

ALGUNOS TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD

Existe una *personalidad ideal*, es decir, una personalidad con una serie de características perfectas desde el punto de vista teórico. Esta personalidad no existe en la realidad. Nadie tiene una personalidad así, sino que solamente se puede hablar de *personalidades normales*, que son las que se desvían del punto teóricamente ideal en algunos aspectos, pero no de una forma muy acentuada. Cuando existe un alejamiento muy pronunciado de la personalidad ideal en varios aspectos, lo que se traduce en la presencia de varias características de personalidad patológicas, podemos considerar de la existencia de un *trastorno de la personalidad*.

Desde este punto de vista, el límite teórico en dónde una personalidad deja de ser considerada normal para pasar a ser catalogada como enferma, es difícil de precisar, ya que el camino que conduce desde la personalidad normal a la patológica, es una línea continua donde es imposible delimitar la frontera exacta que separa la salud de la enfermedad. Sin embargo, en la práctica, las características de los trastornos de la personalidad son tan acentuadas y sus consecuencias negativas resultan tan evidentes, que no es difícil diagnosticar estos trastornos.

En la mayoría de las ocasiones, el modo de comportarse de quienes padecen un trastorno de la personalidad, no es muy diferente al del resto de las personas. Se trata de sujetos que son aparentemente normales, que no llaman la atención a primera vista y que pueden comportarse con toda normalidad en muchos momentos y en muchas situaciones.

Lo que más les diferencia no es cómo se comportan en un momento dado, sino que determinados comportamientos anormales tienen carácter permanente, por lo que se repiten de forma invariable y constante, ocasionándoles problemas importantes en sus relaciones personales, con la familia, con los amigos, en el colegio, en el trabajo y en otros contextos de su vida cotidiana.

La Asociación Americana de Psiquiatría, en su Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV-TR), exige los siguientes criterios para poder hacer un diagnóstico de trastorno de la personalidad:

CRITERIOS DIAGNÓSTICOS GENERALES PARA LOS TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD

A.- Un patrón permanente de experiencia interna y de comportamiento que se aparta acusadamente de las experiencias de la cultura del sujeto, que se manifiesta en dos o más de las áreas siguientes:

1. COGNITIVA. Por ejemplo: Formas de percibir e interpretarse a uno mismo, a los demás y a los acontecimientos.
2. AFECTIVA. Por ejemplo: La gama, intensidad, labilidad y adecuación de la respuesta emocional.
3. ACTIVIDAD INTERPERSONAL.
4. CONTROL DE IMPULSOS.

B.- Este patrón persistente es inflexible y se extiende a una amplia gama de situaciones personales y sociales.

C.- Este patrón persistente provoca malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.

D.- El patrón es estable y de larga duración, y su inicio se remonta, al menos, a la adolescencia o al principio de la edad adulta.

E.- El patrón persistente no es atribuible a una manifestación o a una consecuencia de otro trastorno mental.

F.- El patrón persistente no es debido a los efectos fisiológicos de una sustancia, como una droga o un fármaco, ni tampoco a una enfermedad médica, como un traumatismo craneal.

Existen muchos tipos de trastornos de la personalidad, que se describen detalladamente más adelante. Estos tipos son los más característicos, pero en realidad existen muchas variedades o subtipos dentro de cada uno de ellos. Además, existen casos mixtos, es decir, personas que padecen simultáneamente dos o más trastornos de la personalidad.

La psiquiatría viene concediendo cada vez una mayor importancia clínica a los trastornos de la personalidad, debido a la relevancia que implican en sí mismos y a que favorecen la aparición de otros trastornos psicopatológicos. Esto se debe en buena medida, a que la mayoría de las personas que padecen un trastorno de la personalidad, son más vulnerables al estrés, siendo también más sensibles a las exigencias sociales y culturales del ambiente en el que se desenvuelven.

La mayoría de los trastornos de la personalidad se comienzan a desarrollar durante la infancia. En algunos casos ya existe desde el nacimiento una predisposición genética a padecerlos, o bien se van a ver favorecidos por traumatismos, intoxicaciones, infecciones o por otras patologías sufridas por el recién nacido durante el parto o en sus primeros meses de vida, cuando el cerebro es especialmente vulnerable.

Los trastornos de la personalidad también son más frecuentes en los niños que han sufrido abusos sexuales, que han sido maltratados o abandonados por sus padres, o cuyos padres han fallecido o se han separado durante su infancia. Los casos en los que los padres se casan y se vuelven a separar poco después, de modo que el niño vive varias rupturas y nuevas alianzas, crean una inseguridad e inestabilidad afectiva que favorece notablemente los trastornos de la personalidad.

Algo similar les ocurre a los niños que viven en familias desestructuradas, donde existe un clima de permanente inseguridad, de violencia o de falta de afecto. Esto es más frecuente entre hijos de padres impulsivos y agresivos, lo cual puede deberse a que padezcan a su vez algún trastorno psicopatológico, como *trastornos del control de los impulsos*, alcoholismo, drogodependencias o determinados tipos de trastornos de la personalidad, especialmente los denominados *antisocial, límite, histriónico y narcisista*.

Los niños que han sufrido vivencias altamente traumáticas o *trastorno por estrés posttraumático*, también tienen más probabilidades de desarrollar un trastorno de la personalidad, al igual que los que padecen determinados trastornos psicopatológicos como *trastorno por déficit de atención con hiperactividad, trastorno disocial, trastorno negativista desafiante*, trastornos del desarrollo, trastornos del aprendizaje, etc. El abuso de alcohol y el consumo de drogas durante la adolescencia, también pueden favorecer el establecimiento de estos trastornos, aunque mas bien, este consumo es la expresión de un trastorno que ya se padecía previamente.

También tienen más riesgo de desarrollar un trastorno de la personalidad, sobretodo del tipo *por evitación o por dependencia*, los niños demasiado tímidos, con dificultades para expresarse de forma espontánea y natural con personas desconocidas, o con aquellas con las que tienen poca confianza. Esto es más frecuente entre los niños que se han relacionado poco con otros niños durante su primera infancia, por ser hijos únicos, por haber sido escolarizados tarde, no haber ido a guarderías, o por no haberles llevado a jugar con otros niños en el parque o en casa de familiares o amigos.

La falta de suficientes habilidades sociales, sea debido a lo que sea debido, favorece el desarrollo de trastornos de la personalidad, ya que provoca problemas de relación, dificultando la integración y adaptación al entorno, facilitando la elaboración de mecanismos psicológicos de defensa inadecuados. Por ejemplo, un niño tímido y con escasas habilidades sociales acude al cumpleaños de un compañero de clase, allí está tenso y mal porque no se sabe relacionar y se siente postergado o siente que los otros niños le hacen el vacío.

Como consecuencia, cuando le vuelven a invitar a una fiesta de cumpleaños, prefiere no acudir para evitar pasarlo mal, si se produce una situación similar. El resultado es que cada vez se aísla más, se vuelve más inseguro en su relación con los demás y no desarrolla sus habilidades sociales, con lo que progresivamente el problema va alcanzando mayores proporciones, hasta establecerse como una característica de su personalidad.

La educación recibida también influye decisivamente en la configuración de la personalidad, pudiendo inducir el desarrollo de trastornos de la misma. Los niños que reciben una educación caracterizada por una excesiva protección y supervisión pueden volverse inseguros y dependientes. Si se les advierte excesivamente de los peligros del mundo exterior, pueden volverse excesivamente miedosos o desconfiados. Si son mimados en exceso y se les satisfacen inmediatamente todas sus demandas, se volverán narcisistas.

Tanto si se les acostumbra a recibir muchas muestras de cariño, como si éstas son muy escasas, se puede crear en ellos una excesiva necesidad de estimación. Si reciben una educación demasiado austera y exigente se pueden desarrollar en ellos rasgos obsesivos. Si la educación se caracteriza por la violencia o la falta de suficiente supervisión, puede favorecer la aparición de características antisociales en la personalidad.

En realidad, la educación que el niño recibe provoca que se acentúen o atenúen determinadas características de carácter, en función del modo de reaccionar del niño a los estímulos a los que está sometido. Además, la educación le hace tener una percepción determinada de sí mismo, de los demás y de la realidad exterior en general, que puede verse más o menos distorsionada por la misma, condicionando su modo personal de interpretar la realidad, su comportamiento y su estilo de vida.

TRASTORNO NARCISISTA DE LA PERSONALIDAD

Se trata de un trastorno que afecta casi a un 1% de la población de los países desarrollados, siendo menos frecuente en el resto de las naciones. Afecta algo más a los varones que a las mujeres, en una proporción aproximada de 6 a 4. El trastorno se ve favorecido por haber tenido unos padres indulgentes, con tendencia a mimar a sus hijos y a valorar de forma inmediata y exagerada cualquier pequeño mérito de los mismos, con lo que éstos tienden a valorarse excesivamente a sí mismos. Pueden llegar a sentirse como una especie de seres especiales, cuya mera presencia y existencia debería ser suficiente para provocar una gran satisfacción en los demás.

