

Intervenciones psicológicas en trastornos de personalidad

Psychological interventions in personality disorder

Flora Solano-Madrigal ^{1ab}, Jean Carlo Canales-Mejicano ^{1,2a}

Señor Editor. Un trastorno de personalidad (TP) es un patrón permanente de experiencia interna y de comportamiento que se aparta acusadamente de las expectativas de la cultura del sujeto; se trata de un fenómeno generalizado y poco flexible, estable en el tiempo, que tiene su inicio en la adolescencia o en la edad adulta temprana y que da lugar a un malestar o deterioro de significación clínica⁽¹⁾.

Los TP son parte de los padecimientos mentales y del comportamiento más frecuentes y se dividen en 3 grandes grupos, a partir de sus características clínicas: grupo A (paranoide, esquizoide y esquizotípica), grupo B (antisocial, límite, histriónica y narcisista) y grupo C (evitativa, dependiente y obsesivo-compulsiva). Se diagnostican al realizar una evaluación y análisis exhaustivo de las desviaciones culturales respecto a los pensamientos, emociones y comportamientos, las cuales son persistentes en el tiempo, causan malestar significativo y afectan el funcionamiento en la cotidianidad ^(1,2).

En la actualidad existen 2 tipos de tratamientos para los TP, siendo estos el psicológico y farmacológico. El primero es el que ha demostrado tener mayor eficacia terapéutica y ser el de elección para estos padecimientos.

En este sentido, existen diversas intervenciones psicológicas (IP) que han demostrado ser de gran utilidad para el abordaje, mejora o reducción de los signos y síntomas y remisión parcial de las características de los TP en las personas que los portan ^(2,3).

Dentro de las IP actuales y que contribuyen a la mejora de las personas con diagnóstico de un TP se encuentran la Terapia de esquemas (TE) y la Terapia EMDR (en español desensibilización y reprocesamiento por movimientos oculares). La primera es un modelo de terapia para padecimientos de larga duración, que parte de la Terapia cognitivo-Conductual e integra un conjunto de estrategias terapéuticas para tratar los esquemas cognitivos. Tales esquemas proporcionan las instrucciones que guían el centro, la dirección y las cualidades de la vida diaria, así como las contingencias especiales ⁽²⁻⁵⁾.

Se conforman de sondeos cognitivos, donde la persona y terapeuta identifican situaciones que le generan malestar, se exploran los significados de los pensamientos, para tratar de modificarlos desde un razonamiento más lógico. Se reestructura el esquema, para que sea más funcional y adaptado a las experiencias cotidianas ⁽⁴⁾.

1. Escuela de Psicología, Universidad Hispanoamericana. San José, Costa Rica
2. Hospital Dr. Enrique Baltodano Briceño, Caja Costarricense del Seguro Social. Guanacaste, Costa Rica.
 - a. Licenciado/a en Psicología
 - b. Magister Scientiae en Estudios Interdisciplinarios sobre Discapacidad

Citar como: Solano-Madrigal F, Canales-Mejicano JC. Intervenciones psicológicas en trastornos de personalidad. Rev Hisp Cienc Salud. 2021; 7(3):92-93.

Recibido: 01-10-2021

Aceptado: 15-10-2021

Por su parte, la Terapia EMDR se trata de un abordaje psicológico que trabaja sobre el sistema de procesamiento de la persona, al realizar estimulación bilateral que favorece la desensibilización y el reprocesamiento de la información en la memoria de las personas. Se basa en 8 fases, para el abordaje de los recuerdos traumáticos y los síntomas de estrés asociados. Este modelo de terapia interviene los aprendizajes disfuncionales, los cuales se conocen tienen una gran contribución al desarrollo de patologías mentales, claro está sin excluir que existen otros factores (como la genética), que influyen en estas patologías ⁽⁵⁾.

Estas IP son enfoques contemporáneos y con evidencia científica para la atención de TP y representan una opción confiable para ayudar a mejorar la calidad de vida.

Financiamiento

Autofinanciado

Conflictos de Interés

Los autores niegan tener conflictos de interés

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. American Psychiatric Association. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5. 5a. ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2014.
2. Blanco C, Gómez N, Orozco D. Actualización de los trastornos de personalidad. Revista Médica Sinergia [Internet]. 2020 [citado 01 de Jun 2021];5(4):e437. Doi: <https://doi.org/10.31434/rms.v5i4.437>
3. Tyrer P, Reed G, Grawford M. Classification, assessment, prevalence, and effect of personality disorder. The Lancet. 2015;385(9969):717. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61995-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61995-4)
4. Young J. Terapia de esquemas. New York: Editorial Desclee de Brouwer; 2015.
5. Mosquera D, Leeds A, González A. La aplicación de la terapia EMDR en el trastorno límite de la personalidad. Journal of EMDR Practice and Research. 2016;10(3):115E-132E. Doi: <https://doi.org/10.1891/1933-3196.10.3.E115>

Correspondencia

Flora Solano Madrigal

Email: flora.solano@uhispano.ac.cr

