

XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VI Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VI Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2024.

# **Impulsividad y conductas de riesgo en el Trastorno Límite de la Personalidad: estrategias y abordaje desde la terapia dialéctica conductual.**

Yocco, Antonella.

Cita:

Yocco, Antonella (2024). *Impulsividad y conductas de riesgo en el Trastorno Límite de la Personalidad: estrategias y abordaje desde la terapia dialéctica conductual*. XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VI Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VI Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-048/551>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/evo3/QOV>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# IMPULSIVIDAD Y CONDUCTAS DE RIESGO EN EL TRASTORNO LÍMITE DE LA PERSONALIDAD: ESTRATEGIAS Y ABORDAJE DESDE LA TERAPIA DIALÉCTICA CONDUCTUAL

Yocco, Antonella

Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires. Residencias PRIn - Centro de Atención Primaria de la Salud 1° de Mayo. Lanús, Argentina.

## RESUMEN

El presente trabajo se centra en el tratamiento de las conductas de riesgo e impulsividad en personas con trastorno límite de la personalidad (TLP). En el mismo se destaca la prevalencia del TLP en la población mundial y su impacto en diversos aspectos de la vida de quienes lo padecen como así también se realiza una descripción de dicho trastorno, caracterizado por la inestabilidad en la autoimagen, las relaciones interpersonales, los afectos y la impulsividad intensa. Se enfatiza la gravedad de la impulsividad y las conductas de riesgo en el TLP, ya que pueden llevar a consecuencias graves a largo plazo. Se analiza cómo estas conductas pueden funcionar como mecanismos de regulación emocional, pero también contribuyen al mantenimiento del trastorno. A partir de ello, se exploran estrategias de intervención desde la Terapia Dialéctica Conductual (DBT), con énfasis en la exposición y el control de estímulos, así como el manejo de contingencias.

## Palabras clave

TLP - Impulsividad - Conductas de riesgo - DBT

## ABSTRACT

IMPULSIVITY AND RISK BEHAVIORS IN BORDERLINE PERSONALITY DISORDER: STRATEGIES AND APPROACH FROM DIALECTICAL BEHAVIORAL THERAPY

This paper focuses on the treatment of risk behaviors and impulsivity in people with borderline personality disorder (BPD). It highlights the prevalence of BPD in the world population and its impact on various aspects of the lives of those who suffer from it, as well as a description of this disorder, characterized by instability in self-image, interpersonal relationships, affect and intense impulsivity. The seriousness of impulsivity and risk behaviors in BPD is emphasized, as they can lead to serious long-term consequences. How these behaviors can function as emotional regulation mechanisms, but also contribute to the maintenance of the disorder, is discussed. Based on this, intervention strategies from Dialectical Behavior Therapy (DBT) are explored, with emphasis on exposure and stimulus control, as well as contingency management.

## Keywords

Borderline Personality Disorder - Impulsivity - Risk behaviors - Dialectical Behavior Therapy

El presente trabajo se encuentra enmarcado en el área de la psicología clínica y abordará el tratamiento de las conductas de riesgo e impulsividad en personas con trastorno límite de la personalidad (TLP).

Según la Asociación Americana de Psiquiatría (APA), se estima que cerca del 9.1% de la población mundial posee Trastorno de la personalidad (TP) (DSM-V, 2014).

Según la APA el Trastorno límite de la personalidad (TLP) afecta a gran parte de la población general con TP, variando su tasa de prevalencia entre el 1,6% y el 5,9%. Se estima que alrededor del 30% y 60% de las personas con TP poseen específicamente TLP (DSM-V, 2014).

Entendemos al TLP como un patrón dominante de inestabilidad en la autoimagen, las relaciones interpersonales, los afectos e impulsividad intensa, que comienza en las primeras etapas de la edad adulta del individuo y está presente en diversas áreas y contextos de su vida (DSM-V, 2014).

El TLP es un trastorno que produce un deterioro significativo en el funcionamiento de la vida de la persona con síntomas que abarcan los distintos niveles de respuesta.

