

Close

THE CONVERSATION

Rigor académico, oficio periodístico



Shutterstock / Suzanne Tucker

El trato a las personas con trastorno límite de la personalidad: ¿es posible su recuperación?

13 agosto 2020 23:17 CEST

Cuando hablamos del trastorno límite de la personalidad (TLP) no nos referimos en absoluto a algo fácil de diagnosticar. El TLP pertenece al grupo de diagnósticos de los trastornos de la personalidad que incluye el trastorno de la personalidad esquizoide, paranoide, esquizotípica, antisocial, límite, histriónica, narcisista, evasiva, dependiente y obsesivo-compulsiva. El abanico es amplio.

Todos estos trastornos comparten un patrón de comportamiento y experiencia interna que perdura en el tiempo y difiere notablemente de las expectativas de la cultura del individuo.

Autores



Maria Romeu-Labayen

Ph.D. Enfermera de salud mental de Asociación de Salud Mental Horta Guinardó. Profesora asociada en departamento de enfermería de salud pública, salud mental y materno infantil de la Universidad de Barcelona. Universitat de

Suscríbase para recibir los artículos más destacados de la semana.

Suscribirme al boletín semanal

E
u
e
A
L
ir

ideación crónica de suicidio, sufrimiento emocional y disminución de la motivación en las habilidades de resolución de problemas.

Únase y apueste por información basada en la evidencia.

Suscribirme al boletín

La elevada ansiedad puede conducir a crisis en las que experimentan emociones intensas y dispares que les conduzca a realizar actos autolesivos. Estas crisis son la expresión de su dolor emocional. El inicio de las mismas suele ser la reacción emocional a una situación concreta y tienen una naturaleza subjetiva.

Conductas autolesivas para frenar la ansiedad

En esta situación, las personas inician una escalada de ansiedad que puede alcanzar niveles insoportables y, en muchos casos, recurren a la autolesión como método para frenar la ansiedad intensa.

Paradójicamente, las conductas autolesivas tienen por objetivo reducir o finalizar la escalada de ansiedad y, como sentido, autolimitar la intensa ansiedad o angustia extrema. Sin embargo, pueden tener consecuencias tan graves como el suicidio. El TLP es uno de los trastornos psiquiátricos con mayor prevalencia de suicidio, con un ratio de entre el 3 % y el 9 %.

La atención a las personas con este trastorno se realiza desde los equipos de salud mental comunitarios que cuentan con profesionales especializados en salud mental como psiquiatras, psicólogos/as/ con experiencia clínica, enfermeras/os de salud mental y trabajadores/as sociales.

Los 9 criterios para reconocer una mejoría

La remisión de síntomas supone la reducción en el cumplimiento de los criterios diagnósticos. Según el Manual Diagnóstico y Estadístico DSM 5, estos criterios son:

1. Esfuerzos frenéticos para evitar un abandono real o imaginado.
2. Patrón de relaciones interpersonales inestables, intensas y turbulentas, caracterizado por los extremos de idealización y devaluación.

Suscríbase para recibir los artículos más destacados de la semana.

Suscribirme al boletín semanal

6. Inestabilidad afectiva debida a una notable reactividad del estado de ánimo.
7. Sensación crónica de vacío.
8. Ira inapropiada e intensa o dificultades para controlar la ira.
9. Ideas paranoides transitorias relacionadas con el estrés o síntomas disociativos graves.

Cumplir menos de 5 criterios se entiende como una mejora del trastorno, lo que significa una evolución positiva.

¿Es posible la recuperación total?

La recuperación total se describe a partir de la suma de dos indicadores:

1. La reducción de síntomas, además de una puntuación superior a 61 en la escala de GAF (Global Assessment Functioning).
2. La capacidad para mantener un vínculo de amistad o pareja estable y trabajar.

La relación de confianza entre terapeuta y paciente

Tanto la remisión de síntomas como la recuperación total significan un reto para las personas con TLP. Por otro lado, el estigma que arrastra la persona diagnosticada tanto a nivel social como desde algunos profesionales de la salud no facilita que el terapeuta y la persona con TLP consigan construir una relación terapéutica para plantear objetivos de tratamiento.

Esta relación es una acción interactiva entre paciente y terapeuta/enfermera basada en la confianza establecida entre ambas partes y que tiene por objetivo ayudar al paciente a desarrollar y trabajar su bienestar.

Un elemento clave en el tratamiento señala que el equipo de terapeutas debe tener confianza en la posibilidad de recuperación evitando prejuicios y actitudes estigmatizadoras.

De la misma manera, para algunos enfermeros/as de salud mental es un reto responder terapéuticamente a las necesidades de las personas con TLP debido a la influencia de la perspectiva estigmatizadora en la práctica asistencial que, mayormente, está relacionada con las conductas autolesivas, suicidas y la falta de vinculación de estas personas a los tratamientos.

Suscríbase para recibir los artículos más destacados de la semana.

Suscribirme al boletín semanal

Aprender a gestionar la ansiedad

Para las personas que padecen TLP es importante aprender a aplicar en su día a día técnicas de gestión de la ansiedad, la impulsividad y las crisis aprendidas en el grupo psicoterapéutico y conocer a otras personas con el mismo trastorno con quienes compartir el aprendizaje.

Para ellas es fundamental porque lo perciben como un soporte que les ayuda a seguir el camino de la recuperación.

Otro factor positivo es la familia, ya que esta puede aprender sobre el trastorno y a las personas con TLP les ayuda a mejorar su posibilidad de recuperación.

Finalmente, es importante destacar la relación que las personas con TLP establecen con su enfermera. Si se genera un estado de confianza, a partir de la escucha activa y la empatía, se refuerza la relación terapéutica. Las personas necesitan sentirse emocionalmente reconocidas, respetadas y valoradas. También es importante que se sientan partícipes de su propio tratamiento.

Es necesario centrar el cuidado de estas personas en los indicadores que acabamos de ver. Esto permitirá crear una relación terapéutica óptima entre la persona y el equipo de salud mental que pueda alcanzar el objetivo de recuperación.



salud mental psicología ansiedad suicidio sociedad

Suscríbese para recibir los artículos más destacados de la semana.

Suscribirme al boletín semanal