



Gateway to Hope

Training Program of HHCI

Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC)

¿Qué es el TOC?

- Pensamientos recurrentes (obsesiones) o rituales (compulsiones) que las personas sienten que no pueden controlar
- Las obsesiones son pensamientos persistentes reconocidos como intrusivos e inapropiados
 - Las compulsiones son rituales que se realizan para detener la ansiedad relacionada con las obsesiones

Conozca los síntomas

- Pensamiento obsesivo
- Falta de control de pensamientos o comportamientos
- Ansiedad extrema
- Miedo irracional a los gérmenes y a las enfermedades
- Miedo a perder el control
- Particular sobre el pedido, el lugar, el patrón o la cantidad
- Limpieza o lavado de manos excesiva
- Necesidad de revisar las cosas repetidamente

Tipos de TOC

- **Trastorno dismórfico corporal**
 - Pensamiento obsesivo sobre los defectos o defectos percibidos en la apariencia de uno.
- **Trastorno de acumulación compulsive**
 - Dificultad para desprenderse de las posesiones debido a la necesidad percibida de guardarlas

Tipos de TOC

- **Tricotilomanía**
 - Impulso irresistible de arrancar el cabello del cuero cabelludo u otras áreas del cuerpo
- **Trastorno de excoriación**
 - Pellizcarse la piel de forma repetida y compulsiva que causa lesiones cutáneas

Tratamientos y Terapias

- **Psicoterapia**

- La Prevención de Exposición y Respuesta (ERP) se enfrenta a los pensamientos obsesivos y a los estímulos temidos para reducir la aparición de la compulsión

- **Farmacoterapia**

- Los medicamentos inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS) se utilizan para aumentar los niveles de serotonina en el cerebro