

TTM: AUTOESTIMULACIÓN, NIVEL DE ATENCIÓN Y ACTIVIDAD CORTICAL

<https://es.groups.yahoo.com/neo/groups/tricotilomaniaorg/info> 04/08/2015

Los pelos, en los mamíferos, tienen entre otras funciones, la de ser sensores táctiles de alta sensibilidad, capaces de despertar al animal durante el sueño y son una pieza fundamental en el sistema de activación y alerta frente al peligro.

Estimular este circuito de forma voluntaria o involuntaria es una manera de aumentar el nivel de atención y actividad cortical general, y se manifiesta de distintas maneras: rascarse, despiojarse unos a otros (los primates por ejemplo lo hacen), o incluso lamerse, como los gatos.

Todas ellas son conductas asociadas al tedio, una respuesta a la falta de estímulos que provoca un aumento temporal de la atención y mejora los estados de alerta.

Puesto que un nivel superior de activación contribuye a una mejor asimilación de la información externa, este movimiento compulsivo sería, simplemente, una manera de aumentar esa facultad de una manera inconsciente.

¿Y por qué unos sí y otros no? pues probablemente porque afecta a los individuos con un bajo nivel general de activación, y entiendo que aquí habrá de todo, pero sugiero que si un sujeto manifiesta un déficit de atención leve, este comportamiento sería una respuesta autoinducida para poder mejorar su capacidad de aprendizaje. Y si la estrategia da resultados positivos, esta conducta se refuerza y se convierte en compulsiva.

A partir de aquí ya me meto realmente en arenas movedizas. Sospecho que el grupo de riesgo está compuesto fundamentalmente por personas que han aprendido desde muy temprana edad unos comportamientos de autocontrol impropios de su edad, capaces de rebajar su nivel de activación hasta muy por debajo de lo razonable, y esta disciplina les genera un déficit de atención leve.