

## TRASTORNO OBSESIVO-COMPULSIVO

Presencia de obsesiones o compulsiones de aparición repetida, lo suficientemente graves como para provocar pérdidas de tiempo significativas (más de una hora al día) o un acusado deterioro de la actividad general o un malestar significativo. La persona reconoce que estas obsesiones son exageradas o irracionales.

Las obsesiones se definen como ideas, pensamientos, impulsos o imágenes de carácter persistente que el individuo considera intrusas e inapropiadas y que provocan una ansiedad o malestar significativos, aunque el paciente es capaz de reconocer que estas obsesiones son el producto de su mente y no vienen impuestas desde fuera.

Las obsesiones más frecuentes son ideas recurrentes que versan sobre temas como:

la contaminación: (contraer una enfermedad al estrechar la mano ....)  
dudas repetitivas ( preguntarse a uno mismo si se ha realizado un acto concreto...)  
necesidad de disponer las cosas según un orden determinado (intenso malestar ante objetos desordenados...).

Estos pensamientos, impulsos o imágenes no constituyen simples preocupaciones excesivas por los problemas de la vida real, es más, rara vez se relacionan con hechos de la vida real.

El paciente que tiene obsesiones intenta con frecuencia ignorar o suprimir estos pensamientos o impulsos o bien neutralizarlos mediante otras ideas o actividades (es decir compulsiones), por ejemplo, una persona plagado de dudas sobre si ha desconectado el horno, intenta neutralizarlas comprobando una y otra vez que efectivamente se encuentra apagado.

Las compulsiones se definen como comportamientos (lavado de manos, puesta en orden de objetos, comprobaciones...) o actos mentales (rezar, contar, o repetir palabras en silencio.....) cuyo propósito es prevenir o aliviar la ansiedad o el malestar. En la mayoría de los casos la persona se siente impulsada a realizar la compulsión para reducir el malestar que lleva consigo una obsesión determinada o bien para prevenir algún acontecimiento o situación negativa.

Por ejemplo, las personas que están obsesionadas por la posibilidad de contraer una enfermedad pueden aliviar este malestar lavándose las manos hasta que se les arruga la piel, los individuos perturbados por la idea de haber olvidado cerrar una puerta con llave pueden sentirse impulsados a comprobar la cerradura cada cinco minutos...