Cuando no tienen hermanos, terminan siendo “los reyes de la casa”, acostumbrándose a unos padres serviles y a que toda la familia gire en torno a ellos, lo cual les vuelve caprichosos y egocéntricos, creyéndose con derecho a todo a cambio de nada por el mero hecho de que se trata de ellos. Esta situación también es más fácil que se produzca en hijos particularmente deseados, como pueden ser los hijos adoptados, los hijos que han nacido después de mucho tiempo de esfuerzo por parte de unos padres que han tenido que recurrir a técnicas complejas de fertilización y también los hijos de viudos o separados, cuando el padre o la madre viven a partir de entonces sólo por y para su hijo.

También pueden favorecer el desarrollo de un trastorno narcisista de la personalidad, los padres que se comportan con excesiva indiferencia o negligencia hacia sus hijos, ya que éstos pueden establecer un mecanismo inconsciente por el que tienden a darse a sí mismos una excesiva importancia y valor, para compensar la indiferencia de sus padres. No obstante, esto es poco frecuente, siendo más probable que estos niños desarrollen un trastorno antisocial de la personalidad.

Los niños con rasgos narcisistas pueden comportarse con altanería con los profesores del colegio, ya que se pueden sentir superiores a ellos. Dan pocas muestras de empatía con los sentimientos de sus compañeros. Suelen ser egoístas y envidiosos, ya que les parece injusto que algunos puedan tener más cosas o ser mejor considerados que ellos. No soportan perder y si ven que van perdiendo, es fácil que recurran a hacer trampas, a dejar de jugar antes de llegar a perder o a intentar cambiar sobre la marcha

las reglas del juego. Son muy mandones, tienden a explotar a los demás y pretenden que todos hagan siempre lo que ellos quieren.

Si no consiguen ser los líderes de la clase, pueden intentar a toda costa hacerse amigos del compañero más popular, para compartir con él el liderazgo. Si no lo consiguen, pueden tomar una actitud de desprecio y aislamiento hacia sus compañeros, refugiándose en su fantasía e intentando convencerse a sí mismos de su superioridad. Algunos, al no poder ejercer su superioridad sobre todo el grupo, se buscan uno o dos compañeros a los que dominar completamente y sobre los que poder hacer patente su superioridad.

Su rendimiento en los estudios suele ser bajo, salvo que verdaderamente tengan una gran capacidad intelectual, ya que al sentirse superiores piensan que necesitan esforzarse mucho menos que los demás. Algunos fingen ante sus compañeros, haciéndoles creer que estudian mucho menos de lo que lo hacen en realidad, pero otros deciden verdaderamente no estudiar nada para justificar así su fracaso. Algo similar les puede suceder con los deportes y con otro tipo de actividades, que no abordan o que abandonan para que no se ponga en evidencia su falta de superioridad, con lo que terminan limitando sus actividades y desarrollando poco sus aptitudes.

Durante la adolescencia los rasgos narcisistas se suelen acentuar, incluso aparecer en niños que no los habían presentado hasta entonces, si bien en muchos casos desaparecen al llegar a la edad adulta. Si no es así, el trastorno narcisista de la personalidad queda establecido. Entonces, se trata de personas vanidosas, arrogantes y pretenciosas, que exageran sus logros y sus capacidades a la vez que ocultan sus fracasos y defectos, dándose a sí mismos una excesiva importancia, en un afán de lograr suscitar la admiración de los demás.

Aunque en una primera impresión puedan resultar encantadores, enseguida se suele percibir su aire de superioridad y autosuficiencia. Resultan altaneros, engreídos, poco espontáneos y naturales, ya que en el fondo están pendientes de representar el papel correspondiente a la imagen idealizada que han elaborado de sí mismos. Sus deseos de grandeza y superioridad, hacen que a menudo sueñen despiertos con fantasías

en las que ellos protagonizan situaciones de éxito ilimitado. A veces, sus deseos hacen que comiencen a confundir la frontera entre la imaginación y la realidad.

Se han ido convenciendo de su superioridad mediante racionalizaciones más o menos inconscientes dirigidas a convertir sus fracasos en éxitos, en singularidades que expresan su genialidad. Algunos buscan opiniones, actitudes, incluso un aspecto exterior, repleto de originalidad y singularidad, en un afán por fascinar así a los demás y por demostrarles su pretendida superioridad. Por eso no soportan pasar desapercibidos en una reunión social y menos aún, resultar ignorados.

Toleran muy mal las críticas que puedan hacerles otras personas, aunque a veces finjan ignorarlas. Estas les provocan dolor y descienden su estado de ánimo, ya que atentan contra esa imagen idealizada que han forjado sobre sí mismos. Lo mismo les sucede ante cualquier error o fracaso que pone en evidencia lo falso de su pretendida superioridad, a pesar de todas las justificaciones que puedan argumentar ante los demás y ante sí mismos.

Su actitud puede ser también muy hostil hacia los otros, sobretodo cuanto más asumida tienen su superioridad, debido a que creen que los demás les quieren siempre perjudicar porque les envidian. Desconfían siempre de las otras personas y sienten por ellas un profundo desprecio, que procede de su pretendida superioridad, limitándose a utilizarlas y aprovecharse de ellas. Los intereses de los demás les resultan completamente indiferentes y ajenos. Sólo piensan en sí mismos, comportándose como si tuviesen derecho a recibir un trato especial de favor.

Se consideran a sí mismos “especiales”, por lo que no se sienten obligados a respetar y cumplir las normas sociales como el resto de la gente. Se creen además con derecho a obtener de los otros favores y privilegios especiales, pero eso sí, sin asumir las obligaciones que podrían derivarse de un sentido de reciprocidad. Se toman todo tipo de confianzas, sin ningún reparo, para lograr lo que pretenden y llegan a creer que los demás accederán a sus pretensiones, ya que les compensan con el privilegio de poder relacionarse con ellos.

Lo curioso es que a menudo lo consiguen, ya que terminan encontrando en muchos sitios personas solícitas y amables, que acceden a sus pretensiones sin pedir nada a cambio, lo que además se ve favorecido a veces por algún elogio que inteligentemente hacen sobre la amabilidad que les demuestran.

Siempre esperan de los demás actitudes especiales de deferencia, implicación y dedicación, siendo especialmente desconsiderados y explotadores con sus subordinados. Aunque pueden aparentar lo contrario, nunca piensan en los derechos de éstos y son completamente indiferentes a sus intereses y sentimientos, salvo en aquellos aspectos en los que piensan que podría venir algún tipo de perjuicio para ellos.

Los narcisistas suelen mostrarse audaces, optimistas, aparentemente imperturbables, competitivos y, persuasivos con los demás. Enfocan sus desmedidas ambiciones con un gran entusiasmo que pueden transmitir a otras personas, con lo que fácilmente pueden convertirse en líderes, arrastrándoles a colaborar en sus objetivos. Cuando están dotados de suficientes capacidades no es extraño que consigan sus metas, lo cual les refuerza en la concepción idealizada que tienen sobre sí mismos.

Los narcisistas son incapaces de querer verdaderamente a los demás, ya que dirigen su afectividad exclusivamente hacia sí mismos. Como en el mito griego de donde el trastorno toma su nombre, en que según cuenta Ovidio, el joven *Narciso* quedó enamorado de su propia belleza al contemplar su reflejo en el agua, siendo castigado por los dioses a morir de la angustia de desearse a sí mismo.

Este trastorno se asocia frecuentemente con otros trastornos de la personalidad, sobretodo con el trastorno *histriónico* y con el *antisocial*. También suele asociarse con otros trastornos psíquicos, especialmente con el *trastorno distímico*, con *trastornos de ansiedad* y con *trastornos somatomorfos*. Entre ellos son frecuentes los problemas en las relaciones de pareja y en el ámbito de la sexualidad.

PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS DEL TRASTORNO NARCISISTA DE LA
PERSONALIDAD

- AFECTIVIDAD DIRIGIDA HACIA SÍ MISMO
 - GRAN NECESIDAD DE ADMIRACIÓN
 - EGOCENTRISMO
 - PRESUNCIÓN, VANIDAD, EXAGERACIÓN DE MÉRITOS PROPIOS
 - IDEALIZACIÓN DE SÍ MISMOS
 - EGOÍSMO, UTILIZACIÓN Y EXPLOTACIÓN DE LOS DEMÁS
-

“NO SÉ CÓMO MI MADRE PUDO CASARSE ÉL”

Los rasgos narcisistas de la personalidad pueden manifestarse en cualquier etapa de la vida. Hace años vino a mi consulta una niña de once años llamada Catalina, porque sus padres estaban alarmados por su modo de comportarse y no sabían que hacer con ella. Recibí en primer lugar a los padres sin la niña y me explicaron que tenía continuas rabietas. Si no la daban lo que quería, chillaba, les insultaba y a veces incluso empezaba a romper objetos de la casa. Todo esfuerzo por calmarla parecía ser inútil y al final, siempre se terminaba saliendo con la suya.

En el colegio no sacaba buenas notas, pero iba aprobando los cursos aunque algún año le había quedado alguna asignatura para el verano. Con los profesores se mostraba arrogante y contestona. En más de una ocasión se había burlado de algunos abiertamente, haciendo comentarios sarcásticos y despectivos. Una vez que una profesora, por lo visto un tanto obesa, la riñó en el patio del colegio por burlarse de otra niña, la dijo que *mejor sería que se preocupase más por adelgazar*.

