

Resumen de los resultados

En la encuesta sobre tricotilomanía han participado casi 100 personas a lo largo de un periodo de 6 meses. El formato empleado, como recordaréis los que hayáis visitado la Web estos meses, ha sido rellenar un cuestionario online y remitirlo por email al coordinador de la Web www.tricotilomania.org. En primer lugar quisiera agradecer, a todos cuantos han participado, por su interés y su aportación, que está siendo de gran valor y nos dará trabajo durante muchas semanas. Aquí os comentaré algunos de los detalles del perfil de los participantes, que en gran medida nos dice quiénes somos, cómo somos y cómo nos afecta la trico:

- Por edad: tenemos respuestas de casos desde niños de 3 años (obviamente han respondido sus padres) hasta de 50 años, la persona de más edad. La edades mas frecuentes han sido entre los veinte y treinta años, las que menos entre la preadolescencia y la adolescencia.
- Hay muchas más mujeres (84%) que hombres (16%) y hay más presencia de solteros o personas sin pareja estable que casados y separados (que son solo un 3%). Quizá por ello, el 74% afirma no tener ningún hijo.
- Por países, de España son la mitad de los participantes, y luego, de otros países de habla hispana, como Argentina, Chile, México, etc. Es una satisfacción saber que tenemos amigos y personas interesadas en todo el mundo
- En cuanto a las profesiones u ocupaciones, hay de todo, pero en general, además de estudiantes (la mayoría), han respondido personas que se dedican a los servicios: agente comercial, ingenieros, arquitectos, etc.
- La inmensa mayoría tienen un nivel de estudios medio y alto (hay un 50% de universitarios). Estos datos pueden ser más indicativos del perfil de las personas que visitáis nuestra Web que un rasgo propio de la trico, que teóricamente no distingue entre nivel de estudios ni profesiones.
- La edad de comienzo suele estar entre los 10 y 13 años, un tercio de los encuestados han empezado en la preadolescencia y otro grupo muy numeroso, en la adolescencia (hasta los 16 años), sumando entre ambos más de la mitad.
- Dos tercios no saben qué pudo haberlo provocado, no lo recuerdan, y el resto lo asocia con situaciones de estrés familiar, violencia y abusos.
- En general es la cabeza la zona más afectada (casi el 90%) y luego también nos tiramos del pubis (28%), cejas y pestañas (22% y 18%), y parece que las situaciones que más nos predisponen a este hábito son ver la televisión (prácticamente todos, el 92%), leer o estudiar (un 81%) y estar tumbados en la cama (76%) . Más o menos la mitad se tiran viéndose al espejo y hablando por teléfono, además de otras situaciones menos frecuentes, como conducir, trabajar o estar delante del ordenador. La mayoría (un 78%) lo hace cuando están solos.

Origen, tratamientos y pronóstico

En cuanto a la vertiente médica y terapéutica, un 37% de tricotilómanos declarados parecen tener o haber padecido depresiones, y el 29% además se come las uñas (onicofagia). Casi la mitad de los encuestados no han recibido tratamiento, y solo el 23% ha tomado fármacos. Una cuarta parte ha realizado terapia de conducta y un grupo significativo (un 22%) ha optado por soluciones personales, como taparse con un pañuelo.

Según se desprende de vuestras respuestas, más de la mitad no han conseguido resultados positivos de sus tratamientos, y del resto, el 21% ha tenido cierto éxito con los fármacos, y luego en menor medida, con otras alternativas.

Como medida del éxito de cualquier tratamiento o iniciativa personal, habría que comentar que si bien el 95% de nuestros participantes reconocen que han podido estar entre uno y tres días sin tirarse del pelo, el conseguir controlar y eliminar el hábito durante más tiempo es -según las respuestas- una tarea realmente complicada: solo el 2% ha conseguido superar los 4 años

Y finalmente, indicar que no parece tener un origen genético o familiar ni sigue aparentemente patrones de difusión por herencia, contagio o aprendizaje: el 68% declara que no conocen a nadie en su familia con esta enfermedad, y un 11% la ha reconocido en algún amigo.