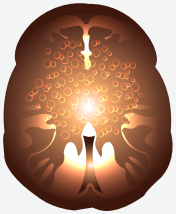
Psiquiatría &
Salud Mental
Dr. Rodolfo Alpizar Rivas
Dra. Mercedes Rivas Torres



Boletín No. V Año I

T.O.C.

Trastorno Obsesivo Compulsivo

Está ahí adentro, atormentando, quitando la paz interior y aunque queramos ignorarlas o simplemente suprimirlas, se fabrican incesantemente, una y otra vez hasta intentar tomar el control de la propia existencia humana.

¿Qué es?

El Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) pertenece a los trastornos de ansiedad.
Son ideas, pensamientos o impulsos persistentes e ilógicos, en ocasiones inadecuados, que no desaparecen a pesar del razonamiento; se presentan alterando a la persona con ideas o actos repetitivos que tienen como objetivo disminuir la ansiedad.

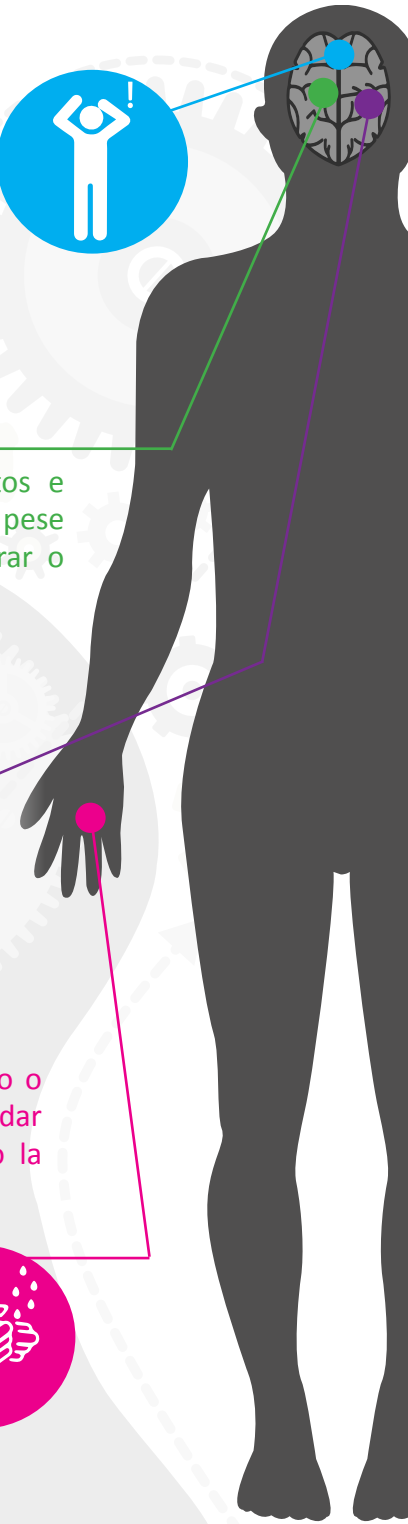
Quien sufre de Trastorno Obsesivo Compulsivo, reconoce que las obsesiones las fabrica en su mente.

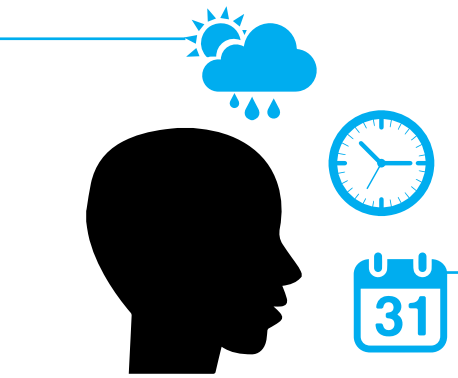
Incluso, el hecho de no llevar a cabo el ritual, puede generar una gran ansiedad y desestabilizar a la persona que lo sufre.

Las ideas, pensamientos e imágenes se presentan pese a que se intenta ignorar o suprimir esos impulsos.

¿Qué ocurre?
El paciente diseña estas reglas para neutralizar el malestar que ocasionan las ideas absurdas u obsesivas.

El comportamiento compulsivo o los rituales pueden incluso tardar varias horas al día, afectando la calidad de vida de la persona.





Tómelo en cuenta

- Es muy importante medir o contar las obsesiones y compulsiones; el tipo, el número y la frecuencia con que suceden;
- el tiempo del año en que se presentan;
- es fundamental comprometer al paciente y a los familiares para acompañarlo en todo el proceso de tratamiento.

