

1. ¿Qué son los trastornos de personalidad?

Un trastorno de personalidad es una forma ser, rígida y estable en el tiempo, en otras palabras, la forma de comportarse y adaptarse de la persona a su entorno, al trabajo y a diferentes situaciones de la vida diaria, se mantiene invariable a lo largo de los años. Ésta forma particular de comportarse, pensar, sentir y afrontar las dificultades en la vida, al ser rígida, significa que la persona puede observar el mundo sólo bajo su perspectiva, dificultándose la posibilidad de comprender a otros e incluso a su propio comportamiento. Las personas idealmente debemos tener la capacidad de flexibilizar y analizar la realidad desde distintas aristas; eso nos permite ser empáticos, nos permite tolerar formas distintas de ser a uno. Una persona con un trastorno de personalidad, por ejemplo en la línea *paranoide*, y al que comúnmente, llamamos “perseguido” o “rollero”, puede ocurrir que en su trabajo le pidan quedarse trabajando horas extra. Esa persona en vez de pensar en la alternativa más razonable, va a pensar que se quieren aprovechar de ella, o incluso que quieren hacerle algún tipo de perjuicio o daño y por eso le piden que se quede más horas. Una persona que piensa de esa forma invariablemente, sufre y hace sufrir a otros. (No se debe olvidar que este síntoma unido a muchos otros, configuran un trastorno paranoide de la personalidad)

Para clasificar los trastornos de personalidad, los psicólogos, psiquiatras y personal de salud, comúnmente hablamos de trastornos graves, que son aquellos en los podemos encontrar incluso dificultades para comprender normas sociales y para tener culpa frente a daños provocados a otros (trastorno antisocial de la personalidad) y/o hay mayores niveles de ansiedad y angustia. Los trastornos de personalidad que van en una línea con mayores posibilidades de adaptación, son más comunes y no limitan en exceso la vida de la persona, sin embargo, algún área de su vida, por ejemplo la vida afectiva o sexual, podría verse dificultada.

2. ¿Cuáles son sus características y síntomas frecuentes?

Depende de cada trastorno y de si este se encuentra en un nivel grave o no. Como te conté anteriormente, en los casos más graves, la vida completa de la persona se ve afectada. Cuando estamos frente a una persona que presenta un trastorno grave de la personalidad, su forma de pensar y de percibir la vida y a los otros, es en forma “parcelada”, eso significa que su forma de percibir al mundo y a los otros, no es en forma integral, sino que ve “pedazos” o “parcelas” y no logra integrar. Ver la realidad de esa forma es algo muy doloroso para la persona, ya que fracasa en repetidas ocasiones en las relaciones interpersonales, en el trabajo, en la relación de pareja. Normalmente la persona no se da cuenta de que no logra integrar distintos aspectos de la realidad. Esto es aún más doloroso para las personas que viven a su alrededor.

Con respecto a los síntomas observables y que se van a ir entrelazando dependiendo del trastorno de personalidad y la gravedad de éste, son por ejemplo; abusos de drogas y sustancias dañinas para el cuerpo, descontrol de impulsos, falta de cuidado con el propio cuerpo, facilidad para mentir o engañar, dificultades en las relaciones interpersonales, labilidad afectiva; la persona cambia de un estado a otro sin motivo aparente, excesiva baja autoestima, sentimientos de soledad y vacío, dificultades para encontrar algo que produce placer, un propio motivo en la vida o al revés, creer que el motivo de vivir es sólo en relación a otra persona, intentos de suicidio, dificultades

para tolerar la ansiedad, etc...pero ojo, jamás debemos pensar que por presentar alguno de estos síntomas tenemos un trastorno de personalidad. Siempre hay que evaluar caso a caso y por un especialista entrenado, debido a que además de los síntomas aparentes u observables, existen dinanismos inconcientes, asociados a esos síntomas, que también deben ser profundizados y buscados, para comprender frente a que trastorno de personalidad estamos.

3. ¿Cuáles son los diferentes tipos de trastornos?

Una forma en que podemos comprender como se agrupan los trastornos de personalidad, es la siguiente: el grupo de personalidades con dificultades para experimentar placer, el grupo de personalidades de problemas en las relaciones interpersonales, el grupo de personalidades que experimentan al máximo los potenciales de la vida, con eso me refiero a que oscilan en los polos de experimentar dolor intenso o placer intenso, y las personalidades que se caracterizan por distorsionar el carácter de las situaciones actuales.

Otra forma clásica de abordar los diferentes tipos de trastornos de personalidad es; limite, narcisista, antisocial, histérico e histriónico, obsesivo compulsivo, paranoides, esquizoide y esquizotípico, por evitación, y por dependencia.

4. ¿Cuál es la diferencia con una depresión?, ¿Qué ocurre si se trata como una depresión?

Las diferencias a simple vista son sutiles, sin embargo el tratamiento es radicalmente distinto, ya que en una depresión endógena, por ejemplo tenemos factores orgánicos, eso significa que hay algo en la química del cerebro de la persona que no está funcionando en forma óptima, o también puede ser que la persona este deprimida por factores externos, como por ejemplo la pérdida de un ser querido, lo que es absolutamente normal. Sin embargo, existen ocasiones en que la persona aparenta estar deprimida, pero en realidad, lo que ocurre es un conflicto mucho más profundo que no va a pasar con el sólo hecho de tomar un antidepresivo. Cuando el conflicto es profundo y se encuentra arraigado en la personalidad, tenemos que hacer un diagnóstico diferencial que nos va a permitir saber que camino tomar.

