

# Trastorno Límite de la Personalidad (TLP): una mirada psicoanalítica al sufrimiento emocional

El Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) es una de las estructuras clínicas que más interrogantes suscita en psicología y salud mental. Desde el psicoanálisis contemporáneo, se entiende no como un “trastorno” aislado, sino como una organización de la personalidad que se ha construido en torno a vínculos tempranos marcados por la inconsistencia, el miedo y una profunda dificultad para integrar experiencias contradictorias.

A la vez, el DSM-5-TR nos ofrece una descripción categorial que ayuda a delimitar los rasgos clínicos más visibles: impulsividad, inestabilidad afectiva, problemas en la autoimagen y en los vínculos. Integrar ambos enfoques, el clínico-descriptivo y el dinámico, permite comprender mejor el origen del sufrimiento y acompañar al paciente desde un punto de vista más humano y profundo.

El DSM-5-TR describe el TLP como un patrón persistente de inestabilidad en:

- la regulación afectiva
- la identidad
- las relaciones interpersonales
- el control de impulsos

Este patrón aparece en múltiples áreas de la vida y suele comenzar en la adolescencia o al inicio de la adultez. Aunque esta definición es útil, desde una mirada psicoanalítica no es suficiente: los síntomas visibles son solo la parte más externa del conflicto interno.



Quien convive con una estructura límite suele describir su mundo interno así:

- “Siento todo demasiado.”
- “Si alguien se aleja, me quedo sin suelo.”
- “Me cuesta saber quién soy dependiendo del día.”
- “Me enfado sin saber por qué.”
- “Paso del cariño al rechazo en segundos.”
- “Es como si dentro hubiera un hueco enorme.”

Desde el psicoanálisis, el TLP no se entiende no como un fallo del carácter, sino como una solución psíquica que la persona construye ante experiencias tempranas que no pudieron ser digeridas emocionalmente. Es un “yo fracturado que intenta sobrevivir”, formado en base a las siguientes características:



### **1. Dificultades en la constitución del yo**

En los primeros años de vida, el niño necesita un entorno que le devuelva sus emociones de manera comprensible y que ayude a transformarlas. Cuando esto no ocurre de forma consistente, el yo no logra integrar bien lo que es bueno y lo que es malo, la diferencia entre el amor y la rabia, ni sabe cómo manejar la frustración. El resultado es una identidad frágil, que oscila rápidamente entre estados internos muy contradictorios.



### **2. El miedo profundo al abandono**

Lo que en el DSM aparece como “temor al abandono real o imaginado” es en realidad la huella de un vínculo temprano vivido como impredecible. No es un miedo racional, sino un terror primario por si el otro se aleja.



### **3. Relaciones intensas y cambiantes: entre la idealización y la devaluación**

En la estructura límite, el otro puede ser sentido como absolutamente necesario y, al instante, como una amenaza. Esta polaridad tiene su origen en la dificultad para integrar ambivalencias. Es un movimiento psíquico de supervivencia, si el otro no es totalmente bueno, entonces debe ser totalmente malo, porque lidiar con la mezcla es demasiado doloroso.



### **4. Impulsividad y actos cuando la palabra no alcanza**

La impulsividad es vista como un criterio diagnóstico, aunque desde el psicoanálisis se entiende como una descarga. Cuando las emociones son tan intensas que no pueden representarse en palabras ni pensarse, se actúan. El acto de un gasto impulsivo, una discusión explosiva, una conducta autolesiva... aparece como la única vía para aliviar una tensión interna insoportable.



### **5. El vacío crónico**

La vivencia de vacío es uno de los síntomas más característicos del TLP. No es aburrimiento ni apatía, es la falta de un “centro interno”, la ausencia de una estructura sólida que sostenga a sí mismo cuando el otro no está presente.

El TLP no tiene una única causa. La evidencia señala su origen en la interacción de:

- La vulnerabilidad biológica, ya que padecen, una mayor sensibilidad del sistema emocional y un temperamento reactivamente intenso.
- Experiencias tempranas, no necesariamente traumáticas en sentido clásico. Muchas veces son vivencias más sutiles de falta de contención, respuestas impredecibles, sobrecarga emocional o ausencia de un espejo afectivo estable.

- Entornos invalidantes. Cuando el niño no encuentra un adulto que legitime, acoja o traduzca sus emociones, aprende a sentir que sus propios estados internos son “malos” o “incomprensibles”.

En conjunto, todo ello produce un psiquismo que lucha por regularse, a menudo sin las herramientas suficientes.

Aunque la clínica psicoanalítica ilumina el significado profundo de los síntomas, el DSM-5-TR ayuda a definirlos. Algunos de los criterios principales incluyen: temor intenso al abandono, relaciones inestables e intensas, alteración de la identidad, impulsividad en áreas potencialmente dañinas, inestabilidad afectiva marcada, sensación crónica de vacío, dificultad para controlar la ira, y conductas autolesivas o suicidas.

Comprenderlos desde dentro permite ver que no son “conductas problemáticas”, sino manifestaciones del dolor psíquico. No es manipulación, ni intensidad voluntaria. Son vivencias reales, profundas, difíciles de gestionar sin acompañamiento profesional.

Por ello, el tratamiento del TLP requiere un espacio donde el paciente pueda construir un yo más integrado, comprender el origen de su sufrimiento y aprender nuevas formas de relacionarse consigo mismo y con los demás.

De forma muy general, el abordaje suele combinar la psicoterapia, con un trabajo profundo sobre las emociones, la historia vincular y los patrones que se repiten; y el apoyo farmacológico cuando es necesario, para estabilizar algunos síntomas que dificultan el trabajo terapéutico.



La evidencia científica es clara, con tratamiento adecuado, la mayoría de las personas con TLP mejora de forma significativa. Las crisis disminuyen, la identidad se fortalece y las relaciones se vuelven más estables y seguras.

El Trastorno Límite de la Personalidad no es una sentencia, ni una etiqueta que define a la persona. Es una forma de organizar la vida emocional que pide ser comprendida, acompañada y sostenida. Con el proceso adecuado, es posible vivir con más calma, más integración y más libertad interna.

*Ana Pamplona Hortas, Psicóloga sanitaria.*