

# Trastorno obsesivo-compulsivo (TOC)

Es un trastorno de ansiedad que se caracteriza por una pauta generalizada de pensamientos y miedos (obsesiones) que provocan una ritualización de comportamientos repetitivos (compulsiones), que la persona realiza para evitar el malestar que los pensamientos obsesivos le producen. Pueden ser incapacitantes en el día a día.

## Salud mental

### Tipos de TOC más comunes

- **Trastorno de rascarse la piel (excoriación).** Dañarse la piel de forma recurrente hasta producirse lesiones cutáneas. La persona intenta repetidamente disminuir dicho comportamiento.
- **TOC y trastornos relacionados inducidos por sustancias/medicamento.** Los pensamientos intrusivos (obsesiones) y los comportamientos repetitivos (compulsiones) se vinculan a medicamentos o a otro tipo de sustancias.
- **TOC y trastornos relacionados debido a otra afección médica.**

*"El TOC no presenta diferencias sexuales en su incidencia. Sin embargo, en el hombre el comienzo de los primeros síntomas es más precoz, coincidiendo con la pubertad; mientras que en las mujeres no suele manifestarse antes de los 20 años y se encuentra altamente asociado a cambios hormonales (embarazos, menopausia, etc.)"*

Fuente: Hospital Ruber Internacional. Unidad de la Mujer.  
Art.: "Ansiedad: ¿es verdad que la sufren más las mujeres?"

## Recursos

**CopCyL.** Colegio Oficial de Psicología de Castilla y León

Correo electrónico: [dcleon@cop.es](mailto:dcleon@cop.es)

Correo electrónico: [copcyl2@cop.es](mailto:copcyl2@cop.es)

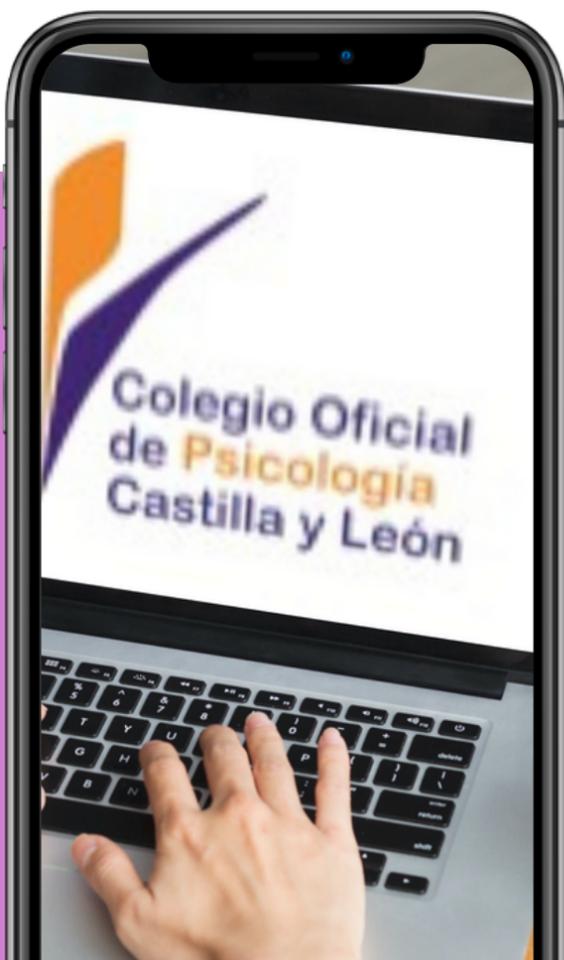
Teléfono: 983 21 03 29 / Fax: 983 21 03 21

Skype: copcyl-va

Hangouts: [psicologia.copcyl@gmail.com](mailto:psicologia.copcyl@gmail.com) (exclusivo videoconferencia, no correo electrónico)

Página Web: <https://www.copcyl.es/>

  
IV Plan de Igualdad de Oportunidades  
y contra las violencias machistas  
de la Comarca de El Bierzo: 2020-2023



La clave para el bienestar físico, mental y emocional: Escucha atentamente lo que dice tu cuerpo y acude a tu médico/a de familia