

Trastorno obsesivo-compulsivo

El **trastorno obsesivo-compulsivo (TOC)** es una enfermedad ansiosa que suele iniciarse en la adolescencia o a principios de la edad adulta, pero puede comenzar en la infancia. En este último caso, es más frecuente en niños que en niñas. El momento habitual de inicio es más tardío en la mujer que en el varón, de modo que es igual de frecuente en los adultos de ambos sexos. Este trastorno suele cronificarse sin tratamiento y en algunas personas provoca una grave discapacidad.

En el número de *JAMA* correspondiente al 27 de octubre de 2004 se incluye un artículo sobre tratamiento del TOC en niños y adolescentes.

El TOC se caracteriza por la presencia de obsesiones o compulsiones o, como es habitual, de ambas. Las obsesiones y compulsiones provocan un intenso sufrimiento al paciente, le hacen perder mucho tiempo e interfieren con su funcionamiento normal.

Obsesiones: son pensamientos, impulsos o imágenes no deseados, superfluos y recurrentes que se experimentan como inoportunos e inapropiados.

- Las obsesiones del TOC no son simplemente preocupaciones acerca de la vida real.
- La persona afectada se da cuenta de que es su propia mente la que genera estas ideas obsesivas.
- El paciente trata de suprimir o neutralizar las obsesiones emprendiendo acciones o con otros pensamientos.
- Ejemplos de obsesiones típicas incluyen pensar que uno está contaminado por la suciedad o por microbios o pensar que se ha hecho daño a alguien, aun cuando se reconozca que dichas preocupaciones no son realistas.

Compulsiones: son conductas repetitivas o "rituales" que la persona afectada se siente impulsada a realizar de un modo determinado.

- Las acciones compulsivas se llevan a cabo para reducir la ansiedad/angustia o impedir que ocurra algo malo, a pesar de no existir ninguna conexión real con la prevención de dicho acontecimiento.
- Las compulsiones típicas incluyen limpieza excesiva (caso del lavado de manos), comprobaciones repetitivas y acumulación de cosas aunque sean inútiles.
- Para algunas personas, pueden ser compulsiones actos mentales como rezar, contar o repetir palabras en voz baja.

CAUSAS DEL TOC

- Se desconoce la causa exacta de este trastorno.
- Se han hallado pruebas de su carácter familiar y de que podría tener un componente **genético** (hereditario).
- Podría estar implicado un desequilibrio de la **serotonina**, un mensajero químico (neurotransmisor) del cerebro.

TRATAMIENTOS PARA EL TOC

- **Los inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS)** son medicamentos que han demostrado su eficacia para disminuir los síntomas de este proceso y que también se prescriben como antidepresivos.
- **El tratamiento cognitivo conductual (TCC)** para el TOC incluye ayudar a los pacientes a cambiar sus patrones de ideas o pensamientos relacionados con los impulsos y compulsiones obsesivos.
- Como parte del TCC, puede incluirse un tratamiento conductual que consiste en la **exposición y prevención de la respuesta**. En dicho tratamiento, el paciente se expone deliberadamente a las situaciones que tienen tendencia a estimular sus compulsiones (por ejemplo, ensuciándose las manos). Un terapeuta —que suele ser un psicólogo— con experiencia ayuda al paciente a afrontar la ansiedad generada, al mismo tiempo que le anima a no poner en marcha una compulsión (por ejemplo, el lavado excesivo de las manos).

Fuentes: Anxiety Disorders Association of America; American Psychiatric Association, y National Institute of Mental Health.

PARA MÁS INFORMACIÓN

- Anxiety Disorders Association of America
Tel.: 240/485-1001.
www.adaa.org
- American Psychiatric Association
Tel.: 703/907-7300.
www.psych.org
- National Institute of Mental Health
Tel.: 866/615-6464.
www.nimh.nih.gov

PARA SU PROPIA INFORMACIÓN

Para localizar esta "Página de *JAMA* para el Paciente" u otras previas, acceda al índice de la "Página para el Paciente" en la web de *JAMA* (www.jama.com). Las "Páginas de *JAMA* para el Paciente" están disponibles en inglés y en español. En el número de *JAMA* correspondiente al 25 de noviembre de 1998 se publicó una "Página para el Paciente" sobre el TOC.

Redactora : Sharon Parmet, MS

Ilustradora: Tiffany J. Glass, MA

Editor: Richard M. Glass, MD

La "Página de *JAMA* para el Paciente" es un servicio público de la revista *JAMA*. La información y recomendaciones que aparecen en esta página son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no constituyen el sustituto de un diagnóstico médico. Para una información más específica sobre su caso particular, la revista *JAMA* le sugiere que consulte con su médico. Los médicos y otros profesionales de asistencia sanitaria pueden reproducir esta página sin fines comerciales y facilitarla a los pacientes. Cualquier otro tipo de reproducción debe someterse a la aprobación de la AMA. Para adquirir separatas, pueden ponerse en contacto con el teléfono +718/946-7424.