A nivel cognitivo, son características las imágenes inestables de sí mismo, los pensamientos dicotómicos en las relaciones interpersonales pasando de la idealización a la devaluación y la presencia de ideación paranoide transitoria o síntomas disociativos.

A nivel fisiológico/ emocional pueden experimentar sensaciones crónicas de vacío, inestabilidad afectiva y reacciones fisiológicas (agitación y excitación física) debido a una notable reactividad en el estado de ánimo, ira intensa e inapropiada acompañada de una pérdida de control emocional y activación elevada, siendo sensibles a estímulos emocionales negativos.

Por último, a nivel motor-conductual son característicos los comportamientos recurrentes de automutilación, amenazas o intentos de suicidio, patrones de apariencia cambiante e impulsividad en dos o más áreas que son dañinas para la persona. Definimos a las conductas de riesgo como actos impulsivos

tales como el juego patológico, gastos, abuso de sustancias, sexo, atracones de comida o conducción temeraria (Caballo y Camacho, 2000).

Haremos mayor énfasis en su uso junto con la DBT, particularmente por su eficacia en la reducción de conductas impulsivas. Siguiendo la Guía de Tratamientos psicológicos eficaces I (Pérez Álvarez et al., 2003) la DBT es actualmente el tratamiento con mayor eficacia terapéutica para el TLP.

Haré hincapié en las formas de intervención para las conductas motoras, particularmente las conductas de riesgo e impulsivas por ser de gran relevancia en el desarrollo del trastorno y en el mantenimiento de otros síntomas.

Entre las estrategias de cambio se destacan específicamente los procedimientos de exposición y el manejo de contingencias (Boggiano y Gagliesi, 2018).

#### BIBLIOGRAFÍA

- American Psychiatric Association (2014). Introducción y Uso del manual. En Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, Quinta Edición (DSM V). American Psychiatric Association.
- Boggiano, J. P. y Gagliesi, P. (2018). Terapia Dialéctico Conductual: Introducción al Tratamiento de consultantes con Desregulación Emocional. Tres Olas ediciones.
- Caballo, V. E., Camacho, S. (2000). El Trastorno Límite de la Personalidad. Psicología del Caribe, Universidad del Norte, 5, 31-55. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21300503>
- Caballo, V. E., Gracia, A., López Gollonet, C., Bautista, R. (2000). El Trastorno Límite de la personalidad. En Caballo, V. E (Ed.), Manual de Trastornos de la Personalidad. Descripción, evaluación y tratamiento (pp. 137-149). Editorial Síntesis.
- García Palacios, A. (2000). El tratamiento del Trastorno Límite de la Personalidad por medio de la Terapia Dialéctico Conductual. En Caballo, V. E (Ed.), Manual de Trastornos de la Personalidad. Descripción, evaluación y tratamiento (pp. 483-501). Editorial Síntesis.
- García Palacios, A. (2006). La terapia Dialéctico-Comportamental: Terapia Individual. Psicología Conductual, 14(3), 453-466. [https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/07.Garcia-Palacios\\_14-30a-1.pdf](https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/07.Garcia-Palacios_14-30a-1.pdf)
- Linehan, M. M., Dimeff, L. (2001). Terapia dialéctica conductual. Una visión sinóptica. The California Psychologist, 34, 10-13.
- Linehan, M. M (1993). Manual de tratamiento de los trastornos de personalidad. Ediciones Paidós. Linehan, M. M (1993). Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder. The Guilford Press.
- Mosquera, D. (2011). Trastorno Límite de la Personalidad. Una aproximación conceptual a los criterios del DSM. Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia, [https://www.psicociencias.org/pdf\\_noticias/Trastorno\\_Limite\\_de\\_la\\_Personalidad\\_D.Mosquera.pdf](https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Trastorno_Limite_de_la_Personalidad_D.Mosquera.pdf) Pérez
- Álvarez, M., Fernández Hermida, J. R., Fernández Rodríguez, C., Amigo Vázquez, I. (2003). Guía de Tratamientos Psicológicos Eficaces I: Adultos. Ediciones Pirámide.
- Tolin, D. (2016). Doing CBT: A Comprehensive Guide to Working with Behaviors, Thoughts, and Emotions. The Guilford Press.