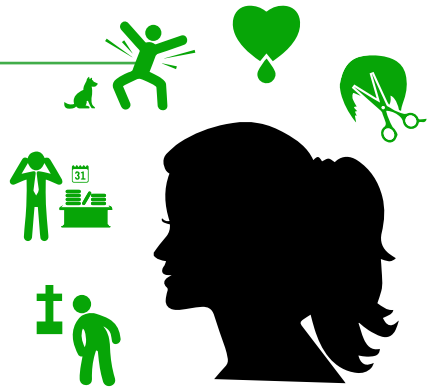
Las compulsiones

Son conductas repetitivas e intencionales que se efectúan como respuesta a una idea de manera estereotipada y siguiendo determinadas reglas personales.

Ejemplo: caminar sin pisar las rayas, porque algo malo va a ocurrir. Normalmente, el paciente reconoce que la conducta es irracional, pero no logra suprimirla, lo cual ocasiona alteraciones en la vida familiar, social o de pareja.

Obsesiones-compulsiones:

- Tricomanía: quitarse el pelo en diferentes partes del cuerpo.
- *Skin-picking*: autoagresiones en diferentes partes del cuerpo.
- Temor a contaminarse con el ambiente.
- Orden excesivo.
- Ideas religiosas, entre otras.



Considerada como una de las patologías más apasionantes dentro de la psiquiatría contemporánea, el Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) es más común de lo que pensábamos.

Pertenece a los trastornos de ansiedad, y es uno de los diagnósticos que ha llamado poderosamente la atención de los especialistas en las últimas décadas, debido a la variedad de síntomas, su cercana relación con los desórdenes de ansiedad, la presentación subclínica de su sintomatología, y el dimorfismo corporal "sentir y percibir su cuerpo diferente".

Este trastorno consiste en obsesiones tormentosas que se apoderan del interior, de las profundidades de la mente humana, para luego dar paso a acciones repetitivas y convertir a quien lo sufre en prisionero de su propia existencia.

Charles Darwin
Naturalista inglés; hoy, sus investigaciones son la base fundamental de la biología moderna.

Immanuel Kant
Filósofo alemán de la Ilustración.

Albert Einstein
El científico más importante del siglo XX, autor de la teoría de la relatividad general, entre otros aportes.

Walter Elias Disney
Cineasta y fundador de Walt Disney Company.

Aunque se cree que es una enfermedad que se ha disparado en las últimas décadas, a lo largo de la historia de la humanidad se ha descrito casos de personajes vinculados con diversas disciplinas artísticas, científicas y de otras índoles, que han sufrido agobiados por ideas obsesivas que incluso pueden llegar a ser absurdas.

Generalmente, es en el núcleo familiar donde se identifica el inicio de las primeras conductas, que están muy relacionadas con situaciones estresantes.

Entendiendo este trastorno

En algunas ocasiones, quienes lo padecen entienden que sus obsesiones y compulsiones no tienen sentido, pero se sienten atrapados, pues necesitan tener el control sobre situaciones que sienten amenazantes.

Después de un período estresante o algún evento que genere alarma emocional, el trastorno puede iniciar con una sensación subjetiva de temor a las enfermedades, a los gérmenes, a contaminarse, a la suciedad o incluso a ciertas toxinas.

Se sienten agobiados, porque pueden tener ideas que se relacionan con el temor de que algo malo suceda a sus seres queridos, y existe una gran necesidad de tener simetría, orden excesivo o limpieza; otros pueden tener pensamientos

(Continua página 8)

Ellos no tienen paz interior, porque se sumergen en rituales repetitivos que comprueban en repetidas ocasiones. Un ejemplo es comprobar que la cerradura del carro esté bien cerrada, o rituales para que determinado trabajo salga bien.

