

El trastorno límite de la personalidad (TLP) es una condición que se caracteriza por la dificultad a la hora de controlar las emociones. Esta dificultad genera cambios en el estado de ánimo graves, impulsividad e inestabilidad, mala imagen de sí mismo y relaciones personales conflictivas.

Es posible que las personas hagan intentos repetidos para evitar situaciones reales o imaginarias de abandono. Finalmente, el TLP se caracteriza por las crisis emocionales que genera. Las personas que tienen TLP sienten las emociones de forma intensa y por periodos de tiempo largos; además, se les dificulta regresar a un estado estable después de un evento emocionalmente intenso. Los intentos de suicidio son muy comunes en personas con TLP. Las autolesiones, como cortarse o quemarse, también son comunes.

Se calcula que el 1.6% de la población adulta de los EE. UU. tiene TLP; sin embargo, esta cifra puede ser mayor al 5.9%. Cerca del 75% de las personas diagnosticadas con TLP son mujeres, pero investigaciones recientes sugieren que los hombres se ven afectados en igual medida por el TLP. En el pasado, los hombres con TLP a menudo eran mal diagnosticados con TEPT o depresión.

Síntomas

Las personas con TLP presentan grandes cambios anímicos y pueden revelar un gran sentido de inestabilidad e inseguridad. Las señales y síntomas pueden incluir:

- Intentos frenéticos de evitar ser abandonados por amigos o familiares.
- Relaciones personales inestables que se alternan entre idealización y degradación. Esto también se conoce como “disociación”.
- Imagen inestable o distorsionada de sí mismos: lo cual afecta el estado de ánimo, valores, opiniones, metas y relaciones.
- Comportamientos impulsivos que pueden tener resultados peligrosos.
- Autolesiones o comportamientos suicidas.
- Periodos de depresión intensa, irritabilidad o ansiedad que duran desde unas horas hasta unos días.
- Sentimientos crónicos de aburrimiento o vacío.
- Ira incontrolable, intensa o inapropiada, a menudo seguida por vergüenza o culpa.
- Sentimientos disociativos (desconectados de sus pensamientos o sentido de identidad, o sentimientos “extracorporales”) y pensamientos paranoicos relacionados con el estrés. Los casos severos de estrés también pueden llevar a episodios psicóticos breves.

Causas

Las causas del trastorno límite de la personalidad no se conocen en su totalidad, pero los científicos concuerdan en que es el resultado de una combinación de factores:

- **Genética.** Aunque no se ha demostrado que un gen específico cause directamente el TLP, los estudios en gemelos plantean que esta condición tiene vínculos hereditarios fuertes. El TLP es aproximadamente cinco veces más común entre personas que tienen un pariente de primer grado con este trastorno.
- **Ambientales.** Las personas que han presenciado hechos traumáticos en su vida, por ejemplo, abuso físico o sexual durante la niñez, o negligencia y separación de los padres, tienen un riesgo más alto de desarrollar un TLP.
- **Función cerebral.** La forma como el cerebro trabaja a menudo es diferente en las personas con TLP, lo cual sugiere que hay una base neurológica para algunos de los síntomas. Específicamente, es posible que las partes del cerebro que controlan las emociones, la toma de decisiones y el juicio no se comuniquen bien con las otras.

Diagnóstico

No hay un examen médico único para diagnosticar el TLP; además, el diagnóstico no se basa en un solo signo o síntoma. Un profesional de la salud mental diagnostica el TLP al seguir una serie de estudios psiquiátricos completos que pueden incluir hablar con los médicos anteriores, exámenes médicos y, de ser necesario, entrevistas con los amigos y familiares. Para que sea diagnosticada con TLP, una persona debe haber presentado cinco de los nueve síntomas del TLP mencionados anteriormente, como mínimo.

Tratamiento

A menudo, las personas con TLP son tratadas con una combinación de psicoterapia, apoyo familiar y social, y medicamentos que combatan los síntomas coexistentes.

- **Medicamentos:** no son fabricados específicamente para tratar los síntomas principales de vacío, abandono y problemas de identidad; sin embargo, pueden ser útiles a la hora de tratar otros síntomas asociados con el TLP, por ejemplo, la ira, la depresión y la ansiedad. Los medicamentos pueden incluir estabilizadores del estado de ánimo, antipsicóticos, antidepresivos y medicamentos para la ansiedad.
- **Psicoterapia:** es el pilar para tratar a una persona con TLP. Además de la terapia dialéctica conductual (TDC), creada específicamente para tratar el TLP, hay varios tipos de psicoterapia que son eficaces. Estos tratamientos incluyen la terapia cognitivo-conductual (TCC) y la terapia basada en la mentalización (TBM).