Si tratamos a una persona con trastorno de personalidad, como trataríamos a una persona con diagnóstico de depresión, la persona no ha sido tratada y probablemente, volverá a consultar, ya que su conflicto básico, no ha sido solucionado.

5. ¿Cómo se diagnostica?, ¿cómo se trata?, ¿cuál es la importancia de un diagnóstico y tratamiento a tiempo?

Idealmente deben ser diagnosticados por un especialista. Se diagnostican en la consulta, haciendo una reconstrucción de la historia del paciente, evaluando su vida actual en diferentes áreas, y evaluando las dificultades que la persona ha presentado una y otra vez en su vida. En el fondo es a través de la entrevista clínica, como podemos evaluar en profundidad si la persona presenta o no una patología y de que origen es ésta. Sumado a esto se utiliza una "entrevista estructurada", que permite dar luces del nivel de gravedad que presenta la persona. Los psicólogos y psiquiatras, en

ocasiones utilizamos test, especialmente en la evaluación clínica. Estos test, también apoyan el diagnóstico de trastorno de personalidad

A grandes rasgos, la idea es integrar los aspectos parcelados del mundo interno o mundo psicológico del paciente, con el objetivo de que pueda verse así mismo como una persona coherente a través del tiempo, con una identidad sólida, fruto de una construcción que es necesario realizar en terapia lentamente. Esto no significa que la persona se va transformar en una persona “perfecta”, sin nada que solucionar para el resto de su vida, pero si, es la posibilidad de que la persona, deje de sufrir con lo que actualmente la aqueja y también, más adelante, gracias al trabajo terapéutico, el fortalecimiento de su identidad, pueda ir dándose cuenta de sus problemáticas y auto solucionarlas.

La importancia de un diagnóstico temprano y tratamiento temprano es evitar futuras relaciones dificultosas tanto para la persona como para otros. Todos queremos disfrutar la vida y mientras antes nos demos cuenta que tenemos dificultades y necesitamos ayuda, antes podemos comenzar a disfrutar la vida más plenamente. Además como futuros padres, como pareja, como amiga(o), como trabajadora (or), tenemos la posibilidad de entregar lo mejor de uno y para eso tenemos que estar constantemente auto observándonos, para entendernos y entender otros. Una buena forma de partir es por medio de una psicoterapia.

6. ¿Es posible prevenir que una persona sufra un trastorno de personalidad? ¿Cómo hacerlo?

La verdad es que los trastornos de personalidad no aparecen de un día para otro y tampoco desaparecen de igual forma. Se habla mucho hoy en día de decir que diferentes cosas son multicausadas y la verdad yo creo que en éste caso también, eso quiere decir que no hay un sólo origen, hay factores ambientales, genéticos, y principalmente en el núcleo de las relaciones con nuestros seres más queridos, van a determinar que una persona con una buena salud mental en la adultez. Pienso que la mejor forma de prevenir que una persona presente distintas patologías de origen mental, es previniendo desde los inicios de la vida, eso quiere decir que la madre que espera una guagua, la espere con conciencia, que sea un embarazo tranquilo en lo posible, que cuide desde los inicios a esa personita que tiene adentro. Eso significa que si una madre siente que le angustian las responsabilidades de su rol, si siente que va a perder su libertad al ser madre y muchísimas cosas que pueden ocurrir en cada caso en particular, debería asistir a un especialista y en lo posible ir tratando de solucionar y pensar que es lo que le esta sucediendo. Pienso que mientras antes se intervenga en la relación que se ve dificultosa, ya sea por que la madre esta con mucha ansiedad o la guagua es de “temperamento difícil”, en el futuro, esa persona probablemente tendrá una mejor salud mental. El padre también juega un rol muy importante o tan importante como la madre en la salud mental de su hijo, por lo tanto siempre hay que estar alerta, para proveer las mejores condiciones que cada persona puede dar a sus hijos.

7. ¿Qué tan común son los trastornos de personalidad en nuestra sociedad, particularmente en Chile?

Mi visión es que los trastornos de personalidad no responden a un tipo especial de cultura, o época de la historia. Siempre han existido, pero han evolucionado en su forma de nombrarlos y abordarlos. Quizás hay algunos grupos sociales que tiene

rasgos más característicos, según la historia, pero no podría decir que en algún grupo en especial sea más común encontrar determinado trastorno.

8. ¿Hace cuánto tiempo funciona el Instituto de Trastornos de Personalidad?

A partir del año 2008 Chile cuenta con un grupo especializado en el tema, Somos el único instituto en Chile y América Latina dedicado a los trastornos de personalidad que ha sido formalmente afiliado al Personality Disorders Institute (PDI) de la Universidad de Cornell en Nueva York, cuyo director es el Dr. Otto Kernberg. El Dr. Kernberg, junto al Dr. John Clarkin son supervisores y asesores del desarrollo clínico y de investigación en nuestra institución. Esta afiliación respalda la seriedad de nuestro trabajo y nos obliga a mantener un permanente control de calidad en nuestros procedimientos así como una permanente puesta al día en nuestros conocimientos. Un número importante de nuestros profesionales se ha formado directamente en el PDI en Nueva York, trayendo a Chile técnicas de diagnóstico y tratamiento desarrolladas y probadas a lo largo de los últimos 20 años por el equipo encabezado por Otto Kernberg. Una de nuestras principales motivaciones es poder ofrecer una alternativa terapéutica a un grupo de pacientes históricamente difíciles de tratar. Pacientes que han sido tratados infructuosamente, generando dolor y frustración tanto en los equipos tratantes como en los pacientes y sus familias.

Psicóloga Soledad Silva G

Msoledad.sg@gmail.com

(9) 138 36 06