En el colegio no tiene ningún amigo de verdad, aunque juega en el equipo de baloncesto. Es alta y se le da bien. Siempre se queja de que pierden *por culpa de lo mal que juegan las otras*. Está pensando en dejar de jugar en el equipo. Según dice la entrenadora, ella intenta mandar y dirigir el equipo, pero no es popular entre sus compañeras.

Catalina tiene solamente una hermana, que es dos años menor. Su actitud va dirigida a lograr quedar siempre por encima de ella. Se muestra permanentemente envidiosa y egoísta, se burla constantemente de su hermana y la intenta demostrar como ella es muy superior en todos los aspectos, hasta el punto de que le ha provocado sentimientos de inferioridad, timidez y una autoestima baja. Siempre tienen que jugar o hacer lo que Catalina prefiere, aunque hay días en que no quiere jugar con ella porque según dice, *le aburre jugar con una niña tan tonta.*

Cuando la hago pasar a mi despacho, a ella sola, me explica rápidamente que sus *padres son imbéciles* y que *ella no necesita para nada ir a un psiquiatra*. Al preguntarle sobre cómo es la relación con sus padres, me refiere que con su madre no se lleva mal. Sobre su padre me dice que *es tonto*, que *todo lo hace mal* y que *está harta de él y de aguantar que la riña*. *Con lo feo, gordo y tonto que es, no sé como mi madre pudo casarse con él. Mi padre debería de ser alguien más rico e importante, alguien muy famoso o algo así, no sé cómo he podido nacer en esta familia.*

Cuando le pregunto sobre lo que le gustaría ser en el futuro, me dice que le gustaría ser una estrella de cine, pero en Estados Unidos, como Penélope Cruz. No piensa dedicarse a estudiar para terminar llevando una vida tan aburrida como la de su padre. *Quiere ser una estrella famosa, salir en la televisión y en las revistas, vivir una vida de lujo entre otras personas famosas y que todos la admiren y quieran estar con ella.*

TRASTORNO HISTRIÓNICO DE LA PERSONALIDAD

Se trata de un trastorno frecuente, que afecta aproximadamente a un 2,5% de la población, en una proporción similar a hombres y a mujeres, aunque hasta hace pocos años se pensaba que afectaba menos a los varones. El trastorno puede ponerse ya de manifiesto desde la infancia. Se trata de niños abiertos, simpáticos y comunicativos, que suelen dar muy buena impresión a quienes les acaban de conocer, pero que con el

tiempo se hacen incómodos debido a que resultan pesados, caprichosos, entrometidos, poco generosos, exagerados, etc.

Tienen bruscos e injustificados cambios de humor, ya que se enfadan en cuanto no consiguen lo que quieren. Hacen un drama de cualquier cosa, reclaman más dedicación que los demás niños y pretenden ser en todas partes el centro de atención. En las relaciones sociales se desenvuelven muy bien al principio, toman iniciativas hacia los otros niños y resultan cariñosos, simpáticos y divertidos, por lo que hacen amigos con mucha facilidad, pero los pierden en cuanto empiezan a mostrarse mandones, egoístas, exigentes, absorbentes, egocéntricos, crueles y emocionalmente imprevisibles.

Otras de sus características es su excesiva necesidad de estimación. Esto puede deberse a que han sido niños muy mimados y poco reprendidos por sus padres, habiéndose acostumbrado a recibir de éstos excesivas muestras de afecto, pocos castigos y muchas recompensas. Posteriormente, es difícil que logren encontrar en las demás personas una actitud similar a la que les acostumbraron sus padres, sintiendo como una carencia todo lo que son menores demostraciones de afecto y benevolencia.

Este trastorno de la personalidad también es más común entre niños y adolescentes que debido a diversos factores, se han acostumbrado a recibir continuas muestras de reconocimiento y aprobación sin realizar ningún esfuerzo, tal como le puede suceder por poner algún ejemplo, a niñas muy guapas o a chicos que se han convertido en líderes de su clase debido simplemente a motivos como jugar muy bien al fútbol. Con el paso de tiempo es fácil que puedan perder esa situación de privilegio y que la intenten recuperar mediante los mecanismos psicológicos característicos del trastorno histriónico de la personalidad. Además, este tipo de situaciones pueden facilitar que la autoestima se vuelva excesivamente dependiente de los comentarios y actitudes de los demás.

En otros casos, este trastorno puede relacionarse con una infancia durante la cual el niño se ha sentido muy poco querido, o se ha creído - con razón o sin ella - menos querido que sus hermanos. Este tipo de situaciones pueden dejar establecido en la personalidad un ansia de afecto que es imposible de colmar. En no pocos casos, alguno

de los padres de estos niños tiene también comportamientos caracterizados por el histrionismo, o un verdadero trastorno histriónico de la personalidad.

Aunque estas personas puedan resultar engreídas, pretenciosas, presumidas y vanidosas, son bastante dependientes y tienen una baja autoestima que necesitan elevar a través de sentirse estimados por los demás. La estimación ajena es el mecanismo más o menos consciente a través del cual logran mantener su autoestima a flote, por eso intentan caer bien a todos los desconocidos, para reclamar de ellos una buena opinión de la que incluso pueden alardear después, demostrando a los demás como ellos tienen muchos amigos y todo el mundo les quiere.

Esto suele ser completamente falso, ya que aunque son personas que suelen tener muchos conocidos, rara vez logran mantener en el tiempo alguna relación de amistad que tenga cierta profundidad. Solamente establecen relaciones personales superficiales y transitorias destinadas a obtener afecto, reconocimiento y aprobación para mejorar su autoestima, pero que carecen de un verdadero intercambio afectivo permanente y profundo.

Por eso resultan frívolos y seductores, ya que solamente pretenden comprobar que han gustado o caído bien a determinadas personas. Una vez conseguido esto, se desinteresan de ellas para pasar a conquistar a otras, algo así como *donjuanes* que en vez de buscar la conquista sexual para demostrarse a sí mismo y a los demás que se ha logrado conquistar y seducir al mayor número posible de mujeres, lo que buscan es demostrar y demostrarse que han logrado la aceptación y estimación del mayor número de personas posible. Esto es lo que tradicionalmente se ha denominado con el término de *necesidad de recambio afectivo*.

Esta necesidad de seducción para lograr la atención y aprobación de los demás no implica necesariamente un comportamiento seductor en el área sexual, aunque muchas mujeres con un trastorno histriónico de la personalidad tienden a comportarse de un modo provocativo, a pesar de que frecuentemente padecen frigidez u otras disfunciones sexuales, que a menudo achacan a la ineptitud de sus amantes. Lo más característico es que surja una apasionada relación romántica, que deja paso

rápidamente a una desilusión y decepción en la que se desprecia y critica cruelmente al amante, hasta que de nuevo aparece otra aventura repleta de novelesca pasión. Tradicionalmente se ha interpretado que esta aproximación sexual apasionada se ve coartada por el miedo a las posibles consecuencias que puede acarrearles.

En el caso de los hombres, algunos se caracterizan por exagerar determinadas características masculinas, como por ejemplo, intentar dar una imagen de hombres extraordinariamente duros, comportándose con fanfarronería, demostrando una excesiva seguridad en sí mismos, haciendo alarde de su insensibilidad al dolor, de su gran fuerza física o de su complexión atlética, dedicando horas y hora a lograr un alto desarrollo muscular, etc. En otros casos, por el contrario, los hombres histriónicos se muestran coquetos y seductores, con matices de sensibilidad algo amanerada y con actitudes hacia las mujeres que se caracterizan por una fuerte dependencia o por la mera promiscuidad.

Tanto los hombres como las mujeres que tienen un trastorno histriónico de la personalidad procuran aparentar más de lo que son y manifestar también que experimentan emociones más intensas de las que verdaderamente sienten. Se muestran teatrales, exagerados en sus gestos y expresiones, con unas demostraciones emocionales excesivas que dejan traslucir un fondo de falsedad y superficialidad. Están siempre pendientes de transmitir a los demás una buena imagen de sí mismos, de ser en cada lugar lo que creen que los otros esperan de ellos, pero algo hace que se termine percibiendo siempre en ellos una falta de autenticidad.

A veces parecen representar escenas teatrales, generalmente de corte romántico, donde pueden identificarse plenamente con el papel que están representando. Otros se limitan a intentar resultar frívolos y divertidos para intentar captar el interés de los demás, aunque rara vez manifiestan esta actitud en su casa, con sus familiares más próximos. Con los desconocidos y con las personas de poca confianza se suelen mostrar cordiales y muy serviciales con el fin de recabar de ellos una buena opinión y de evitar la temida indiferencia, siendo muy sensibles a los elogios y cumplidos de los demás, que pueden llegar a solicitar expresamente si no se los hacen espontáneamente. Pueden preguntar abiertamente a los demás si les quieren, si les consideran atractivos, simpáticos, amables, inteligentes, etc., buscando las respuestas halagadoras que

necesitan, lo cual pone habitualmente a los demás en una situación incómoda por tener que realizar un elogio forzado.

