persona tiende a aceptar esa nueva realidad”, señala el investigador.

Frente a estos síntomas, la recomendación es buscar ayuda sin demora. El protocolo GES en Chile establece que, tras una evaluación inicial en atención primaria –CESFAM o médico de cabecera–, la derivación a un psiquiatra debe realizarse dentro de los 30 días siguientes. El diagnóstico temprano permite iniciar cuanto antes un tratamiento farmacológico y psicosocial, reduciendo no solo la angustia, sino también el riesgo suicida asociado.

### **ONTRACK**

OnTrack, el programa liderado por el Dr. Alvarado en la Universidad de O’Higgins, corresponde a una nueva generación de formas de organizar los cuidados para estas personas en Chile. Tras optimizar la detección en atención primaria y capacitar equipos para reducir el tiempo de demora diagnóstica, OnTrack introduce un modelo de cuidados integrales que va más allá de la medicación.

“En el modelo de cuidados de OnTrack -explica-, combinamos varios tipos de cuidados dentro de un plan integral de

tratamiento: atención médica, apoyo a la salud física, trabajo con la familia y con otros ambientes sociales, como la escuela o el trabajo. Nuestro énfasis está en el 'recovery': ayudar a la persona a reconstruir su vida, retomar roles como los de hijo o hija, padre o madre, o estudiante, e insertarse laboralmente tras la vivencia psicótica".

Los resultados preliminares de OnTrack muestran una mejora en la calidad de vida y un aumento en la adherencia al tratamiento, acortando los periodos de hospitalización y favoreciendo la reintegración social.

Con la mirada puesta en expandir esta experiencia, el equipo de la Universidad de O'Higgins aspira a apoyar el desarrollo del Plan Nacional de Salud Mental, consolidando el enfoque de "recovery" dentro los cuidados que se brindan en los dispositivos de atención en salud mental, a través de un programa de transferencia que se espera iniciar los próximos meses.