

Trastorno obsesivo-compulsivo

El trastorno obsesivo-compulsivo (**obsessive-compulsive disorder, OCD**) es un trastorno de ansiedad que generalmente comienza en la adolescencia o primera etapa de la edad adulta, pero puede comenzar en la infancia. Cuando el OCD comienza en la infancia, es más frecuente en los niños que en las niñas. El momento habitual de inicio es posterior en las mujeres que en los hombres, de modo que el trastorno es igualmente frecuente entre los hombres adultos y las mujeres adultas. Sin tratamiento, el OCD generalmente sigue una evolución crónica y provoca discapacidad extrema en algunas personas. Esta Hoja para el paciente surge de otra publicada en el número de *JAMA* del 27 de octubre de 2004.

El trastorno obsesivo-compulsivo se caracteriza por la presencia de obsesiones o compulsiones o (como suele ser el caso) de ambas. Las obsesiones o compulsiones causan una marcada angustia, llevan mucho tiempo e interfieren con el funcionamiento normal de la persona.

Obsesiones: pensamientos, impulsos o imágenes recurrentes y no deseados que se viven como molestos o inapropiados

- En el OCD, las obsesiones no son meras preocupaciones sobre problemas de la vida real.
- La persona se da cuenta de que los pensamientos obsesivos provienen de su propia mente.
- La persona intenta suprimir o neutralizar las obsesiones con acciones u otros pensamientos.
- Algunos ejemplos de las obsesiones típicas son pensamientos de estar contaminado por suciedad o gérmenes, o pensamientos de haber lastimado a alguien, aunque se reconozca que tales preocupaciones no son realistas.

Compulsiones: conductas o "rituales" repetitivos que la persona se siente impulsada a llevar a cabo de una manera en particular

- Las acciones compulsivas se llevan a cabo para disminuir la angustia o para impedir que algo malo suceda, aunque no haya ninguna conexión realista con la prevención de tal acontecimiento.
- Algunas de las compulsiones típicas son limpieza excesiva (como el lavado de manos), verificaciones repetitivas y la acumulación de objetos inútiles.
- Para algunas personas, los actos mentales que consisten en rezar, contar o repetir palabras en silencio pueden constituir compulsiones.

CAUSAS DEL OCD

- Se desconoce la causa exacta del OCD.
- Existen pruebas de que el OCD puede ser hereditario y que puede tener un componente **genético** (hereditario).
- Puede comprender un desequilibrio de la **serotonina**, un mensajero químico del cerebro.

TRATAMIENTOS PARA EL OCD

- Los **inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (selective serotonin reuptake inhibitors, SSRI)** son medicamentos que han demostrado disminuir satisfactoriamente los síntomas del OCD y que también se usan como antidepresivos.
- La **terapia cognitiva de comportamiento (cognitive behavioral therapy, CBT)** para el OCD implica ayudar a los pacientes a cambiar las ideas o los patrones de pensamiento relacionados con los pensamientos obsesivos o las compulsiones.
- La **exposición y prevención de la respuesta** es una terapia conductual que puede incluirse como parte de la CBT. El paciente es expuesto de forma deliberada a situaciones que tienden a estimular sus compulsiones (por ejemplo, ensuciarse las manos). Un terapeuta capacitado ayuda al paciente a manejar la ansiedad resultante mientras lo anima a no dejarse llevar por la compulsión (por ejemplo, el lavado excesivo de manos).

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

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Anxiety Disorders Association of America (Asociación Estadounidense para los Trastornos de Ansiedad)
240/485-1001
www.adaa.org
- American Psychiatric Association (Asociación Psiquiátrica Estadounidense)
703/907-7300
www.healthyminds.org
- National Institute of Mental Health (Instituto Nacional de Salud Mental)
866/615-6464
www.nimh.nih.gov

INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el paciente de *JAMA* anteriores, vaya al enlace Hoja para el paciente del sitio web de *JAMA* en www.jama.com.

Sharon Parmet, MS, Writer

Cassio Lynn, MA, Illustrator

Robert M. Golub, MD, Editor

La Hoja para el paciente de *JAMA* es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan al diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades llame al 312/464-0776.

JAMA
COPIA PARA
SUS PACIENTES