Algunos intentan resultar “especiales” para lo cual recurren a un aspecto exterior peculiar y extravagante, a comportamientos exagerados y exhibicionistas, con el fin de impresionar y atraer la atención de todo el mundo. Esto lo pueden pretender también de personas que no tienen la menor relevancia para ellos y en situaciones completamente inadecuadas. Suelen ser muy mentirosos, a veces hasta lo patológico, pudiendo creerse plenamente sus propias mentiras. Es lo que la psiquiatría ha denominado como *pseudología fantástica*. Aunque no lleguen hasta este extremo, todos suelen ser muy fantasiosos y frecuentemente recurren a su imaginación para soñar despiertos con todo aquello que les gustaría que sucediese en la realidad, hasta el punto de llegar a confundir la fantasía con la realidad en algunas ocasiones.

Se caracterizan también por tener un exagerado afán de novedades, que generalmente guarda relación con una necesidad de experimentar sensaciones intensas y nuevas. La rutina les asfixia y les hace sentirse vacíos y aburridos, por lo que buscan activamente todo lo que les pueda provocar excitación o a las personas capaces de proporcionársela, pero se entusiasman con la misma rapidez y facilidad con que se sienten decepcionados, por lo que entre ellos son muy frecuentes las *aventuras fugaces* de cualquier contenido, pero sobretodo las de corte sentimental.

Son emocionalmente inestables. Esto se debe en parte a que son muy sensibles, por lo que fácilmente cambian de humor y de estado de ánimo ante estímulos de tipo afectivo, aunque esta sensibilidad se caracteriza más por su excitabilidad y vulnerabilidad que por su profundidad. Suelen ser crédulos, influenciables y sugestionables, resultándoles muy difícil controlar sus emociones, con lo que frecuentemente experimentan crisis de ira o de llanto.

Pueden resultar caprichosos, contradictorios o irresponsables debido a que en sus decisiones y comportamientos tienen más peso los sentimientos que los argumentos. A menudo prometen lo que no pueden cumplir o toman decisiones precipitadas, de las que luego se arrepienten al comprender las consecuencias de las mismas. Tienden a

manipular a los demás, a implicar a muchas personas en sus conflictos y al chantaje afectivo.

Toleran muy mal las frustraciones. Viven como una tremenda injusticia no lograr lo que desean y pueden reaccionar frente a la frustración con explosiones violentas de ira o bien con chantajes manipulativos para conseguir lo que quieren. Por ejemplo, pueden forzar a los demás a aceptar sus pretensiones a través de una amenaza o verdadera tentativa de suicidio. Entre estos adolescentes no es raro que se pueda recurrir al suicidio no sólo para conseguir un objetivo que se les niega, sino también como un modo de *castigar* a los demás, especialmente a los padres. En general no son muy éticos y son indulgentes consigo mismos, pero pueden ser crueles con los demás, especialmente con aquellos que les han descalificado o por los que se han sentido heridos, lo cual no es raro ya que son muy vulnerables y a menudo, vengativos.

Muchos recurren al consumo de alcohol y drogas con el fin de intentar aliviar sus altibajos de ánimo, pudiendo caer en el abuso y la dependencia. Este trastorno también se asocia frecuentemente con trastornos depresivos, de ansiedad y con *agorafobia*. Entre las personas que padecen un trastorno histriónico de la personalidad también son muy frecuentes los trastornos *disociativos* y los trastornos *somatomorfos* que suelen caracterizarse por la presencia de síntomas físicos particularmente llamativos e inusuales, particularmente entre personas con menor nivel cultural.

PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS DEL TRASTORNO HISTRIÓNICO DE LA PERSONALIDAD

- DRAMATIZACIÓN DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS
- EGOCENTRISMO Y BÚSQUEDA DE ATENCIÓN
- CONDUCTAS SEDUCTORAS Y MANIPULATIVAS
- ELEVADA NECESIDAD DE ESTIMACIÓN Y APROBACIÓN SOCIAL
- HIPERSENSIBILIDAD E INESTABILIDAD EMOCIONAL
- EXCESIVA BÚSQUEDA DE SENSACIONES NUEVAS E INTENSAS

“¿ES MUY ESPECIAL LO QUE A MI ME PASA, DOCTOR?”

Lola es una mujer que tendrá cerca de los sesenta años. Cuando mi secretaria le preguntó su edad para completar los datos básicos de la historia clínica prefirió no decírsela. Es preferible a lo que hacen algunas personas, aunque pocas, que ya comienzan a engañar al médico desde ese mismo instante, diciendo que tienen menos años de los que tienen en realidad.

Ha sido hija única. Sus dos padres han fallecido, su madre hace poco más de dos años y su padre hace diez. Según me dice, sintió más la muerte de su padre, al que estaba muy unida. *“Ahí tuve mi primera depresión”*. Lleva más de 25 años casada, ya que según me dice *“ya hemos celebrado las bodas de plata”*, a pesar de que la relación con su marido le resulta poco satisfactoria. *“Es aburrido, poco cariñoso, elemental, burdo, vamos un zopenco,...aunque no es mala persona. Yo hago siempre lo que quiero, si algo no le parece bien, no se lo digo, si me compro algo caro, digo que me ha costado menos”*. Resulta inicialmente simpática y sonrío con complicidad cuando explica *“ya sabe doctor: a marido tirano, mujer mentirosa”*.

No han tenido hijos, lo cual le ha resultado muy frustrante, pero ya se ha hecho a la idea, *“además, los hijos dan a veces muchos disgustos”*. Realizó los estudios de bachillerato, pero no estudió ninguna carrera universitaria, porque no le gustaba estudiar. Tampoco trabajó nunca. Se casó y prefirió ser ama de casa. Lola es guapa, tiene el pelo negro azabache, estatura media y algún kilo de más, sin que se le pueda calificar de obesa. Va bien vestida y parece recién salida de la peluquería, pero con exceso de joyas y de maquillaje. Sus gestos, estudiadamente coquetos, así como su aspecto exterior, contrastan con su afirmación de *“estar muy deprimida, con una depresión que no mejora a pesar de los tratamientos que me han puesto varios psiquiatras en los últimos tres años”*.

Cuando le pregunto por los síntomas me doy perfecta cuenta de que en realidad no tiene tal depresión, sino somatizaciones y síntomas de ansiedad. Me explica que siente *como corrientes eléctricas que le recorren parte de la cabeza, como unas culebrillas*. A veces nota *pinchazos en los brazos y en las piernas, igual que si me estuviesen clavando alfileres*. Algunos días también tiene *unas jaquecas horribles que no me dejan hacer nada, aunque lo peor es una bola que se me pone en la boca del estómago y que me sube por el pecho hasta la garganta, eso es espantoso. ¿Es muy especial lo que a mi me pasa, doctor?*.

Me dice que además sufre mucho porque *es muy sentida y todo le afecta mucho*. Se siente frustrada por haberse casado con su marido. Ella necesita un cariño que él no le puede dar. Hay días en que se siente muy triste pensando en eso, sobre todo cuando tiene alguna discusión con él. A ella le hubiese gustado encontrar un hombre con sensibilidad, capaz de comprenderla y de *compartir con ella una bonita historia de amor*. No sabe por qué se terminó casando con su marido, al que de todos modos, siempre le ha sido fiel. *He tenido muchas oportunidades con otros hombres, antes y después de estar casada, pero yo no soy de esas, doctor*.

TRASTORNO PARANOIDE DE LA PERSONALIDAD

El *trastorno paranoide de la personalidad* es bastante frecuente, ya que afecta a casi a un 2 % de la población, algo más a los varones que a las mujeres. La principal característica de estas personas es su continua, exagerada e injustificada suspicacia y desconfianza de los demás, que se suele haber puesto de manifiesto ya durante la infancia.

Se trata de niños con pocos amigos, poco dispuestos a compartir planes y cosas con sus compañeros, y a los que les falta esa confianza ingenua que es natural durante la infancia. Esto puede deberse a que han recibido por parte de sus padres unos cuidados irregulares, es decir que algunos días están plenamente solícitos y cariñosos con él, mientras que otros días, sin ningún motivo aparente para el niño, se comportan de un modo contrario.

En otros casos, los padres o cuidadores se han comportado sistemáticamente con el niño de un modo duro, poco afectuoso, excesivamente severo, incluso a veces, con agresividad. Las malas experiencias en este sentido, durante la edad preescolar o al inicio de la escolar, cuando son muy traumáticas, también pueden favorecer que se desarrolle una personalidad paranoide. En cualquier caso, lo que sucede es que el niño termina aprendiendo que no puede confiar en que los demás se vayan a comportar como el esperaba, que no puede predecir siempre en ellos unos cuidados o una conducta positiva y gratificante respecto de él, con lo que adopta una permanente actitud defensiva y desconfiada hacia todo lo que viene del exterior. El resultado es que estas personas están siempre en un estado de vigilancia o de alerta, a la expectativa de los perjuicios que les pueden ocasionar los que les rodean. Analizan y dan vueltas a todo, buscando detalles que confirmen sus temores para poder anticipar el modo de defenderse mejor de los ataques que esperan.

