



¿Tomas medicamentos psiquiátricos?

ENMENTAL



Infórmate sobre ellos, no caigas en mitos.

MITO

Los medicamentos psiquiátricos producen adicción

REALIDAD

La mayoría de los psicofármacos son **seguros y bien tolerados**. Muchos no cuentan con características que generen adicción, ni dependencia, ni acostumbra a los pacientes a tomarlos. **Un control y seguimiento médico** dará seguridad que esto **no ocurra**.

MITO

Si tomo licor con las pastillas psiquiátricas me intoxicó

REALIDAD

Es muy importante **no mezclar** no solo los psicofármacos, sino cualquier **medicamento** con licor. Hacerlo puede llevar a aumentar el **riesgo de toxicidad**, daño del hígado, aumento de efectos secundarios y de producir síntomas que comprometan su estado de salud de forma importante. Es importante consultar a su médico sobre este tema.

MITO

Las pastillas psiquiátricas me sedan, me dan sueño.

REALIDAD

Algunos psicofármacos **pueden producir sueño**, en estos casos el médico indicará que **se tomen de noche**. En otros casos hay medicamentos que deben ser tomados en el día y en casos individuales, **pueden producir somnolencia**. Si esto le genera molestias, debe consultar a su médico. Hay **alternativas** como cambio de horario, cambiar dosificación o medicación y así lograr que no interfiera con sus actividades diarias.

MITO

Las pastillas psiquiátricas me cambian la personalidad

REALIDAD

Los psicofármacos **no pueden cambiar la personalidad**, de hecho, no existe ningún medicamento que lo haga. Sin embargo, **si pueden aliviar los síntomas afectivos**, del comportamiento e incluso a nivel del pensamiento; pero **no cambiarán la forma de ser**.

MITO

Debo **aguantar** los efectos secundarios

REALIDAD

No, es muy importante que consulte lo antes posible a su médico si presenta síntomas que **no espera o que le generan alarma**, para que le indique si suspende o continúa el medicamento.

MITO

Las enfermedades en la salud mental son muy raras.

REALIDAD

En el mundo **1 de cada 5** personas sufre un problema de salud mental. Las personas con este tipo de **enfermedades** pueden tener dificultades para acceder a la atención médica por muchos factores como el contexto social, familiar, el acceso a la salud, los estigmas generados que limitan la consulta oportuna. Si sospecha que usted o alguien cercano a usted puede tener un problema en su salud mental **no dude en contactar** a su médico lo más pronto posible.

MITO

Si tomo medicamentos estoy loco o loca

REALIDAD

A nivel social **aún existen personas que desaprovechan** la medicación y estigmatizan a las personas que necesitan el tratamiento, en muchos casos lo hacen basados en la **falta de información**. Es importante aceptar que la salud mental es como **cualquier** otra enfermedad y **necesita tratamiento**, sin que ello implique una degradación moral o social de la persona. Retrasar o no realizar una consulta profesional por temor al "qué dirán" puede llevar a que los síntomas **empeoren** y a un **deterioro en la calidad de vida**.

MITO

Soy demasiado joven para tomar pastillas psiquiátricas

REALIDAD

La enfermedad mental puede presentarse en cualquier **edad**, dentro de este grupo hay diferentes enfermedades que pueden comprometer la atención, el comportamiento y el estado del ánimo. Los síntomas que se presentan en los niños o en los jóvenes requerirán **manejo terapéutico como primera opción**. Si los síntomas son severos puede ser necesario el manejo con **medicamentos**. Es importante asistir a su médico para tener una valoración completa que aclare su **diagnóstico** y el **tratamiento** que debe recibir.

MITO

Los medicamentos psiquiátricos me pueden volver una persona violenta

REALIDAD

Los psicofármacos se utilizan para el **manejo de comportamientos agresivos** en algunos pacientes, disminuyendo su impulsividad y ayudando a poner un freno a sus acciones. En algunos casos muy puntuales **pueden tener efectos paradójicos** (contradictorios) o efectos indeseados, siendo **importante que consulte** a su médico si esto ocurre para poder **resolver la situación** dándole otras opciones de tratamiento.

Somos ENMENTAL, un sitio web psicoeducativo dedicado a la salud mental de niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Para más información, visita: <https://www.javeriana.edu.co/enmental>

Bibliografía

- Dulcan, M. K. (Ed.). (n.d.). Child and adolescent psychiatry: A concise guide. American Psychiatric Association.
- Green, W. H. (n.d.). Child and adolescent clinical psychopharmacology (3rd ed.). Williams & Wilkins.
- Rey, J. M. (Ed.). (2015). IACAPAP e-textbook of child and adolescent mental health. International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions.
- Willens, T. (n.d.). Use of psychotropic drugs in kids. In Harvard Medical School (Ed.).

Agradecimientos

- Creación** Laura Medina Alonso, MD Esp. psiquiatría y salud mental de niños y adolescentes.
- Revisión** Juan David Filizzola Bermúdez, MD Esp. psiquiatría general
- Coordinación** Andrea Carolina Bello-Tocancipá, BSc. Psicología e investigación en salud mental.
- Producción y revisión** Laura Ospina-Pinillos MD, PhD, Esp. Psiquiatría de niños, adolescentes y familia
- Diseño gráfico** Laura Galindo Van-Strahlen. Artista visual.