

Autoflagelación

(Automutilación, cortaduras autoprovocadas)

¿En qué consiste la autoflagelación?

La autoflagelación con mucha frecuencia recibe el nombre de cortaduras autoprovocadas. Consiste en producirse lesiones en el cuerpo a propósito. La autoflagelación no es un intento de suicidio, sino que suele ser un acto impulsivo utilizado para recuperar el control de la vida propia.

La forma más común es hacerse cortaduras con un objeto filoso. También puede implicar quemar, rascar o golpear partes del cuerpo u objetos, así como jalarse del pelo. Algunas personas pueden comer o beber sustancias tóxicas.



¿Quiénes lo hacen y por qué?

La autoflagelación es más común entre los adolescentes y los adultos jóvenes. Suele practicarse para sobrellevar el estrés o cambiar el ánimo de una persona. Las personas pueden causarse daño a sí mismas para aliviar el estrés, la ansiedad, la depresión o la baja autoestima. Creen que el dolor físico les ayudará a olvidar sus emociones.

La mayoría de las personas que se lastiman a sí mismas no están “locas”. Por el contrario, están buscando una manera de sobrellevar lo que sienten. Puede ser una adicción como el alcoholismo, la drogadicción o un trastorno alimenticio. En algunas personas, la autoflagelación puede ser un síntoma de un problema de salud mental o de abuso.



¿Por qué es peligroso?

Las lesiones pueden ser bastante graves. Las cortaduras pueden requerir puntos de sutura y pueden infectarse si se utiliza un objeto sucio o sin esterilizar. Las cortaduras pueden producir cicatrices permanentes, así como una abundante pérdida de sangre o incluso la muerte. Hacerse cortaduras puede convertirse en un hábito.

¿Hay alguna manera de parar?

Sí. La autoflagelación suele estar vinculada a intensos sentimientos de remordimiento o vergüenza. La decisión de obtener ayuda es el primer paso. Hablar con un profesional de la salud, maestro, consejero escolar u otro adulto de confianza puede ayudar. Hay terapias que ayudan a las personas a encontrar mejores maneras de sobrellevar sus emociones y hay medicamentos que pueden ayudar a encontrar un equilibrio emocional.

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier pregunta o inquietud o si tú:

- Sientes que quieres causarte daño.
- Tienes necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.