Se muestran siempre extremadamente cautelosos para descubrir los verdaderos motivos del comportamiento de los demás. Por ejemplo, si alguien se presta a hacerles un favor o les hace cualquier tipo de ofrecimiento bien intencionado, ellos se preguntan rápidamente qué les pedirá después a cambio. Incluso cuando el comportamiento de los demás demuestra que sus sospechas eran completamente infundadas, ellos no cambian de opinión, sino que solo les lleva a considerar lo sagaces que son los otros para ocultar tan bien sus siniestras intenciones. Esta sensación de incertidumbre y de amenaza constante les provoca una gran angustia y tensión emocional.

Su forma de percibir la realidad está distorsionada en función de sus temores internos, por lo que están siempre a la defensiva e interpretan cualquier suceso o comentario irrelevante de los demás, como un ataque o una referencia indirecta dirigida hacia ellos. En todo encuentran dobles intenciones y significados, intrigas, confabulaciones y motivos interesados que les sirven para confirmar sus sospechas, o mejor, sus creencias injustificadas sobre la intención de los demás de engañarles, descalificarles, manipularles, aprovecharse de ellos o perjudicarles de cualquier otro modo.

También se sienten aludidos con mucha facilidad. Sienten que los demás les están observando, que hablan de ellos, que les controlan, vigilan o persiguen, etc., siendo muy obstinados en la firmeza de estas creencias, que no modifican a pesar de todos los argumentos que pueden darles los demás para convencerles de que están equivocados en sus apreciaciones.

Esta actitud ocasiona problemas en sus relaciones personales, ya que suelen reaccionar con ira y violencia a todo lo que ellos interpretan como un perjuicio, engaño o traición, y además los otros se sienten ofendidos por su desconfianza, por sus comportamientos descarados para investigar y verificar si los demás les están engañando y por los comentarios irónicos o francamente sarcásticos, que injustificadamente pueden hacer sobre ellos.

De este modo, su comportamiento produce rechazo en las personas con las que tratan, ocasionando problemas y disputas que les terminan confirmando que estaban bien fundadas sus falsas sospechas iniciales. Lo que en realidad sucede es que el propio clima que crea su actitud, termina provocando que los demás se comporten tal y como ellos habían sospechado. Es como lo que le ocurre al celoso que a costa de desconfiar sin motivo de su pareja, termina agriando la relación y provocando al fin su infidelidad.

Estas situaciones les generan un estado de ánimo irritable y tenso, junto con sentimientos de infelicidad y abatimiento, ya que sus sospechas también se extienden habitualmente a sus socios o incluso hasta los miembros de su propia familia, con lo que siempre se sienten dolidos, defraudados y amargados por el modo de ser y de tratarles de los demás. Estas conclusiones refuerzan a su vez su visión distorsionada del mundo y su desconfianza aprendida, cerrándose un círculo vicioso.

Sus problemas sociales se deben además a otros aspectos de su personalidad, ya que suelen ser escépticos, críticos, arrogantes o cínicos incluso con personas que acaban de conocer, sin que objetivamente, éstas les hayan dado ni el más mínimo motivo para tomar esa actitud en su contra. Se llevan mal con todo el mundo porque son muy críticos con el resto de las personas, teniendo una especial facilidad para poner de relieve y exagerar los fallos y defectos de los demás, con los que fácilmente disputan,

humillándoles o burlándose de ellos en cuanto tienen la menor oportunidad. Sin embargo, en todo lo que pueda referirse a ellos carecen del más mínimo sentido del humor y no soportan la menor broma sobre su persona, ya que la interpretan siempre como una ácida indirecta o una burla malintencionada.

A pesar de ser tan críticos con los defectos ajenos, son muy indulgentes con ellos mismos, ocultando siempre sus fallos, errores y defectos, que debido a la imagen sobrevalorada que tienen de sí mismos, no son capaces de aceptar, atribuyendo a los otros la culpa de sus fracasos. Su personalidad tiene también otros elementos narcisistas, ya que a menudo se muestran provocativos y demuestran una arrogante superioridad, cuestionando cualquier mérito ajeno. También suelen envidiar los éxitos de los demás, que tienden a minimizar, mientras que exageran sus logros y su importancia, pretendiendo a veces exigencias especiales por el mero hecho de que se trata de su persona.

Su narcisismo también se puede observar en lo sensibles que son a las críticas o pequeños comentarios negativos que sobre ellos puedan hacer otras personas, reaccionando con intensos sentimientos de ira y de desprecio. Profundamente rencorosos, nunca olvidan las ofensas que creen haber sufrido y en cuanto pueden toman venganza de ellas. Estas exageradas defensas narcisistas van encaminadas a salvaguardar a toda costa la imagen idealizada que tienen de sí mismos.

Su actitud defensiva se manifiesta también en que son muy reservados y celosos de su propia intimidad, temiendo que si hacen alguna pequeña confidencia a alguien, éste pueda utilizar posteriormente en su contra la información que le hayan podido desvelar. Esto lo llevan hasta situaciones extremas, siendo totalmente reacios a dar a personas desconocidas las informaciones más elementales, pensando siempre que podrán utilizarlas en su contra.

Son muy fríos y distantes en el terreno afectivo y no suelen tener amigos. A lo sumo confían verdaderamente en dos o tres personas, como por ejemplo, en los padres y en la pareja. Extremadamente independientes, se sienten muy orgullosos de una autonomía que no están dispuestos a perder; por eso evitan a toda costa depender de

otras personas, incluso en el trabajo, ya que no son capaces de confiar en los superiores ni en los compañeros, ni en sus subordinados, viviendo las funciones en las que es necesario un cierto nivel de cooperación, como un riesgo de sometimiento. Esta es la razón por la cual suelen elegir trabajos completamente individualistas, donde además no están bajo el control de otras personas, aunque ellos son muy controladores con los demás con el fin de observar y predecir todos sus movimientos.

Cuando trabajan en equipo suelen tener numerosos problemas con los compañeros de trabajo, ya que a menudo se niegan a compartir sus puntos de vista, a aceptar los de los otros y a asumir las decisiones de la mayoría, dentro de un clima en el que tienden a desconfiar sistemáticamente de todos y a llevar siempre la contraria desde una posición de supuesta superioridad. Se trata de personas que en su infancia ya tuvieron problemas similares en el colegio y que también terminan teniendo problemas interpersonales con los amigos, con la pareja y la familia. En definitiva, en todas partes.

Suelen tener un alto sentido práctico, por lo que prefieren siempre lo funcional y lo útil a lo estético. No son nada románticos. Odian todo lo que consideran una pérdida de tiempo, preciándose de sacarle mucha productividad a todas sus horas. Son muy racionalistas y presumen de tomar todas sus decisiones de forma fría y calculadora, al margen de cualquier implicación emocional.

A menudo son muy celosos, dentro de una actitud de férreo control de su pareja. Por el contrario ellos no se dejan controlar y necesitan amplios márgenes de libertad para sentirse cómodos. Algunos son esporádicamente infieles, pero son tan cuidadosos que difícilmente lo llega a saber nadie. Aunque también es algo que siempre ocultan a sus conocidos, entre ellos no son raras las diversas formas de dependencia sexual, la erotomanía o el sadomasoquismo.

Los celos pueden llegar a adquirir un nivel patológico, hasta constituir un verdadero delirio de celos por el que tienen la convicción firme, inamovible e injustificada de que les engaña su pareja. Generalmente llegan a esta falsa convicción tras una larga observación de pequeños detalles que van hilando en la misma dirección, de modo que todo termina confirmado, a sus ojos, sus sospechas. Como el delirio se ha

ido estableciendo poco a poco, organizándose sobre multitud de finas observaciones, tiene características de gran verosimilitud, por lo que es frecuente que puedan convencer a otras personas de que sus afirmaciones son realmente ciertas. Estos episodios psicóticos suelen ser de breve duración y remiten generalmente de forma espontánea, siendo más fácil que aparezcan durante periodos en que estas personas están sometidas a estrés, tras el consumo de drogas o bien en situaciones prolongadas de aislamiento.

PRINCIPALES CARACTERISTICAS DEL TRASTORNO PARANOIDE DE LA PERSONALIDAD

- CONTÍNUA SUSPICACIA Y DESCONFIANZA INJUSTIFICADAS
- SENSACION INJUSTIFICADA DE SENTIRSE OBJETO DE LA ATENCION DE LOS DEMAS
- INTERPRETACIONES EQUIVOCADAS SOBRE LAS INTENCIONES DE LOS DEMÁS
- EXAGERADA RESERVA SOBRE CUESTIONES PERSONALES Y GRAN RESISTENCIA A CONFIAR EN LOS DEMÁS
- TENDENCIA A LA ENVIDIA, AL RENCOR Y A LA VENGANZA
- FRIALDAD Y DISTANCIAMIENTO AFECTIVO

“VAMOS A HACERLO EN CUESTIÓN DE DÍAS”

Con mucha frecuencia, las personas que padecen un trastorno de la personalidad no acuden a un psiquiatra hasta que el trastorno se descompensa o se complica con una depresión, un trastorno de ansiedad o una psicosis. Esto último es lo que le sucedió a Ángela, una chica de Madrid, soltera, de 26 años de edad, que vino a verme por primera vez acompañada de sus padres. Estaba muy angustiada porque - según decía - ciertas personas la estaban destrozando la vida.

