

Cleptomanía: el robo de la voluntad y del control personal

El 5% de los robos corresponden a impulsos de personas afectadas por un trastorno compulsivo asociado a la depresión y a la ansiedad

ACUMULAN DENUNCIAS por robo y pueden parecer ladrones comunes, pero están lejos de identificarse con este perfil delictivo. El 5% de las denuncias tramitadas por robos recaen sobre los cleptómanos. Estas personas, mujeres en su mayoría, sufren una gran ansiedad que tratan de calmar con hurtos. En general se sienten tan culpables que al final devuelven el objeto robado y piden disculpas. La cleptomanía nace como consecuencia de un malestar asociado a sentimientos de depresión y ansiedad. Otros trastornos del control de los impulsos comparables a la cleptomanía son la compra compulsiva o la bulimia nerviosa. En todos ellos, las emociones negativas se experimentan con tal fuerza que se apoderan de la voluntad del individuo, con lo que el pensamiento lógico pasa a un segundo término. Se pierde la capacidad de razonar con serenidad y el descontrol se traduce en rituales irrefrenables y sin causa aparente.

Quienes sufren este trastorno desarrollan acciones compulsivas para reducir lo antes posible las emociones desagradables. El robo se convierte en una conducta irrefrenable que sirve para reducir la ansiedad del momento. Pero la impulsividad sólo es útil para intensificar el malestar, ya que se deja de ser dueño de uno mismo y se pasa a ser esclavo de reacciones que alteran la vida diaria y generan sentimientos de culpabilidad por caer en el mismo error una y otra vez.

Aunque la cleptomanía la sufren personas adultas conscientes de sus actos, no pueden frenar los momentos en los que se ven “obligados” a robar algún objeto. Por lo general, afecta a individuos que son presa fácil de sus emociones y que se encuentran en un momento muy estresante de su vida, sufren algún trastorno de personalidad o experimentan síntomas de depresión o ansiedad.

Emociones descontroladas

El sentimiento de tensión que experimentan los cleptómanos se intensifica cuando se exponen a una situación en la que pueden llevarse algún objeto. Este nerviosismo evoluciona en estas personas de forma desagradable a medida que el robo está a punto de consumarse. La emoción es tan intensa que el afectado no ejerce un control sobre su voluntad, aunque sí es consciente de que está a punto de cometer un acto discordante con sus valores, pero es incapaz de plantearse otra solución para reducir el grado de ansiedad que le lleva a consumir el hurto. Por eso sólo cuando sustrae el objeto experimenta una sensación de liberación y alivio por haberse quitado de encima un malestar tan intenso.

Sin embargo, esta sensación cercana al bienestar -que puede resultar adictiva- apenas dura unos minutos, ya que el malestar inicial se sustituye por un sentimiento de culpabilidad que no tarda en aparecer. Esta situación genera un círculo vicioso en el que el desasosiego forma parte de la



vida de estos enfermos, de la misma manera que sucede en otros casos de alteraciones adictivas e impulsivas.

Tratamiento

Es necesario consultar cada caso a un profesional para que elabore un diagnóstico completo en el que no sólo valore la cleptomanía como la manifestación más evidente. En general, se administran antidepresivos por la relación de los síntomas con niveles bajos de serotonina en el cerebro.

El primer paso para recuperarse es crear un registro detallado de los episodios vividos. Después de cada robo involuntario se debe anotar en una libreta la fecha, la hora, el lugar, el estado anímico previo al hurto y el objeto robado. De este modo, se fomenta el control de una conducta que en el momento en que se materializa parece no estar sometida a ninguna pauta. Así, se pueden comprobar secuencias repetitivas que permitan prevenir situaciones similares.

Al mismo tiempo, el individuo es más consciente de lo que ocurre y adquiere una novedosa y placentera sensación de control sobre las conductas impulsivas. Llega a ser capaz de sustituir la forma habitual de actuar por otra que no acabe en un hurto. Se trata de una técnica útil ante cualquier trastorno del control de los impulsos y adicciones porque permite una mayor asunción del problema. Además, cuando se anota cada episodio se constata que estos son más frecuentes de lo que se estimaba en principio, y se interioriza que con la ayuda del terapeuta estos impulsos se podrán sustituir por conductas más controladas.

Otra estrategia cargada de sentido simbólico es la destrucción de todos los objetos robados. De esta forma, se consigue romper con una etapa de la vida en la que se han cometido actos involuntarios y que han causado gran malestar. Se inicia una nueva etapa en la que se pretende actuar de forma diferente ante la ansiedad y la depresión.

Es muy importante que un cleptómano comente la experiencia vivida con personas de confianza. De esta manera se comparte el problema y la vergüenza desaparece poco a poco.

Reconocer el trastorno es siempre el primer paso para solucionarlo. Un ejercicio muy útil con las personas que comparten el secreto es pedirles que acompañen al cleptómano a los lugares donde se cometieron los robos y le vigilen para evitar nuevos episodios. No sentirse culpable le genera al cleptómano una experiencia muy reparadora y le alienta a acudir solo al mismo centro y experimentar, ya sin ayuda, la misma sensación.

Por último, se recomienda que el afectado trabaje en la búsqueda de sensaciones positivas mediante otras actividades, como practicar deporte al aire libre, disfrutar de algún pasatiempo y mantener relaciones sociales activas para prevenir el aislamiento. El mayor antídoto para las conductas impulsivas y adictivas es vivir emociones intensas y positivas que provoquen sensación de plenitud. De este modo, mejora el estado de ánimo y desaparece casi de forma espontánea la necesidad de cometer pequeños hurtos que convierten a la persona en esclava de sus emociones y perpetúan su malestar de forma constante. //

TIPOLOGÍA DE LA CLEPTOMANÍA

- **Cleptomanía esporádica.**
Episodios breves y con largos intervalos de tiempo entre un robo y otro.
- **Cleptomanía episódica.**
Aparece de una forma más constante en el tiempo, aunque se pueden apreciar remisiones puntuales.
- **Cleptomanía crónica.**
Se sufre a lo largo de la vida con pequeñas fluctuaciones en su frecuencia y con una dificultad importante para superar el trastorno.

