

PROGRAMA INTEGRAL DE TRATAMIENTO DE LA COMORBILIDAD TLP-TCA

(Trastorno límite de la personalidad y Trastorno de la conducta alimentaria)



TLP TRACTAMENTS
CENTRE DE TERÀPIA DIALÈCTIC CONDUCTUAL

¿A QUIEN VA DIRIGIDO?

A las personas que tienen un diagnóstico de comorbilidad entre TLP-TCA o bien la sospecha.

¿QUÉ SIGNIFICA?

Significa que has desarrollado los dos trastornos y necesitas un enfoque terapéutico que los incluya.

¿EN QUE CONSISTE?

Alternarás las visitas individuales con cada especialista y realizarás un entrenamiento en habilidades grupal. Tu entorno podrá recibir psicoeducación y herramientas para entenderte mejor y para gestionar tus emociones.

¿CUAL ES LA VENTAJA?

- ✓ No será necesario omitir temporalmente uno de los problemas ni escucharás decir que primero debe tratarse uno que el otro, ya que los dos forman parte de una misma raíz común. Con ello te sentirás más validad@ y verás que encajas realmente en el tratamiento.
- ✓ No tendrás que acudir a distintos profesionales que quizás no compartan la misma visión del problema.
- ✓ Verás que tu tratamiento avanza en la misma dirección y que los profesionales que te tratan no se solapan o contradicen, si no que cada uno de ellos aporta lo que le es específico dentro de un mismo plan de tratamiento.
- ✓ Podrás alternar las visitas según un programa especialmente diseñado para ti sin representar un coste añadido.
- ✓ Tendrás un terapeuta de referencia por lo que te sentirás acompañad@ en todo el proceso.

F.A.Q

¿Cómo saber si tengo la comorbilidad TLP-TCA?

La persona que tiene la comorbilidad TLP y TCA siente que tiene una vulnerabilidad emocional que le dificulta regular emociones intensas y a la vez siente que su relación con el cuerpo y la comida es dañina. Es probable que lleve a sus espaldas una historia

más o menos larga de sufrimiento con sus emociones y con su cuerpo, y que sienta que de alguna manera una y otra problemática se van alternando, se compensan o se empeoran dependiendo del momento.

Cuando entres en el programa realizaremos un diagnóstico para confirmar tus impresiones de forma objetiva.

¿Qué es antes, el TLP o el TCA?

Probablemente el inicio dependerá de los factores de vulnerabilidad de cada persona, además de los factores ambientales. Para el TLP lo primero es la vulnerabilidad emocional. La persona tiene una vulnerabilidad y tras pasar por vivencias de rechazo e invalidación, experimenta intenso sufrimiento sin lograr por diferentes motivos aprender a regular sus emociones. Su vulnerabilidad la lleva a relacionarse de forma poco sana con la comida (entre otras cosas) como intento de regular de sus emociones. Su vivencia de vulnerabilidad, de ser diferente y su imagen corporal no deseada hacen que se rechace tal como es e idealice un cuerpo que le permitiría aceptarse y ser aceptada. La comida se convierte en una especie de mala solución, un intento de regular sus emociones y a la vez solucionar sus problemas de inadecuación y rechazo. Con el tiempo la solución se convierte en un problema en sí mismo.

Para el TCA el debate entre genética/ambiente ha sido debatido durante mucho tiempo, así como en que medida los alteradores endocrinos se pueden explicar por factores ambientales como la familia, o los factores genéticos. En cuanto a las características socio-demográficas, algunos de los factores de riesgo más relevantes para el desarrollo de un TCA son: ser mujer, adolescente y vivir en el mundo occidental.

¿Cómo saber si uno de ellos predomina?

En el proceso de evaluación diagnóstica lo analizaremos, y en base a los datos, estableceremos de forma conjunta contigo un programa de tratamiento en el que se atienda prioritariamente aquello que es más nuclear, pero sin dejar de atender el resto.

¿En qué me baso para saber si debo buscar ayuda?

Los propios criterios diagnósticos de cada patología son indicativos de si necesitas ayuda. De una forma más intuitiva, cuando tus emociones o tu relación con tu cuerpo te llevan a conductas insanas o autodestructivas con demasiada frecuencia, o cuando sientes repetidamente que ya no aguantas más con tu problema.

¿Qué tipo de tratamiento voy a recibir?

En el abordaje individual recibirás terapia Dialéctica Conductual para el TLP y terapia Cognitivo Conductual para el TCA. Son los tratamientos de elección por su eficacia probada. Lo más importante es que tu sentirás que estás haciendo un trabajo serio y a la vez validante. Aprenderás habilidades de la DBT (mindfulness, regulación emocional, tolerancia al malestar y efectividad interpersonal) en la terapia en grupo. Si es aconsejable y necesario, ofreceremos psicoeducación y apoyo específico a tus familiares o allegados mediante intervenciones individuales y/o en grupo.

¿CÓMO ME INFORMO DEL TRATAMIENTO?

Si quieres recibir más información ponte en contacto con nosotros llamando al 932 38 72 93 / 608 435 094 o bien escribe un mail a info@tlptratamientos.com indicando como motivo de consulta **PROGRAMA TLP-TCA**.