Había dejado de salir sola de casa desde hace meses, ya que en cuanto salía a la calle notaba como había multitud de personas que la vigilaban y la seguían a todas partes. Había corrido angustiada por la ciudad, huyendo por los centros comerciales, por el metro, pero era completamente inútil, en todas partes había personas observando sus movimientos. A veces la miraban, sonreían y comentaban cosas entre sí. Algunos la seguían hasta que ella empezaba a correr desesperada, pero cuando les perdía de vista, se daba cuenta de que todo había sido inútil ya que había otras personas vigilándola desde otra calle, desde cualquier otro lugar.

Generalmente no la hacían ni decían nada, pero había habido alguna ocasión en que las había escuchado decir algunas frases que la habían dejado sobrecogida. Recordaba haber oído cosas tales como: “*Te vas a enterar*”, “*ya la queda poco*”, “*te vamos a romper las piernas*” o “*es lo que se merece*”. Estas frases las había oído pronunciadas a su paso por personas distintas cada vez. Estaba segura de que lo habían dicho por ella y lo había oído con toda claridad.

Son personas pagadas por él. Es un antiguo socio de mi padre que se ha hecho rico después de arruinarnos a nosotros y ahora quiere seguir haciéndome daño a mí, creo que porque soy la única chica y la preferida de mi padre. Supongo que lo hace para hacerle más daño a él, ya que le odia y ya no puede seguir perjudicándole más económicamente. El padre, que había venido acompañándola se apresuró a asegurar que esto no tenía ningún sentido, que aunque era cierto que había tenido un socio que en un momento dado le había perjudicado, no mantenía desde hace años ninguna relación con él, careciendo de todo fundamento las afirmaciones de su hija. Ella le miró condescendiente y explicó que *el pobre no se da cuenta de nada.*

Durante el último mes, Ángela había entrado en un estado de terror. Ya no se sentía a salvo ni dentro de su domicilio. Veía desde su ventana como había gente vigilando su casa, había oído frases sueltas desde su habitación que la habían inquietado enormemente, como cuando hace poco escuchó decir a alguien “*vamos a hacerlo en cuestión de días*”. Interpretó que esas personas se referían a ella y que estaban a punto de matarla.

A partir de entonces se encerraba en su habitación por las noches, poniendo una gran cómoda detrás de la puerta, para dificultar el paso a estas personas a las que esperaba ver entrar en su habitación de un momento a otro, con lo que casi no podía dormir. Fue entonces cuando sus padres, viendo el cariz que tomaban los acontecimientos, se decidieron a llevar a su hija a un psiquiatra.

Ángela era la única chica de un total de cuatro hermanos, y que en cierto modo sí que había sido siempre la hija preferida de su padre, aunque éste, por motivos de trabajo, se había ocupado bastante poco de ella. Desde niña había sido un tanto extraña, distante, poco comunicativa y muy encerrada en sí misma. Había tenido bastantes problemas con sus compañeras de clase, que a menudo se burlaban de ella, según decía. Había cambiado de colegio en dos ocasiones hasta que terminó el bachillerato por ese motivo y porque tampoco encajaba bien con los profesores.

Aunque no había ido bien en los estudios, había logrado no tener que repetir ningún curso. En la Universidad mejoró su rendimiento, terminando la carrera de turismo con una calificación media de notable, pero no hizo amigos entre sus compañeros, ya que según ella *“eran todos unos inmaduros, que se estaban siempre diciendo tonterías y burlándose de ella y de otra compañera de clase, a la que también hacían siempre el vacío”*.

Desde que terminó sus estudios había trabajado como recepcionista en un hotel, pero no la renovaron el contrato. Había tenido problemas con los compañeros de trabajo que, según decía, *intentaban descalificarla delante de los jefes culpándola de sus fallos, mientras que se atribuían siempre sus aciertos*. Tampoco logró encajar en una agencia de viajes en la que trabajó durante unos pocos meses, *dónde la explotaban y sólo querían aprovecharse de ella*. Posteriormente quedó en el paro y fue cuando empezó a notar que algunas personas la vigilaban.

Ángela padecía un *trastorno paranoide de la personalidad*, al que se había añadido últimamente un *episodio psicótico*. Estos episodios psicóticos se añaden con cierta frecuencia y se caracterizan por la presencia de *ideas delirantes de tipo paranoide*, es decir, de ideas erróneas en las que esa persona cree firmemente, cuyo contenido

fundamental es de *autoreferencia* (me siguen, observan, vigilan, hablan de mi, etc.) y *autoperjuicio* (me quieren matar, envenenar, raptar, robar, descalificar, etc.).

En algunos casos se pueden añadir también auténticas *alucinaciones*, es decir, percepciones sin ningún fundamento real, pero idénticas a las que se perciben normalmente a través de cualquiera de los sentidos, que producen una firme sensación de realidad y objetividad en la persona que las percibe. Las más frecuentes son las auditivas y después las visuales. En el caso de Ángela, más que verdaderas alucinaciones, probablemente se tratase de percepciones reales o algo distorsionadas por sus propios temores, a las que ella daba un significado congruente con la temática de su delirio. En estos casos, más que un error en lo percibido, existe un fallo en la interpretación de lo que se percibe, es decir, que el trastorno psicopatológico afecta más al área del pensamiento que al de la percepción.

Al cabo de un mes de tratamiento con fármacos antipsicóticos (*neurolépticos*) que Ángela aceptó tomar para poder estar más tranquila y dormir mejor, desaparecieron las ideas delirantes y con ellas sus intensos miedos. Ya no se sentía inminentemente amenazada y pensaba que aquellas personas habían dejado de molestarla, aunque seguía creyendo que todo lo que le había pasado era absolutamente cierto. Después, muy poco a poco, la psicoterapia fue ayudando a disminuir su desconfianza generalizada. Comenzó a admitir que era demasiado suspicaz y que muchas veces sus interpretaciones eran incorrectas.

Progresivamente fue logrando tener más relaciones sociales y vínculos afectivos más estables. Al relacionarse más, fue mejorando su trastorno de la personalidad, ya que la soledad y la falta de comunicación siempre agrava los síntomas paranoides. Aunque persistía cierto nivel de suspicacia y desconfianza, volvió a trabajar y logró mantenerse durante más de tres años seguidos dentro la misma empresa, a pesar de algunas pequeñas disputas con algunos compañeros de trabajo.

TRASTORNO OBSESIVO-COMPULSIVO DE LA PERSONALIDAD

Se trata de un trastorno que afecta aproximadamente al 1% de la población. Lo padecen el doble los hombres que las mujeres, influyendo en su aparición la herencia genética. Se puede manifestar ya durante la infancia. Se trata de niños nerviosos, ansiosos, que se preocupan por todo, a menudo por cosas propias de personas mayores, por lo que sus padres tienen que estar a cada poco tranquilizándoles. Su ansiedad se puede manifestar en forma de síntomas corporales, sobretodo en forma de dolores de cabeza y de molestias abdominales.

Suelen ser formales, responsables, bastante convencionales, cumplidores de sus deberes y obligaciones, perfeccionistas, meticulosos, ordenados y rígidos en sus planteamientos. Muchos tienen padres que también son perfeccionistas y que pueden tener a su vez un *trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad*. Entonces se trata de padres demasiado exigentes, que castigan con inflexibilidad al niño en cuanto no se porta bien o no cumple sus expectativas, que suelen ser excesivas e insaciables. Por ejemplo, si el niño aprueba todas las asignaturas, el padre le dice que podría sacar notables. Cuando los consigue, le pide que saque sobresalientes y si los logra, pretende que sea el mejor de la clase.

Esta actitud paterna puede provocar en el niño dos reacciones diferentes. Algunos se rebelan contra el padre y evolucionando entonces hacia un *trastorno disocial* o un *trastorno negativista desafiante*, que son la antesala del *trastorno antisocial de la personalidad*. Otros, por el contrario, se someten y aceptan la actitud paterna, intentando responder a sus excesivas exigencias. Si lo consiguen, se sienten bien, pero si no lo logran, asumen las críticas paternas y aprenden a criticarse cruelmente a sí mismos, estableciendo una baja autoestima.

Estos últimos intentan responder a las exigencias paternas y ser lo que sus padres esperan de ellos, pero debido a que tienen unos padres excesivamente perfeccionistas y controladores, que les imponen unas normas rígidamente delimitadas y establecidas, terminan teniendo mas claro lo que *no pueden hacer* y lo que *tienen que hacer*, que lo que *pueden hacer*, lo cual les limita su capacidad para tomar iniciativas y decisiones, creándoles una personalidad insegura.

En estos niños subyace habitualmente un problema de autoestima que se fundamenta en un desconocimiento de su valía y sus capacidades, junto con un fondo de inseguridad en sí mismos que se manifiesta en forma de continuas dudas y de indecisión, debido a un excesivo miedo a equivocarse y a defraudar de nuevo a sus padres y a sí mismos. Por eso toleran tan mal los pequeños fracasos y se ve limitada su autonomía y capacidad de tomar decisiones sin dar demasiadas vueltas a esa cuestión. Además se suma el miedo a tomar iniciativas por temor a equivocarse y a lo desconocido y sus posibles consecuencias, incluida la desaprobación o el castigo de los padres.

