

“Cortarse”, una conducta preocupante que se da en la adolescencia

Es una automutilación o autoagresión corporal que realizan en brazos, piernas y abdomen y que no tiene intenciones suicidas.

Por Francisca Vargas V.

Sa. 28 de septiembre de 2013, 07:00

Tweet



Archivo El Mercurio

“Fue terrible y muy angustiante cuando me di cuenta que mi hija se hacía cortes en sus brazos. Se me cayó el mundo, no entendí nada. Ahora ya casi no tenemos vasos de vidrio y escondo tijeras, agujas y todo lo que pueda ser utilizado para que se haga cortes. Con la terapia en que estamos, porque esto es un asunto familiar, han disminuido. Pero es un proceso lento. Lo bueno es que ahora me pide ayuda y dice lo que le pasa, claro todavía es después que se ha cortado. Vamos de a poco”, cuenta Margarita Figueroa, mamá de una adolescente de 15 años que desde hace un año se realiza “cortes” en sus brazos.

Suena mal. Pero es la realidad que muchos papás están viviendo en la intimidad de sus hogares.

“Se le ha llamado automutilación, auto daño, auto agresión, auto heridas, pero autoagresión corporal es la denominación que algunos autores consideran como la más adecuada, pues tiene un significado más amplio que describe y abarca mejor el fenómeno que se da en brazos, piernas y abdomen”, explica María Inés Díez, directora del Programa de Postgrado en Psicología de la Adolescencia de la Universidad del Desarrollo.

Agrega, que más que un trastorno propiamente tal, se le define como un acto deliberado y repetitivo que persigue dañar el propio cuerpo con el fin de expresar a través de él, las emociones que no

NOTICIAS relacionadas

“Cortarse”, una conducta preocupante que se da en la adolescencia

Madre le declara la guerra a las chicas que hacen sexting

Madre exige calificación de ebooks luego de que su hija comprara uno sexual

Detenida en India una madre que vendía la virginidad de su hija de 13 años

‘Thigh gap’, la obsesión adolescente por tener muslos que no se toquen

1 / 10 >

pueden contener ni elaborar. Como por ejemplo, angustia, rabia, culpa, impotencia, soledad y una sensación intensa de vacío.

“Lo que ocurre es que la persona en ese momento no es capaz de discriminar estas emociones, ni de expresarlas, y se las vive como un malestar intolerable e intenso”, señala.

El doctor Alfonso Correa, jefe de psiquiatría infantil de la Clínica Alemana, aclara que esta automutilación no va necesariamente de la mano de una idea suicida, pero que de todas formas, hay poco apego a la vida y la necesidad de buscar un cambio impulsivo.

Su origen

No cabe duda, que en la adolescencia las emociones se viven intensamente. La literatura indica que es la época donde hay mayor fragilidad emocional o cambios en los estados de ánimo.

"Esto es porque el 'yo' está más vulnerable porque está en proceso de reorganización de la personalidad, lo que dificulta la capacidad de contención emocional y se tiende más a la acción y al juego de poner o zafarse de los límites establecidos", explica la académica María Inés Díez.

Además, comenta que ese proceso de reorganización es el aspecto central en el desarrollo adolescente ya que determinará la identidad adulta. En ese sentido, los cortes profundos, superficiales pequeños o grandes en la piel realizados con vidrios, tijeras o gillette, expresarían el límite del propio cuerpo que también estaría en definición conflictiva.

"Ahora bien, los gatillantes pueden ser de origen externo, como podría ser un conflicto en el ámbito familiar, escolar o social, o bien, como resultado de las dificultades propias de la adolescencia, es el déficit interno lo que no permite enfrentarlos y resolverlos adecuadamente", afirma Lilian Hitelman, docente especialista en adolescentes de la Universidad del Desarrollo.

Es como si con el dolor que les provoca una lesión física lograran que sus emociones se equilibraran y fluyeran de tal manera, que el dolor psicológico considerado intolerable, tuviera un alivio y una sensación de bienestar.

Sin embargo, dice esta experta, que el efecto es pasajero y al poco rato se sienten agobiados por sentimientos de culpa y vergüenza que los lleva a esconder sus lesiones y no hablar sobre lo ocurrido.

Otras veces, dice el doctor Alfonso Correa también sentirán que pueden concretizar el dolor emocional y convertirlo en un dolor físico. Pero también puede ser la manera de producir un desahogo que simbólicamente sale por la sangre.

"Es como echar fuera algo que me está pasando y en otras ocasiones ocurre que las marcas que se dejen serán heridas de guerra, casi como hacerse un tatuaje para que los otros puedan ver lo que le pasa y el que se corta, pueda hacer gala de esas marcas, demostrando a los demás lo que le pasa. Es casi como una búsqueda de identidad", subraya el psiquiatra.

De todas maneras, el cortarse no es una enfermedad mental sino un síntoma de algún déficit relacionado con la posibilidad de simbolizar los conflictos, y en ese sentido, podría formar parte de una variedad de otros trastornos como depresión o rasgos de personalidad limítrofes, inestables, inseguras, impulsivas.

¿Cómo se trata?

Lo primero es consultar a un especialista en adolescencia, psicólogo o psiquiatra, que pueda determinar si se trata de un fenómeno transitorio relacionado con dificultades en la progresión del desarrollo adolescente. O, por el contrario, es algo que podría ser más permanente, como expresión de un conflicto o patologías más serias.

"En este diagnóstico es importante considerar qué tipo de personalidad hay de base y la presencia de trastornos asociados, que incidirá en el pronóstico y en el tipo de tratamiento a realizar", aconseja María Inés Díez.

Dice que en el tratamiento a seguir debe considerar el uso de la psicoterapia y farmacoterapia.

"En la psicoterapia se buscará entender la conducta y posibilitar que el paciente la ligue con los estados emocionales que puedan estar a la base, de modo que pueda representarlos en la mente y encontrar modos de canalizarlos y de aliviarse sin tener que recurrir a los cortes", afirma.

La académica Díez aconseja también incluir en el tratamiento, tanto a la familia como al colegio, debido a que estas conductas provocan un alto impacto afectivo en el ambiente familiar. Por este motivo, los adolescentes necesitarán contención, apoyo, y ayuda para develar, aceptar y sanar la situación.

"Además, se debe procurar facilitar una comunicación más funcional, promover cambios en las relaciones interpersonales y lograr un ambiente contenedor y protector", añade el psiquiatra de la Clínica Alemana.

La idea, aseguran los expertos, es que el adolescente desarrolle la capacidad de mentalizar los conflictos, encontrar el modo de canalizar sus emociones sin descargarlas en forma agresiva sobre su cuerpo.

