

A stylized, high-contrast illustration of a woman's face in profile, facing right. The face is defined by thick black outlines for the eyes, nose, and lips. The background is a vibrant, abstract collage of colors including blue, green, yellow, pink, and red, with a network of black lines crisscrossing over it. The overall style is reminiscent of pop art or graphic design.

CETTAD

**Trastorno
límite de
personalidad**

CETTAD

Cettad S. C. es un centro especializado en el tratamiento de los trastornos ansiosos, depresivos y de la personalidad. Basamos nuestro trabajo en el uso de protocolos de tratamiento que han demostrado eficacia y han sido validados a través de la investigación científica.

Publicado en México por Cettad S. C. Juan Sánchez Azcona 217-B Colonia Narvarte, Alcaldía Benito Juárez, Ciudad de México. México. C. P. 03020.

© Cettad S. C. 2023

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación o transmitida, de ninguna forma o por ningún medio, sin el permiso previo por escrito de Cettad S. C., o según lo permitido expresamente por la ley, por licencia o bajo los términos acordado con la organización de derechos de autor. Las consultas relacionadas con la reproducción fuera del alcance de lo anterior deben enviarse al Departamento de Derechos de Cettad S. C. a la dirección anterior.



¿Qué es?

El trastorno límite de personalidad (TLP) se caracteriza por un patrón dominante de dificultad para regular las emociones. Esta dificultad en la regulación emocional impacta en las siguientes áreas:

Inestabilidad emocional

Se caracteriza por intensos episodios de enojo, depresión y ansiedad, entre otros, los cuales se presentan en periodos que duran desde unas horas hasta unos pocos días y que son generados por una gran reactividad a los estímulos. Estos cambios emocionales frecuentemente llevan a relaciones interpersonales intensas e inestables y al dolor emocional.

Inestabilidad en la conducta

Presentan conductas impulsivas y frecuentemente peligrosas, como parrandas, sexo no seguro, abuso de sustancias, conducción temeraria, atracones, conductas de autolesión como cortarse y conductas o amenazas suicidas.

Inestabilidad en la autoimagen

Muestran incertidumbre respecto a como se ven a sí mismos y su papel en el mundo. Como resultado, sus intereses y valores cambian rápidamente. Presentan cambios repentinos en sus metas, planes o creencias religiosas, así como también en la elección y mantenimiento de amigos o en la identidad sexual, entre otros temas.



Síntomas

Criterios clínicos del TLP de acuerdo al DSM-5

Es necesario cumplir al menos con 5 de los siguientes criterios:

- Esfuerzos desesperados para evitar el desamparo real o imaginado.
- Patrón de relaciones inestables e intensas que se caracteriza por una alternancia entre los extremos de idealización y de devaluación.
- Alteración de la identidad con inestabilidad intensa y persistente de la autoimagen y del sentido del yo.
- Impulsividad en dos o más áreas que son potencialmente autolesivas (gastos, sexo, drogas, conducción temeraria, atracones alimentarios).
- Comportamiento, actitud o amenazas recurrentes de suicidio o comportamientos de automutilación.
- Inestabilidad afectiva debida a una reactividad notable del estado de ánimo, lo cual, hace que presenten respuestas emocionales más intensas a los estímulos.
- Sensación crónica de vacío.
- Enfado inapropiado e intenso, o dificultad para controlar la ira.
- Ideas paranoides transitorias relacionadas con el estrés o síntomas disociativos* graves.

*Los síntomas disociativos son la desrealización que consiste en una sensación de irrealidad y la despersonalización que consiste en la sensación de separarse de uno mismo.



Comorbilidad

Frecuentemente, una persona con trastorno límite de personalidad presenta síntomas de depresión, trastorno por estrés postraumático, trastorno bipolar, trastornos de ansiedad, abuso de sustancias y trastornos de la alimentación. Estos trastornos pueden hacer que el diagnóstico y el tratamiento sean más complejo.

Causas

Las causas del TLP no están bien establecidas, pero las investigaciones al respecto sugieren que la predisposición genética, el medioambiente, la cultura y los aspectos sociales juegan un papel importante. Dentro de algunos factores de riesgo identificados se encuentran los siguientes:

- Antecedentes familiares: las personas que tienen un familiar cercano (como un padre o un hermano) pueden tener un mayor riesgo de desarrollar un trastorno límite de la personalidad.
- Neurobiológicos: las personas con trastorno límite de la personalidad pueden tener cambios estructurales y funcionales en el cerebro, especialmente en las áreas que controlan los impulsos y la regulación de las emociones. Sin embargo, no se tiene claridad en si estos cambios son anteriores o si fueron causados por el trastorno.
- Medioambientales, culturales y sociales: muchas personas con trastorno límite de la personalidad informan haber experimentado acontecimientos traumáticos en su vida, como abuso, abandono o dificultades durante la infancia. Otros pueden haber estado expuestos a relaciones o conflictos inestables e invalidantes.