Cuando estos padres exigentes tienden a ser excesivamente controladores, suelen sobreprotegerles y dirigir todas las decisiones, elecciones y comportamientos de sus hijos hasta que son relativamente mayores. Esta actitud educativa conduce a estos niños por caminos excesivamente limitados y restringidos, infundiéndoles actitudes e ideas excesivamente responsables y maduras para su edad, que son asumidas por los niños como algo impuesto que aceptan, pero que no es incorporado por ellos como algo verdaderamente propio.

Antes o después comprenden que no son ellos mismos, sino lo que sus padres deseaban que fuesen, lo cual les hace sentirse restringidos e inauténticos. Muchos hacen suyas estas actitudes inflexibles, estrictas y excesivamente críticas de sus padres y se vuelven a su vez tan severos e intolerantes como ellos, trasmitiéndose de este modo de una generación a otra, estas características de personalidad.

En los adultos que tienen un *trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad*, estos rasgos del carácter se hacen más estables y profundos. Algunos son exageradamente correctos, lo que unido a su comportamiento excesivamente controlado, hace que resulten poco espontáneos y naturales. Van bien vestidos, aunque siempre en una línea muy convencional, evitando estilos o colores excesivamente llamativos, ya que prefieren resultar discretos. Su aspecto suele ser peculiarmente esmerado, van cuidadosamente peinados y acicalados, con los zapatos muy limpios, las uñas perfectas, la ropa magníficamente planchada, etc. Pueden hablar con excesiva

precisión o utilizando fuera de contexto términos técnicos, con lo que resultan algo pedantes.

Generalmente les gusta dar la impresión de ser personas serias, formales, fuertes, seguras de sí mismas y maduras. Tienden a definirse a sí mismos como responsables, cumplidores, honestos, adaptados, respetuosos, educados y prudentes. Algunos son muy reservados y cautelosos, tienen un aspecto excesivamente serio o severo, nunca hacen bromas ni demostraciones de alegría, y mantienen un excesivo control de su expresión emocional. Pueden evitar tener demostraciones de ternura incluso con sus hijos. Su trato es correcto y convencional, pero frío y distante, sobretodo con las personas desconocidas o de poca confianza.

No les gusta realizar introspecciones ni hablar de sus sentimientos y motivaciones, incluso pueden negar, de modo más o menos inconsciente, sus conflictos personales. Hablar de sus sentimientos y hacer demostraciones emocionales cálidas les puede parecer algo incómodo o embarazoso, incluso pueden considerarlo como un signo de debilidad. Generalmente prefieren adoptar una actitud decididamente racionalista, en la que los argumentos dominan siempre sobre cualquier consideración de tipo emocional. No obstante, tras este excesivo control y restricción emocional, existe una personalidad mucho más sensible y afectiva de lo que indican las apariencias.

Suelen ocultar sus defectos y fracasos, ya que les hacen sentirse profundamente avergonzados ante los demás, aunque por dentro pueden recriminárselos repetidamente y sentirse muy culpables. Pretenden que todos les valoren y admiren lo máximo posible, para poder sentirse más perfectos y mantener a flote su autoestima. Su afán de perfección se debe a que necesitan ser perfectos para poderse querer, lo cual puede guardar relación con una idea infantil, característica de algunos hijos de padres exigentes y perfeccionistas, según la cual, si no hacen perfectamente lo que sus padres esperan de ellos, éstos se sentirán defraudados y no les querrán o les querrán menos. Si no merecen el cariño de sus padres, tampoco ellos pueden quererse a sí mismos, ya que no son objetos dignos de amor.

Por esto se muestran también perfeccionistas respecto de todo lo que hacen y de lo que les rodea. Su meticulosidad puede provocar que pierdan mucho tiempo en numerosas actividades, dedicando mucho más tiempo a cuestiones accesorias que a las fundamentales y dando excesiva importancia a los detalles.

Algunos tienen auténtico espíritu burocrático. Son poco creativos e imaginativos, pero están muy bien dotados para las tareas organizativas. Tienen un alto nivel de autoexigencia, siendo también muy exigentes con los demás. Si consideran que no han realizado algo suficientemente bien, se lo reprochan constantemente, aunque puedan no exteriorizarlo. Suelen ser muy eficientes, ordenados y disciplinados. No tienen madera de líderes, pero suelen ser grandes segundos y tienen un alto sentido de la lealtad y del deber.

Aunque las posibilidades son muy variadas, lo más característico es que sean muy respetuosos con los superiores, ya que son convencionales y tienen una gran consideración por las figuras de autoridad y por las jerarquías. Por eso pueden llegar a ser sumisos y aduladores con las personas que están situadas por encima de ellos, mientras que con las que lo están por debajo pueden ser excesivamente críticos y exigentes, incluso inflexibles y autoritarios. Cuando es así, suelen hacerlo amparándose en criterios y exigencias de jerarquías superiores, aunque siguiendo estrictos criterios de justicia y legalidad.

Ellos también son muy críticos, intolerantes y exigentes consigo mismos. Desde el punto de vista de la estructura de la personalidad, tienen un “*superyó*” hipertrofiado, insaciable y cruel, que asfixia continuamente su “yo”. Como un padre perfeccionista y exigente, siempre necesita más, siempre exige algo más, porque nunca está satisfecho. Esto hace que sean muy duros con las normas que aplican, tanto a sí mismos como a los demás, y que desconozcan en la práctica la aplicación de los sentimientos de benevolencia.

Son muy trabajadores y tienen un elevado concepto de la productividad y de lo útil, dedicando excesivo tiempo al trabajo y a realizar todas sus obligaciones. Se toman demasiado en serio sus responsabilidades, las cuales les terminan abrumando más de lo

normal. Son incapaces de delegar en los demás por miedo a que éstos no realicen bien la tarea encomendada. Necesitan supervisar todo y tener todo bajo control. Algunos incluso pretenden que aquellos en los que delegan, realicen lo que les han encargado mediante el mismo procedimiento que seguirían ellos.

Además de asumir plenamente sus responsabilidades, pueden hacerse también cargo de las ajenas, de las de familiares, amigos o compañeros de trabajo, con lo que acumulan una excesiva carga emocional. Todo esto hace que dispongan de poco tiempo para dedicarse a actividades sociales y de ocio, que por otra parte, les suelen interesar bastante poco.

Su estilo de vida es austero y suelen prescindir de todo aquello que consideran que es un lujo innecesario, o que les parece que es algo que no se pueden, o mejor, que no se deben permitir. Son muy rutinarios y se enfurecen cuando algo les saca de esta rutina. Siguen siempre con toda regularidad un ritmo horario para todas sus actividades, que sistemáticamente han organizado con anterioridad. Les resulta muy difícil dejar sin concluir una tarea que han comenzado, incluso en cuestiones irrelevantes y que están fuera del ámbito profesional.

Son ahorradores y previsores por miedo a las dificultades que puedan surgir en el futuro. Frecuentemente acumulan ropa pasada de moda u objetos inútiles, aunque no tengan para ellos ningún valor sentimental, pensando que tal vez en el futuro puedan volver a ser de alguna utilidad. Algunos son grandes coleccionistas. Entonces, su perfeccionismo hace que busquen objetos de colección perfectos, con los que quedan entusiasmados.

Tienen un fondo de inseguridad e indecisión, que no suelen demostrar ni aparentar, pero que les sumerge habitualmente en un mar de dudas. Su excesivo miedo a equivocarse hace que le den mil vueltas a un asunto antes de tomar una decisión. Son más analíticos que sintéticos. Pueden perderse en análisis minuciosos y exhaustivos, sin ser capaces de dejar de pensar en aquello que les preocupa.

Su indecisión les lleva frecuentemente a posponer sus decisiones, ya que no se sienten suficientemente seguros del camino a seguir, con lo que el tiempo o los demás terminan decidiendo por ellos. Esto puede guardar relación con un miedo infantil a cometer errores que provoquen la desaprobación de los padres o de otros adultos. En términos generales, evitan todo lo que pueda decepcionar a los demás, siendo muy celosos de su propia imagen y de lo que se opina de ellos. Esto puede llevarles a tener verdaderas dificultades para negarse a lo que les solicitan.

Se debaten entre la ambivalencia de decir que no a lo que les pide alguien, con el riesgo de que esa persona se forme una mala opinión de ellos o de que se genere una desagradable situación de tensión, o bien, decir que sí a su pesar, con lo que luego se arrepienten y sufren meditando sobre su debilidad por haber dicho que sí, cuando deberían haber dicho que no. Su problema radica en que no han sido capaces de desarrollar una tercera alternativa, por la que se adquiere una suficiente habilidad para decir que no sin que se genere tensión.

Algunos tienden a anticiparse mucho al futuro, en un afán excesivo de previsión o con una actitud más bien pesimista. Pueden perder mucho tiempo elaborando detalladas listas, planificando horarios y actividades, etc. A menudo se adelantan a los acontecimientos y *se hacen a la idea* de lo que el futuro les puede deparar, lo cual se traduce en la tendencia a resolver problemas que todavía no han aparecido - y tal vez no surjan nunca - y a sufrir innecesariamente por desgracias que después no llegan a suceder. Tanto más si se tiene en cuenta que generalmente son muy extremistas y catastrofistas.

