

TEMA 2. LA PERSONALIDAD Y SUS TRASTORNOS

PRIMERA PARTE: Trastornos de la personalidad

1.- Definición de los trastornos mentales

- Son formas de conducta desadaptada.
- Surgen en todas las culturas y grupos sociales.
- No son homogéneos. Cada persona muestra diferencias individuales respecto a su grupo.
- En muchos trastornos, la persona no es consciente de su problema. Por ejemplo, quien tiene alucinaciones las acepta como algo real.
- Otros niegan su enfermedad.

Aunque la frontera que separa lo normal de lo anormal es muy difusa, es posible señalar 3 criterios para diferenciar el funcionamiento de una persona con trastorno de personalidad.

1. Criterio de salud: Ausencia de síntomas molestos. Presenta una estabilidad frágil o una incapacidad de adaptación en situaciones estresantes.
2. Criterio de utopía: Funcionamiento óptimo. Provocan nuevos problemas perdiendo la oportunidad de mejorar.
3. Criterio de proceso. Capacidad de adaptación a distintas etapas y conflictos vitales. Es inflexible desde el punto de vista adaptativo

Hay que distinguir entre enfermedades mentales y “crisis vitales”:

Si las manifestaciones patológicas que nos acompañan (ansiedad, cólera, depresión, tristeza, etc.) no sobrepasan los límites de adaptación, no son estado patológicos.

Finalmente, es necesario señalar que el concepto de salud mental no es neutro, ya que está ligado a la visión que se tenga del hombre o de la mujer. Varía de una cultura o época a otra. Por ejemplo, el alcoholismo se veía como un vicio. Hoy es una enfermedad. La histeria de las mujeres es otro ejemplo interesante.

2.- Clasificación de los trastornos mentales

En los trastornos mentales inciden:

- Causas biológicas: problemas genéticos, tóxicos, etc.
- Causas psicosociales: estilos de vida, educación, etc.

En la actualidad en psicopatología se diferencian tres grandes síndromes:

- El neurótico o la neurosis es un trastorno muy frecuente y poco grave pues no hay alteración de la realidad. Lo que falla es la capacidad de respuesta al medio. Todos tenemos algo de neuróticos. El síndrome básico de la neurosis es la ansiedad. La persona se siente mal y sufre.

En cierta ocasión se le preguntó a un neurótico cuánto sumaban dos más tres, y éste respondió: “cinco, pero no lo soporto”. Chiste bastante gráfico para mostrar la forma de pensar de un neurótico: es consciente de la realidad, pero ésta le crea un conflicto.

- El psicótico o la psicosis son enfermedades mentales más graves, donde se pierde el contacto con la realidad. No se es consciente de la enfermedad. Un tipo de síndrome psicótico es la esquizofrenia.
- El demencial o la demencia afecta a las funciones cognoscitivas sin que la persona tenga conciencia de sus fallos. Es progresiva o degenerativa dificultando la realización de tareas sencillas. Falta de atención, de concentración o de memoria.

Otra forma de clasificar, que es la que vamos a utilizar, es la siguiente:

- Trastornos en el estado de ánimo: la depresión y el trastorno bipolar
- Trastornos de ansiedad: las fobias y el TOC
- Trastornos esquizofrénicos
- Trastornos de la alimentación

3.- Trastornos en el estado de ánimo: la depresión y el trastorno bipolar

La depresión es el problema más consultado.

Pueden ser endógenas (causas biológicas) o exógenas (causas sociales). En el primer caso, la depresión tiene su origen en la alteración de los circuitos cerebrales que gestionan la acción e determinados neurotransmisores, como la serotonina.

Los síntomas básicos de la depresión son:

- Pérdida de la capacidad de interesarse y disfrutar de las cosas
- Disminución de la vitalidad, cansancio
- Disminución de la atención y de la concentración
- Problemas del sueño
- Pérdida de apetito
- Pérdida de confianza en uno mismo, sentimientos de inferioridad
- Ideas de culpa, de inutilidad
- Perspectiva sombría del futuro
- Pensamientos y actos suicidas o autoagresiones

Dentro de los trastornos depresivos destaca el trastorno bipolar (o psicosis maniaco-depresiva).

Se caracteriza por alteraciones del estado de ánimo pasando de episodios depresivos a episodios maníacos.

Durante los episodios depresivos, la persona manifiesta tristeza extrema, episodios llorosos, insomnio, disminución del apetito, pérdida de la libido.

Durante los episodios maníacos, la persona manifiesta euforia extrema, exceso de autoestima, actividad sexual desmedida y en general actividad desmedida en todo: consumo de alcohol y drogas, hablar mucho con ideas inconexas, gritos, agresividad...

Algunos enlaces de interés

- La depresión: síntomas y tratamientos e 3 minutos:
<https://www.youtube.com/watch?v=yqjKg1kEUK>
- El trastorno bipolar en 15 minutos:
https://www.youtube.com/watch?v=8ygvf_3WdPI
- El trastorno bipolar en 30 minutos:
<https://www.youtube.com/watch?v=iBabmXHuFR0>

4.- Trastornos de ansiedad: las fobias y el TOC

La ansiedad es también una de las patologías más comunes.