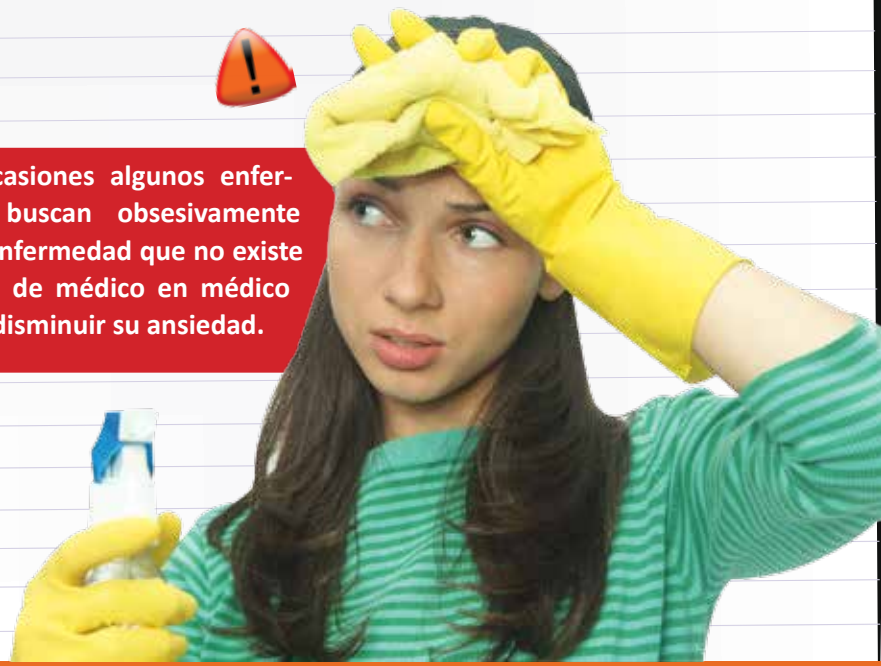
Howard Hughes
Multimillonario empresario, inversionista, aviador, ingeniero autodidacta, productor y director de cine. Es reconocido por sus extraordinarios aportes a la aviación.

Thomas Alva Edison
Inventor y empresario que patentó más de mil inventos durante su vida. Contribuyó a ofrecer los perfiles tecnológicos del mundo contemporáneo.

Características del trastorno

Ciertamente, los seres humanos tenemos rutinas y diversos hábitos en nuestro quehacer; no obstante, cuando una persona sufre de Trastorno Obsesivo Compulsivo, su comportamiento puede llegar a alterar su vida diaria y la de sus seres queridos.

Estos pensamientos, ideas, imágenes e incluso impulsos son constantes, se presentan a pesar de que la persona intenta ignorarlas, o sacar eso que lleva adentro.



En ocasiones algunos enfermos buscan obsesivamente una enfermedad que no existe y van de médico en médico para disminuir su ansiedad.

Psiquiatría & Salud Mental
Dr. Rodolfo Alpízar Rivas
Dra. Mercedes Rivas Torres

Es una publicación del Dr. Rodolfo Alpízar Rivas Médico General y la Dra. Mercedes Rivas Torres, especialista en psiquiatría.

Telfs: (506) 2233-2654 / 2256-8337/ 2522-1000 Ext. 1640
E-mail: mrivas@clinicabiblica.com

religiosos que los atormentan, o pensamientos de contenido sexual de los que no logran distraerse, a pesar de los múltiples esfuerzos que hacen para que estas ideas desaparezcan.

Nadan en las profundidades del dolor y la zozobra, y al no desaparecer estos pensamientos, se genera más angustia y se combina ocasionalmente con compulsiones que buscan disminuir la idea, pero esta sigue estando ahí. Puede haber pacientes que se lavan las manos constantemente, se bañan varias veces al día, o se cepillan los dientes hasta lograr lastimarse.

Son múltiples los ejemplos de personas ordenadas y pulcras, que coleccionan diferentes objetos alterando su vida familiar, social o de pareja.

En algunas ocasiones, esta patología puede coexistir con otro tipo de enfermedades psiquiátricas, lo que dificulta la resolución rápida de aquella. Por lo tanto, tener el conocimiento de esto facilitará aceptar y afrontar el trastorno eficazmente. De manera que no desaparecen, a pesar del razonamiento. Una tarea que podría ser sencilla, en un paciente con TOC implica un tiempo mayor, porque sus ideas, sus compulsiones, no lo dejan vivir.

Las compulsiones son como una válvula de escape: la persona las diseña para minimizar el malestar que ocasionan esas ideas apremiantes o absurdas.

Retomando su vida

Aceptar y afrontar este trastorno es posible. La familia y las personas cercanas constituyen un eslabón fundamental para vivir sin temor y salir adelante; y en este proceso, el médico especialista puede ayudarle. La persona no tiene por qué vivir agobiada por estas ideas que ocasionan tanta angustia, con un dolor emocional que lastima su calidad de vida.

Actualmente, existen diversas investigaciones y medicamentos que desde el punto de vista farmacológico pueden ayudar a que el paciente se mantenga estable. Esto, aunado a la terapia médica especializada, puede permitirle sobrellevar su vida y alcanzar esa paz que tanto ansía.

Producción General
Altea Comunicación
Telf: (506) 2235-7286 /2241-2329
info@alteacomunicacion.com