

## Self Cutting Síndrome

Inquietud por chicos que se tajan la piel *Una peligrosa forma de pedir ayuda*

**Es una conducta cada vez más frecuente, que esconde conflictos emocionales**

**"Grité porque me salió mucha sangre. Se me fue la mano, por eso se enteró mi madre... Sólo me corto algunas veces, cuando no puedo más conmigo."**



Zoe, de 15 años, empezó a rayarse la piel con la punta de un compás en el colegio. En la consulta psicoterapéutica refiere problemas de relación con sus padres y sus compañeros. Mantuvo ocultas tanto sus lesiones en los brazos como sus comportamientos bulímicos (vomitaba varias veces al día). Sólo se aliviaba por momentos, luego la inundaba el arrepentimiento. Una frustración amorosa fue el desencadenante de ambas expresiones de rechazo de sí misma.

Jugar con el filo de la navaja, como hace Zoe, hoy se ha convertido en una fuente de goce adolescente. Este impactante fenómeno denominado **self cutting syndrome (autolesiones en la piel)** es una práctica cada vez más frecuente entre los adolescentes, que consiste en rayarse los antebrazos compulsivamente con objetos punzantes, produciendo pequeñas incisiones superficiales, cercanas a las venas.

El contorno de las venas es explorado y tajeado en un acto riesgoso, que pone de relieve la intensidad emocional alterada de ciertos adolescentes. **Este acto que requiere de un milimétrico control en la incisión resulta paradójico en relación con el descontrol impulsivo que le da origen. Con una actitud omnipotente, ostentan provocación y minimizan la exposición al peligro.**

### ESCENARIO DEL CONFLICTO

**El cuerpo está marcado por la cultura como el terreno de operaciones concreto, tangible, de las búsquedas siempre conflictivas que hacen a la adolescencia. Un cuerpo cuya "imagen de perfección" hoy es sólo viable si está intervenido,** más precisamente, tallado con bisturí. Ya la temprana adolescencia encarna este discurso, llegando a lastimar al propio cuerpo con gillettes, biromes, *cutters*, navajas.



**Hay una innegable distancia entre escrituras como los grafitos en pupitres escolares o paredes públicas y aquellas que tienen como soporte el cuerpo. A diferencia del tatuaje, cuya imagen se ofrece a la vista o a la lectura en forma más explícita, las cicatrices de las lesiones de piel son fruto de un acto desesperado que esconde un pedido de ayuda.**

**La sociedad absorbe estos fenómenos con relativa indiferencia. Las tribus urbanas los han incorporado como rasgo de pertenencia. Así, se diluye su connotación patológica.**

**En la adolescencia, la piel tiene un protagonismo especial en el contacto con los otros. Es a la vez envoltura y presentación de sí, contexto de la seducción, de la sensualidad y de manifestaciones emocionales.**

**Por otra parte, los límites y su trasgresión resultan ser un foco de alta tensión en los vínculos paterno-filiales.**

**Si los contornos generacionales entre adultos y adolescentes se homologan, se entorpece el trabajo adolescente de conquista gradual de su autonomía. Y el límite, que en este caso es la piel, se convierte en el escenario del conflicto.**

En este contexto, la intervención parental constituye un punto de referencia y de confrontación. Y su inhibición, una fuente de posibles complicaciones.

El abordaje terapéutico se propone rescatar este **fenómeno que transcurre en la piel, en el límite de lo psíquico y de lo social,** para volverlo accesible al trabajo de elaboración en lugar de mudo desgarró.

**Susana Mauer y Noemi May**

Las autoras son psicoanalistas y escribieron el libro *Desvelos de padres e hijos*

*Publicado en La Nación de Buenos Aires 9 de enero de 2010*

Material Complementario

## ¿QUÉ ES LA AUTOLESIÓN?

**La autolesión consiste en hacerse un daño físico como método de alivio al sufrimiento psicológico.**

**A veces el dolor psicológico se hace tan difícil de manejar, que se opta por dañar al cuerpo en un intento de controlar la situación. Esto efectivamente alivia, aunque sea por unos minutos.**



**Las sensaciones que se tienen al momento de autolesionarse depende de cada persona y de la situación que se esté viviendo. A veces puede calmarnos, en otras ocasiones despertarnos. O tal vez hacernos sentir "reales", muchas veces es mejor sentir dolor a no sentir absolutamente nada.**

Yo comencé a quemarme para controlar la rabia, cuando no podía gritar o sentía que podría dañar a otras personas.

Cuando entré a la Universidad comencé a cortarme para mantenerme despierta y también para inspirarme y tener mejores ideas.

Había ocasiones en las que si no me cortaba, simplemente no podía terminar mis trabajos. Cuando tenía que hacer un trabajo en la U, simplemente no podía, ya estaba acostumbrada a los cortes, entonces tenía que huir a mi casa.

Como resultado, obtuve unas calificaciones horribles. Me sentía muy desilusionada porque en el colegio todos los años obtuve el mejor promedio de

notas. Tenía miedo de desilusionar a mis papás, y los cortes se pusieron peor. Finalmente entendí mi problema y decidí contarle a ellos lo que me ocurría. Me retiré de la U, y en un año más entraré a estudiar algo diferente.

Los métodos de autolesión varían mucho de persona a persona: cortes, quemaduras, golpes, etc. Así mismo, también varía la profundidad e intensidad de la lesión. Algunos se hacen cortes muy profundas, otros optan por muchos rasguños en la piel, sin embargo, el tamaño de la herida no se relaciona con el dolor psicológico de la persona, es decir, si alguien simplemente se rasguña, no quiere decir que sufra menos que aquel que se corta profundamente.

