

Ataques de ira incontrolables

4 de abril de 2012

El trastorno explosivo intermitente se manifiesta con episodios aislados de ira o pérdida del control de los impulsos agresivos

Incidentes de agresividad desproporcionada que duran unos minutos y remiten de forma espontánea. Así se puede describir el trastorno explosivo intermitente. La persona que lo padece pierde por completo el control en ciertas circunstancias y esta reacción de ira es desproporcionada respecto a la situación que la desencadena. A posteriori, se cae en el arrepentimiento y en los autorreproches. Algunos estudios aseveran que el 80% de las personas que lo padecen son hombres.

Personas que tienen una vida considerada normal pero que, en ocasiones, se dejan llevar por impulsos de violencia. Pueden agredir a alguien de forma grave o causar destrozos. Un ataque de ira acabaría en una puerta de la casa rota a patadas y puñetazos o en una agresión a otra persona durante una discusión de poca importancia. Sin embargo, el trastorno explosivo intermitente es una patología poco desconocida. Entre la comunidad científica todavía no hay un consenso claro que determine si es una entidad independiente o se explica como una manifestación de otro problema de mayor gravedad, como el consumo de drogas.

Por este motivo, antes de diagnosticarlo, los especialistas apuntan que es necesario descartar con seguridad otras afecciones. Además, hay que discernir si el episodio de agresividad se debe al consumo de sustancias estupefacientes o alucinaciones, o si se enmarca en un comportamiento habitual caracterizado por la agresividad. Después de un incidente violento (como puede ser un ataque a otra persona o el destrozo de mobiliario), la persona se arrepiente.

Hombres con antecedentes familiares

La mayoría de las personas que sufren este trastorno tienen los primeros ataques al final de la adolescencia o al inicio de la edad adulta, aunque es habitual que, durante la infancia, hayan ocurrido ya algunos sucesos. No se dispone de estadísticas fiables sobre cuántas personas pueden sufrirlo, pero sí se sabe que el 80% de quienes lo padecen son hombres. Se han barajado numerosas hipótesis biológicas para explicar su origen.

Algunas investigaciones aseguran que muchos de los afectados muestran signos de disfunción cerebral leve o han sufrido traumatismos cerebrales perinatales (antes o inmediatamente posteriores al nacimiento), epilepsia o encefalitis (inflamación del cerebro). Por otro lado, la mayoría de estas personas han crecido en ambientes familiares donde la violencia era una forma habitual de relacionarse y resolver conflictos.

Cuando los especialistas repasan sus vidas, es fácil detectar una historia de inestabilidad emocional, problemas con la justicia, inestabilidad en las relaciones personales o dificultades para mantener un trabajo.

A pesar de que las conductas violentas son frecuentes tanto entre la población en general como en las personas que sufren una enfermedad mental, el trastorno explosivo intermitente se diagnostica muy pocas veces. Algunos investigadores han señalado que más del 7% de la población lo sufriría, mientras que numerosos expertos indican que muchas de estas investigaciones carecen del rigor necesario y confunden sucesos habituales de violencia con el citado trastorno.

Tratamiento combinado

En muchas ocasiones, las personas que lo sufren se engloban en otras categorías diagnósticas, como el trastorno límite de la personalidad o el trastorno de la personalidad de tipo antisocial. Por ese motivo, no hay un tratamiento específico para la afección en sí, sino que se trata la conducta violenta. De manera habitual, se combina un tratamiento psicofarmacológico y psicoterapéutico.

Este último es a menudo complicado y farragoso. Intenta mejorar la capacidad de autocontrol, saber detectar las situaciones que desencadenan la conducta agresiva y aprender nuevas formas de afrontarlas y de combatir la frustración. La terapia de grupo es con frecuencia adecuada para este tipo de pacientes, ya que permite que los participantes aprendan a través de las experiencias de los demás.

El descontrol de los impulsos

Esta patología forma parte del grupo de trastornos del control de los impulsos, que se caracterizan por el repetido fracaso para aplacar el deseo súbito de realizar algún acto dañino para la propia persona o los demás. En la mayoría de los casos, se desarrolla una creciente tensión antes del impulso. Tras dejarse llevar, la persona se siente relajada, aunque es frecuente que se arrepienta y se autorreproche lo ocurrido. Además del trastorno explosivo intermitente, otras afecciones por la falta de control de los impulsos son la cleptomanía (fracaso al controlar el impulso de robar objetos que no son necesarios ni se sustraen por su valor), el juego patológico, la piromanía (el impulso de provocar incendios) y la tricotilomanía (el impulso de arrancarse el propio cabello).

Fuente: Fundación Eroski

Gentileza de: [Alimentación, Dieta y Nutrición](#)