



## Trastorno obsesivo-compulsivo (TOC)



### Descripción general

Este es un trastorno de ansiedad. Puede producir pensamientos y comportamientos no deseados que usted no puede controlar. Pueden ser preocupantes. Pueden interferir con su vida diaria.

### Causas y factores de riesgo

No sabemos por qué se desarrolla el TOC. Puede afectar a personas de todas las edades. La mayoría de las personas que lo padecen, han sido diagnosticadas a la edad de 19 años. Su riesgo es mayor si tiene un familiar con TOC. También es más común en personas que han sido abusadas.

### Obsesiones

Con el TOC, es posible que tenga pensamientos recurrentes que producen ansiedad. A eso le llamamos "obsesiones". Es posible que tenga obsesiones acerca de los gérmenes y la limpieza. Es posible que sienta un fuerte deseo de que las cosas que lo rodean estén ordenadas cuidadosa y perfectamente. Es posible que piense en lastimarse a sí mismo o a otras personas. Y es posible que tenga pensamientos inquietantes acerca del sexo, la religión o la violencia.

### Compulsiones

El TOC también puede hacer que sienta la necesidad de realizar ciertas acciones una y otra vez. A eso le llamamos "compulsiones". Entre sus comportamientos compulsivos es posible encontrar el lavado frecuente de manos y la limpieza. Es posible que acomode las cosas y las vuelva a acomodar. Es posible que verifique una y otra vez determinadas cosas, tales como las cerraduras de las puertas. Y es posible que sienta la necesidad constante de contar.

### Otros síntomas

Algunas personas con TOC pueden sentir la necesidad incontrolable de hacer determinados movimientos o sonidos. A esto le llamamos "tic". Si usted tiene un tic, es posible que parpadee con frecuencia. Es posible que haga cierta expresión con su cara o que sacuda su cabeza u hombros. Es posible que haga ruidos de inhalación constantemente o que aclare su garganta o haga sonidos como gruñidos.

### Tratamiento

El TOC puede tratarse con medicamentos. También puede tratarse con psicoterapia, la cual puede ayudarle a aprender a controlar sus comportamientos compulsivos. Su proveedor de salud puede crear un plan de cuidados que sea adecuado para usted.

© 2017, Swarm Interactive. La duplicación no autorizada está estrictamente prohibida.