La ansiedad es una reacción instintiva normal de autoprotección que se desencadena ante una situación de peligro: estimula nuestro organismo impulsando nuestra capacidad de esfuerzo.

Por ejemplo, ante la prueba de acceso a la universidad un cierto nivel de ansiedad es positivo porque incita al alumno a estudiar para ir mejor preparado. Sin embargo, si el nivel de ansiedad es excesivo y nos bloquea, nos paraliza o deja nuestra mente en blanco, entonces estamos hablando de una ansiedad patológica.

Un ataque de ansiedad se acompaña de una serie de síntomas: taquicardia, náuseas, vómitos, diarrea, estreñimiento, gases, sudor, extremidades frías, sequedad de la boca, cefaleas, temblor, hormigueo, tensión muscular, etc.

Una crisis de angustia es un ataque de pánico. De manera inesperada y repentinamente la persona siente terror y teme volverse loco o morir repentinamente. Su capacidad de razonar se paraliza. Suelen durar muy poco. No más de una hora.

Dentro de los trastornos de ansiedad, las fobias son un temor extremo e irracional a algo concreto. Viene acompañado de algunos síntomas de ansiedad como taquicardias, sudores fríos, temblores, etc.

Dentro de los trastornos de ansiedad destaca el trastorno obsesivo compulsivo. Suele ir asociado a la depresión y se manifiesta en la infancia o adolescencia. El desencadenante suele ser una situación estresante que causa tal impacto emocional sobre la persona que desequilibra su adaptación al medio.

Se caracteriza por:

- Pensamientos obsesivos: ideas o imágenes mentales desagradables que irrumpen reiteradamente en el pensamiento. Por ejemplo, darle vueltas sin cesar a una idea o pensar una y otra vez en algo.
- Rituales compulsivos: son conductas que se repiten una y otra vez de manera reiterada para evitar que suceda algo no deseado. Por ejemplo, el lavado de manos reiterado o cerrar la puerta varias veces.

Algunos enlaces de interés

- Documental: trastornos de ansiedad en 10 minutos:
<https://www.youtube.com/watch?v=iK7gGJSIIpc>
- Las 10 fobias más extrañas del mundo en 5 minutos:
<https://www.youtube.com/watch?v=m-2YtFiHJy4>
- Trastorno obsesivo compulsivo (documental) en 45 minutos:
<https://www.youtube.com/watch?v=UqgzQ1NQsm4>

PROGRAMA DE NETFLIX: “La mente, en pocas palabras”, capítulo sobre la ansiedad.

5.- Trastornos esquizofrénicos

La esquizofrenia es una de las enfermedades mentales más graves y complejas. Su nombre hace referencia a una división o fragmentación de la mente entre las capacidades cognitivas y afectivas.

Surge al final de la adolescencia o a comienzo de la edad adulta.

Las causas biológicas hacen referencia a alteraciones bioquímicas, como la segregación de la dopamina cerebral, alteraciones cerebrales, como la asimetría hemisférica, alteraciones en el sistema inmunológico.

Las características más significativas de la esquizofrenia son:

- Percepciones perturbadas: sufre de alucinaciones.
- Desorganización del pensamiento: pierde el contacto con la realidad.
- Emociones y conductas inadecuadas: reacciones apáticas y conductas excéntricas.
- Retraimiento social: dificultad de para establecer relaciones interpersonales.

Existen 4 tipos distintos de esquizofrenia:

- Residual: comportamiento excéntrico o pensamiento ilógico. Es moderada.
- Desorganizada: comportamiento infantil, manifestaciones de afecto inapropiadas o superficiales, hablan con personas imaginarias.
- Paranoide: desorganización del lenguaje y el pensamiento, ideas delirantes de persecución o grandeza, percepciones auditivas o alucinaciones.
- Catatónica: personas pasivas e in comunicativas. Pueden permanecer horas en una misma postura corporal.

PELÍCULA: “Una mente maravillosa”

6.- Trastornos de la alimentación

La anorexia nerviosa es un trastorno de la conducta alimentaria que comienza de manera voluntaria como una dieta para perder peso, pero deriva en una enfermedad basada en el miedo a engordar. Afecta mayoritariamente a mujeres de entre 12 y 20 años.

Se caracteriza por:

- Delgadez extrema.
- Una dieta obsesiva hasta llegar al ayuno. Tiran la comida o la esconden.
- La distorsión de la imagen corporal. Se ven gordas aunque estén muy delgadas.
- Conductas antisociales. Enclaustramiento.

La bulimia nerviosa se caracteriza por grandes atracones de comida seguidos de conductas purgantes: vómitos provocados o abuso de laxantes.

Se caracteriza por:

- Hábitos alimenticios inestables o anormales mediados por los estados de ánimo cambiantes.
- Atracones de comida seguidos de arrepentimiento.
- Distorsión de la imagen corporal.

Algunos enlaces de interés

- Anorexia y bulimia video info:
<https://www.youtube.com/watch?v=EEyGUoKz71Y>
- Anorexia y bulimia:
<https://www.youtube.com/watch?v=IAxwqHU3PS8>

PELÍCULA DE NETFLIX: “Hasta el hueso”