

Un trastorno que no debe confundirse con la alopecia común

Tricotilomanía o arrancarse el pelo tras el estrés

La Tricotilomanía es un trastorno del control de los impulsos consistente en episodios de arrancamiento del pelo como consecuencia de un estado de ansiedad, por lo que es probable que si alguien de su entorno tiene la costumbre de arrancarse el cabello o bien aparece con calvas sospechosas, pueda padecer este hábito autoagresivo.

La autoagresión no se suele producir ante otras personas

El tricotilomaniaco se suele arrancar el pelo de la cabeza, las cejas, o las pestañas, así como el de las axilas, el pubis o el de la zona perirrectal

Algunas variantes de la tricotilomanía hacen que se arranque el pelo a otras personas, a los animales, muñecas y materiales fibrosos

habitual es hacerlo en circunstancias **estresantes**.

Además, lo común es que el tricotilomaniaco se arranque el pelo de la **cabeza**, las **cejas**, o las **pestañas**, añade el psiquiatra, "pero también puede hacerlo en las **axilas**, el **pubis** o la zona **perirrectal**".

"En algunos sujetos (indica Valdés Miyar) la tensión no precede necesariamente al acto, sino que va asociada al intento de **resistir la necesidad... Hay gratificación, bienestar o sensación de liberación** cuando se ha arrancado el cabello".

Un porcentaje de afectados se arranca el pelo debido a una enfermedad mental grave, como la **esquizofrenia**, pero también se dan casos en que se autoagreden de esta manera como consecuencia de algún **problema psíquico transitorio** y no vuelven a hacerlo una vez que superan la fase de angustia.

Los trastornos del trastorno

José Manuel Pérez Quesada, psicólogo coordinador de la Web **tricotilomanía.org**, documenta que la tricofagia (comer cabellos), que se asocia a los episodios de tricotilomanía, puede desencadenar **anemia**, dolor abdominal, náuseas, vómitos, obstrucción abdominal e incluso perforación.

Otro de las manías relacionadas con posibles episodios de tricotilomanía son el retorcimiento o **sujección de la trenza entre los dientes** o la **onicofagia** (comerse las uñas).

Otras variantes de la tricotilomanía consisten en el impulso irreprimible de arrancar el pelo **a otras personas**, a los **animales** domésticos, **muñecas** o **materiales fibrosos**, como jerseys y alfombras.

Trinidad Aparicio, psicóloga clínica de la Universidad de Granada, aduce que "los estudios realizados hasta la fecha y las estadísticas epidemiológicas coinciden en que este trastorno suele **aparecer entre los 3 y los 7 años** de edad, afecta a un **4% de la población** y es más común **en mujeres** que hombres".

El tratamiento más usual para combatir la tricotilomanía es el **psicológico**, aunque también se recurre en determinados casos a **fármacos**.

Educar para afrontar el problema

El doctor Pérez Quesada advierte de que es fundamental una **detección precoz** del problema y educar a los padres con hijos tricotilomaniacos para que actúen **con prudencia** y recurran al asesoramiento psicológico en cuanto perciban la actitud autoagresiva.

Algunos progenitores creen erróneamente que esta patología se resuelve rapando al cero las cabezas de sus hijos o bien envolviendo con esparadrapo sus dedos para que no se tiren del pelo. Estas medidas, según Pérez Quesada, "no hacen sino **posponer el problema**".

Los expertos proponen abordar ante todo la terapia del comportamiento y el contracondicionamiento del tricotilomaniaco. También es importante tratar de **disminuir el nivel de estrés y ansiedad** del afectado.

Terra | Noticias:

[Noticias](#) | [Inicio](#) | [España](#) | [Mundo](#) | [Local](#) | [Sucesos](#) | [Gente y Cultura](#) | [Especiales](#) | [Vídeos](#) | [Fotos](#) |

[RSS Terra Noticias](#) | [Página Inicio Terra Noticias](#) |

Otros enlaces:

[Conoce Terra en otros países](#) | [Aviso e Información legales](#) | [Anúnciate](#) | [Política de privacidad](#) | [Copyright 2009](#) | [Telefónica de España, S.A.U](#) |