***Es importante que el autolesionador reciba ayuda psicológica o psiquiátrica, pues en algunas ocasiones puede relacionarse con otros tipos de síndromes, tales como Desórdenes de Personalidad, Desórdenes de Ansiedad, Desórdenes Compulsivos o Depresión en otros.***

***Nuevamente, esto es relativo, y no significa necesariamente que quien se autolesiona posea automáticamente alguno de éstos desórdenes, por eso se debe acudir a una persona capacitada para determinarlo.***

En la década pasada los estudios indicaban que la mayoría de los autotelesionadores eran mujeres, pero estudios más recientes indican que los índices de incidencia masculina son similares a los femeninos.

La diferencia radica en que los hombres parecen ocultar el problema, mientras que las mujeres buscan apoyo médico, es decir, se obtiene poca información médica y estadística sobre los hombres, pero esto no quiere decir que no sean propensos a la autolesión, o que ésta sea una cuestión relacionada específicamente con el sexo femenino.

***La autolesión suele desarrollarse entre la pre-adolescencia y la adolescencia,*** algunos pacientes dicen que van perdiendo la necesidad de lastimarse alrededor de los 30 años, pero esto no quiere decir que la enfermedad termine a esa edad para todos, influye el ambiente de la persona y el hecho de que esté en tratamiento o no. Lo más probable es que si una persona no busca ayuda o no decide detenerse personalmente, no se sane automáticamente. Como cualquier enfermedad, necesita de un proceso de recuperación, y lo más importante, de la misma fuerza de voluntad de quien la padece, así como del apoyo de sus familiares y amigos.

***La autolesión afecta mucho al lesionado en su ámbito personal. Quien se autolesiona suele mantenerlo en secreto, ocultando sus cicatrices o dando excusas.*** El mismo hecho de sufrir psicológicamente hace que sea muy difícil relacionarnos con las personas que nos rodean. A veces un lesionado puede mostrarse muy feliz frente a los demás, ocultando su tristeza o vacío, y nadie se entera del dolor que esa persona padece, por eso mismo enterarse de que algún conocido se autolesiona suele ser muy chocante.

Al final, ***la autolesión es un problema que va mucho más allá del mismo autolesionador, pues afecta profundamente a quienes lo rodean.*** De esta manera, la solución no está sólo en las manos del lesionado, pues será muy difícil sanarse si no se cuenta con el apoyo de sus personas más cercanas. No

sólo el autolesionador debe cambiar su modo de vida, también debe hacerlo su familia o sus amigos. Habrá ocasiones en que por el mismo estado mental del autolesionador, éste no podrá ver las cosas objetivamente, y es en esos casos que se necesita la ayuda del que está sano.

***Para poder llegar a una solución, el primer paso es la aceptación de que se tiene un problema, no se puede hacer mucho si el autolesionador no quiere curarse. Es un proceso lento, que requiere mucha paciencia y entendimiento por parte del enfermo y de quienes lo rodean, pero es extremadamente necesario.***

## LO QUE NO ES LA AUTOLESIÓN

### Llamar la atención

Mucha gente suele pensar que la autolesión es un método para llamar la atención. Esta es una de las ideas más erradas, y también a la que más le tememos los autolesionados. ¿Si quisiésemos simplemente llamar la atención llegaríamos a algo tan extremo como hacernos daño?

Si un autolesionador quisiera llamar la atención no escondería sus marcas, no vestiría mangas largas en verano, disfrutaría bañarse en una piscina o en la playa, no buscaría excusas a sus cicatrices ni desviaría el tema, tampoco se escondería a cortarse. Es más, ni siquiera se cortaría, simplemente amenazaría con hacerlo.

***Si el autolesionador hace un llamado de atención, no lo hace concientemente, sino accidentalmente.*** Pero este llamado no es ése infantil de querer ser el centro de atención, como un niño que se pone a llorar para conseguir lo que quiere. Es una petición inconsciente de ayuda. Hay que recordar que más doloroso que las heridas, es lo que el autolesionador lleva en su interior.

### Manipulación

En relación al punto anterior, el autolesionador no busca manipular a quienes lo rodean. La autolesión no es un método de extorsión, en el sentido en que no se hace por obtener algo de otra persona, ya sea atención, compañía, etc.

### Una actividad grupal

La autolesión es algo muy personal, y no suele involucrarse a otras personas en ello. Es una exteriorización del dolor interior, cuando éste no puede ser expresado. Si se tiene la confianza necesaria como para cortarse en grupo, ¿por qué entonces no se tiene la confianza para contar lo que se siente?

### Por placer

La autolesión causa un alivio momentáneo, pero no logra hacernos sentir mejor interiormente. No es una actividad que cause placer por si sola, como escuchar música u otras actividades, pues se relaciona con el dolor. Es más bien dolor a cambio de dolor.

### **Una moda**

Autolesionarte no te hace más cool. Cortarse o quemarse no es un equivalente a ocupar una ropa determinada o tener cierto corte de pelo.

### **Tatuarse, hacerse piercing u otras prácticas**

Si bien algunas cosas causan un dolor que puede ser placentero para algunos, no significa que sea autolesión, pues no tiene nada que ver con el sufrimiento o un desorden psicológico. Algunas personas, por ejemplo, sienten placer con las prácticas sadomasoquistas, pero esto no quiere decir que en su interior se sientan mal o que sean infelices.

### **Un intento fallido de suicidio**

Si bien algunas personas que han cometido o han intentado suicidarse pueden presentar una tendencia autolesionadora, no quiere decir que todos los autolesionadores sean suicidas.

La autolesión no se relaciona necesariamente con el deseo de morir, a veces es incluso todo lo contrario, un método de supervivencia.

**Fuente:**

<http://autolesion.blogspot.com/>