

Superando la obsesión

Entrevistamos a Nieves Álvarez, psicóloga de la **Asociación TOC Madrid**, que ha sido creada para ofrecer un entorno de comunicación para los afectados por el TOC en esta comunidad autónoma.



La Asociación TOC Madrid se creó en el año 2013 con la intención de ofrecer un centro de información, orientación, reunión, intercambio y apoyo para todas las personas que sufren a causa del Trastorno Obsesivo Compulsivo.

¿Cuándo y con qué finalidad se creó vuestra asociación?

Este trastorno es muy desconocido en la sociedad. Además, los familiares están completamente perdidos: intentan ayudar a sus seres queridos pero desconocen las técnicas adecuadas. Gracias al trabajo que realizamos en la asociación podrán desarrollar nuevas herramientas y conocer las técnicas adecuadas para convivir con el trastorno sin que este afecte a sus vidas.

¿A través de qué posibilidades ayudáis a los usuarios a adaptarse a su nueva vida?

Ofrecemos varias formas

de comunicación y encuentro. En primer lugar, el asesoramiento individualizado que, tras el primer contacto, realizamos vía electrónica o telefónica. En el siguiente paso, el afectado y los familiares acuden a una reunión de bienvenida, donde conocerán a otras personas en la misma situación. Las siguientes reuniones se realizan en formato taller y se dan técnicas y consejos según la temática del mismo: aceptación, motivación, técnicas de afrontamiento, etc.

Por lo que hemos visto, contáis con colaboradores en vuestra asociación. ¿Qué os aportan?

Somos una asociación que no recibe ningún tipo de subvención. Contamos con la colaboración de los psicólogos del Gabinete Tratamiento TOC, que nos prestan su experiencia y sus instalaciones para celebrar

nuestras actividades. Otros psicólogos y psiquiatras ayudan en la divulgación. Por último, el apoyo tecnológico nos permite disponer de forma gratuita de un portal de Internet, gestión de los socios, comunicaciones, etc.

¿Cómo afecta el TOC a la inserción laboral?

Según el patrón de personalidad de las personas afectadas, su rendimiento laboral es bueno, aunque ninguno de ellos suele comunicar a la empresa que padece este trastorno por miedo al rechazo. Existe otro grupo de personas que por su evitación y rituales se encuentran incapacitados para ejercer cualquier actividad laboral o académica.

¿Qué medidas se tendrían que poner en marcha para llegar a una plena integración laboral de estas personas?

En general hace falta una mayor concienciación sobre todas las enfermedades mentales. Con una terapia adecuada, los afectados por el TOC son buenos empleados, y en muchas ocasiones su perfeccionismo hace que sean ideales para ciertos puestos. Es importante que

¿Sabías que...?

- El TOC es reconocido como un problema común que afecta al 2% de la población.
- El TOC es un trastorno perteneciente al grupo de los trastornos de ansiedad caracterizado por obsesiones (ideas, pensamientos, imágenes o impulsos recurrentes y persistentes que son como pensamientos que invaden la conciencia y que son vividos como repugnantes o sin sentido) y compulsiones (conductas repetitivas que se realizan según determinadas reglas de forma estereotipada).

este mensaje llegue a los directivos y a los responsables de recursos humanos. Pero las medidas no deben orientarse particularmente al entorno laboral, sino también al entorno social y a los profesionales de la medicina y la psicología. **dc**

“Con una terapia adecuada, los afectados por el TOC pueden ser buenos empleados”