También pueden sentirse frustrados por una idea positiva que habían anticipado y que no llega a cumplirse. Esta tendencia anticipatoria unida a su inflexibilidad y a su rigidez, explica la dificultad que tienen para adaptarse a cambios o situaciones nuevas, sobretodo cuando éstos se producen con escasa anticipación o de forma inesperada para ellos, pudiéndose oponer obstinadamente a éstos.

Muchos son muy aprensivos. Enseguida sospechan sin fundamente que tienen alguna enfermedad grave, como un cáncer, o que les está dando un infarto de miocardio.

Pueden hacerse múltiples chequeos y pruebas médicas, a pesar de lo cual solamente logran tranquilizarse durante cortos periodos de tiempo. Los síntomas físicos - o si se prefiere psicósomáticos - propios de la ansiedad, que tan a menudo padecen, les alarman y hacen que se angustien interpretando que se deben a múltiples enfermedades, lo cual aumenta dicha ansiedad, cerrándose un círculo vicioso. La hipocondría se asocia muchas veces con la personalidad obsesivo-compulsiva.

Suelen ser moralmente muy rígidos, incluso escrupulosos. Esta escrupulosidad también puede reflejarse en el terreno físico. Muchos sienten repugnancia por objetos o situaciones que la mayoría de las personas consideran normales, lo cual puede derivar fácilmente en un *trastorno obsesivo-compulsivo* (denominado clásicamente como *neurosis obsesivo-compulsiva*). Aproximadamente, la mitad de las personas que padecen este trastorno tienen también un *trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad*.

El *trastorno obsesivo-compulsivo* es un trastorno de ansiedad que se caracteriza por la presencia de obsesiones y compulsiones, con carácter frecuente y persistente. Las obsesiones consisten en ideas, impulsos, melodías o imágenes que se experimentan generalmente como algo intruso, aunque se comprende que se trata de algo propio que causa malestar y ansiedad. Aunque la persona suele luchar por deshacerse de ellas, le resulta muy difícil o imposible conseguirlo.

Las compulsiones son conductas repetitivas de carácter más o menos ritual, o actos mentales reiterativos que estas personas se sienten obligadas a realizar como consecuencia de las obsesiones, a pesar de que comprenden su carácter irracional o inapropiado. Algunos presienten que si no realizan las compulsiones puede ocurrir alguna desgracia, y aunque reconocen que esto es irracional, les queda siempre una sombra de duda que les termina empujando a realizarlas.

Las obsesiones y las compulsiones pueden referirse a contenidos de lo más variado. Las obsesiones más comunes son las que hacen referencia a la suciedad o a la repugnancia por determinados objetos o personas. Estas se acompañan de compulsiones que suelen consistir en repetidos y exhaustivos lavados de manos etc.. También son muy frecuentes las obsesiones que hacen referencia a descuidos como dejar abierta la

llave del gas, la puerta del coche o de la casa, olvidar las llaves, etc., que se acompañan de compulsiones que consisten en comprobar varias veces seguidas que el descuido no se ha producido.

El *trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad* también se asocia frecuentemente con otros trastornos de ansiedad, como fobias o el *trastorno de ansiedad generalizada*, así como con trastornos depresivos, con *trastornos somatomorfos* y con *trastornos disociativos*.

PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS DEL TRASTORNO OBSESIVO- COMPULSIVO DE LA PERSONALIDAD

- PERFECCIONISMO, METICULOSIDAD, RIGIDEZ Y OBSTINACIÓN.
- EXCESIVA DEDICACIÓN AL TRABAJO EN RELACIÓN AL OCIO.
- TENDENCIA A LA PERMANENTE PREOCUPACIÓN Y EXPECTACIÓN APRENSIVA.
- HIPERCRÍTICA, EXCESO DE EXIGENCIA Y DE SENTIDO DE LA RESPONSABILIDAD.
- AUSTERIDAD Y TENDENCIA A ACUMULAR OBJETOS INÚTILES.
- ECESIVO AFÁN POR EL ORDEN, LA ORGANIZACIÓN Y LA PREVISIÓN.

“TENGO UNA ENFERMEDAD RARA QUE LOS MÉDICOS NO SABEN DIAGNOSTICAR”

Entra en mi despacho un hombre de 32 años de edad, alto, delgado, bien vestido, serio y con un gesto malhumorado. Me dice que desde hace unos meses se encuentra bajo de ánimo, cansado, sin ganas de ir a trabajar y sin poder concentrarse en su trabajo. Duerme mal a pesar de que debido a que por motivos laborales dispone de muy pocas horas de sueño. Cae dormido, porque se siente completamente agotado, pero enseguida

se despierta varias veces durante la noche y tarda mucho en volverse a dormir, ya que no puede dejar de pensar en lo que le puede estar pasando.

Ha perdido peso y apetito en los últimos dos meses. Le duele la cabeza y siente a menudo una opresión en el pecho que no le deja respirar. Al menor esfuerzo también nota que su respiración se vuelve rápida y dificultosa, siente que se ahoga a la vez que su corazón late a toda velocidad. Ha llegado a pensar que tenía un cáncer en el pulmón y todavía no está tranquilo, a pesar de que su médico internista le ha realizado toda una larga serie de exploraciones que han descartado toda patología física.

Está permanentemente preocupado y absorbido por sí mismo, explorándose el pulso, la tensión arterial, la temperatura y su aspecto en general. *“No tendré cáncer de pulmón, pero tengo alguna enfermedad rara que los médicos no me logran diagnosticar”*, me dice. Lo que resulta evidente es que padece una depresión que cursa con notable ansiedad. Cuando se lo explico, se muestra reticente, pero al final acepta hacer un tratamiento con antidepresivos y sobretodo acepta de buen grado mi sugerencia de tomar algún medicamento para mejorar sus problemas de insomnio.

Al cabo de pocas visitas desaparecieron por completo sus síntomas ansiosos y depresivos, recuperó el sueño, el apetito y los kilos que había perdido. Esto le hizo comprender que su sospecha de cáncer estaba completamente infundada y aceptó el diagnóstico de depresión. No había tenido ninguna a lo largo de toda su vida.

Gonzalo, así se llama el paciente, es abogado. Había trabajado en varios despachos pequeños, pero hace un año se había cambiado a uno mayor y más importante, que le exigía mucha más dedicación. Trabajaba trece o catorce horas diarias y también muchas horas durante los fines de semana, porque le resultaba imposible sacar adelante adecuadamente todo el trabajo que se le encomendaba.

Durante los últimos meses, al notarse cada vez más cansado, despistado y con dificultades de concentración, el estrés fue haciéndose progresivamente mayor, ya que su rendimiento disminuía, con lo que cada vez se le acumulaba más el trabajo y tenía que entregar escritos casi sin supervisar ni corregir, lo cual le creaba una angustia

espantosa. Intentaba resolver esto mediante listas y planificaciones de actividades de horarios, pero, incapaz de cumplir los márgenes de tiempo que adjudicaba a cada actividad, la elaboración de estos planes no le servía mas que para hacerle perder más tiempo.

Gonzalo siempre ha sido muy perfeccionista. Analiza minuciosamente todos los asuntos que se le encomiendan y una vez que hace un escrito lo repasa varias veces, haciendo numerosas modificaciones hasta que queda satisfecho. Luego dedica mucho tiempo a la presentación. A veces gasta más tiempo cambiando el formato o tipo de letra en que presenta el escrito, modificando detalles de redacción, etc., que el tiempo que dedica a pensar en el contenido del mismo. Esto hace que sea profesionalmente poco eficaz, aunque su trabajo siempre está bien hecho y es muy responsable.

Se ha quedado algunas noches en el despacho hasta más de las cuatro de la mañana, porque se siente incapaz de dejar un asunto a medias. Siempre necesita concluir todo lo que empieza. Incluso cuando comienza a leer un libro de entretenimiento, tiene que terminarlo a pesar de que le aburra y no le interese, ya que no es capaz de abandonar definitivamente su lectura. También pierde mucho tiempo al vestirse, al ducharse, al afeitarse, etc., porque realiza todas estas actividades con sumo cuidado y meticulosidad.

Con los clientes del despacho es siempre muy respetuoso, considerado y amable, al igual que con sus jefes y compañeros. Nunca da una negativa al trabajo que le encomiendan a pesar de verse completamente desbordado. Está abrumado pensando en que su incapacidad para hacer frente a tanto trabajo va a hacer que le despidan. Le horroriza considerar lo que sus padres y su mujer puedan llegar pensar de él si esto llega a suceder.

Siempre ha sido estudioso, obediente y responsable. Es el mayor de cuatro hermanos y ha recibido una educación bastante severa y estricta, dentro una familia bien estructurada, de corte tradicional. Sus padres han tenido una buena relación entre ellos, aunque el padre era bastante serio y autoritario, por lo que el ambiente familiar era de alta exigencia y poca alegría.

Nunca se ha mostrado rebelde, por el contrario que su hermano menor, intentando responder a lo que sus padres esperaban de él. Su mujer tiene una educación y unos planteamientos de vida similares. Su relación con ella es buena, salvo que el trabajo de él les deja poco tiempo para verse. No obstante, ella comprende que tenga que hacer este esfuerzo profesional para labrarse un futuro, por el bien de los dos y del único hijo que tienen, de un año de edad.