Aunque estos factores pueden incrementar el riesgo, no significa que la persona necesariamente desarrollara el TLP. Por otro lado, personas sin estos riesgos pueden desarrollarlo.



Tratamiento

El TLP se había considerado hasta hace algunos años un trastorno difícil de tratar. Actualmente, el desarrollo de diferentes modelos de tratamiento, ha hecho que el pronóstico sea diferente, y actualmente se puede afirmar que es más esperanzador. Sin embargo, para esto se necesita que el paciente reciba tratamiento por un profesional de la salud mental entrenado en este trastorno.

Psicoterapia

La psicoterapia es la primera línea de tratamiento, los modelos psicoterapéuticos que han demostrado efectividad son:

- Terapia Cognitivo Conductual.
- Terapia Dialéctica Conductual.
- Terapia de Esquemas.
- Terapia Basada en la Mentalización
- Terapia Enfocada en la Transferencia
- Terapia Cognitiva Analítica.
- Entrenamiento de Sistemas para la Predictibilidad Emocional y Solución de Problemas.

Por otro lado, también existen tratamientos basados en la integración de estrategias tomadas de los modelos terapéuticos mencionados anteriormente y a los cuales, se les denominan modulares o integracionales y que buscan implementar las estrategias de los modelos que han demostrado ser efectivos en el tratamiento. Cualquiera que sea el modelo usado, o la combinación de ellos, lo más importante, es que sea aplicado por un profesional experto en el TLP.



Medicamentos

Los beneficios de usar medicamentos para el TLP no son concluyentes. Las investigaciones concuerdan que la medicación no mejora el TLP en sí mismo. Los medicamentos se llegan a usar como tratamiento adjunto para tratar grupos de síntomas específicos: síntomas cognitivo-perceptuales, descontrol de la impulsividad y síntomas de desregulación emocional.

Otras situaciones, como los problemas interpersonales, son poco probables que cambien con el uso de medicamentos. Sin embargo, los medicamentos pueden ayudar a trabajar los problemas en terapia, debido a que ayudará a la persona a sentirse menos estresado y enfocarse más en ellos.

Los medicamentos también se pueden usar cuando existen otros trastornos emocionales además del TLP (llamados trastornos comórbidos).

Siguiendo con los medicamentos, existe evidencia de que algunos estabilizadores del estado de ánimo reducen ciertos aspectos de la desregulación emocional. Los neurolépticos de segunda generación son útiles en tratar síntomas perceptuales-cognitivos mientras que los inhibidores selectivos de la recaptura de la serotonina (ISRS) lo son para la desregulación emocional (con resultados mezclados).

Finalmente, la evidencia muestra que la utilidad de los medicamentos es mayor en las crisis que en su uso a largo plazo. En caso de usar medicamentos se hace necesario que el Psiquiatra y el Terapeuta trabajen conjuntamente, y que el rol de cada uno de ellos quede entendido.



Intervenciones familiares

Tener un familiar o un ser querido con este trastorno puede ser estresante y los familiares o cuidadores pueden actuar involuntariamente de maneras que pueden empeorar los síntomas de su ser querido. Las intervenciones familiares son estrategias útiles en estas situaciones y abordan los siguientes aspectos:

- Ofrecerles información sobre el TLP
- Guiarlos sobre respuestas que pueden ser útiles para reducirlas
- Informarles que lo más importante es proveer apoyo y que esto simplemente puede consistir en escuchar y comunicar que entienden por lo que están pasando la persona
- Centrarse en las necesidades de la familia para ayudarles a comprender los obstáculos y las estrategias para convivir con alguien con este trastorno

Factores relevantes para el éxito del tratamiento

Los siguientes elementos se han comprobado como necesarios para lograr resultados positivos en el tratamiento del TLP:

- Compromiso con el tratamiento
- Motivación para el cambio
- Trabajo en equipo (terapeuta-paciente)
- Aplicación de estrategias útiles (sustentadas por la investigación)
- Trabajar la prevención de la recaída
- Vigilancia médica y/o psicológica de los trastornos concurrentes

Texto elaborado por el Dr. Juan Manuel Bravo Sierra
Departamento de psicoeducación y elaboración de material de apoyo para los
trastornos emocionales

para

CETTAD, Centro Especializado en el Tratamiento de los Trastornos Ansiosos,
Depresivos y de la Personalidad, S. C.
www.cettadsaludmental.com

Sucursal Narvarte
Sucursal Naucalpan

Tel. 55 4944 3849

CETTAD

© CETTAD, Centro Especializado en el Tratamiento de los Trastornos Ansiosos, Depresivos y de la Personalidad S. C. Ciudad de México. 2023.