

## ESTUDIO DE CASOS

# Estrés en el trastorno límite de la personalidad: una revisión de la vivencia particular desde una perspectiva microfenomenológica

*Stress in borderline personality disorder: a review of the particular experience from a micro-phenomenological perspective*

Cristóbal Pacheco <sup>1</sup>  
Universidad Católica Argentina

Recibido: 16 – 02 – 21

Aceptado: 29 – 04 – 21

Publicado: 18 – 06 – 21

### Resumen

La elaboración de un enfoque de la experiencia de estrés en las personas que presentan un trastorno límite de la personalidad es un reto importante, basado en la selección de una metodología que permita captar la cronología y las características de la experiencia particular que se produce durante el desarrollo de una situación de estrés. Para la presente investigación se ha considerado la realización de entrevistas microfenomenológicas a 3 participantes que presentan un trastorno límite de la personalidad, a modo de favorecer la articulación de una estructura de la experiencia vivida, organizada desde la perspectiva prereflexiva. Los supuestos teóricos y metodológicos considerados se basan en los planteamientos de Pierre Vermesch (1994) y su respectiva adaptación al contexto clínico desarrollado por Petitmengin (2006, 2007). La entrevista microfenomenológica, parte del supuesto de que gran parte de la experiencia, pasa desapercibida en nuestra conciencia inmediata, la experiencia subjetiva de algo que sentimos, olemos o percibimos o experimentamos, no puede ser accedida inmediatamente desde nuestra conciencia reflexiva o el desarrollo de descripciones verbales (Petitmengin, Remillieux y Valenzuela-Moguillansky, 2019). La presente investigación compromete el desarrollo de una visión organizada de la vinculación con una situación estresante, a partir de una comprensión diacrónica y sincrónica, desarrollando elementos que aporten claridad y posibles nuevos retos de investigación en el presente tema. Como resultados, se han obtenido indicadores asociados a la presencia de alteraciones a nivel físico, emocional y sensorial, lo cual expone que la vivencia de estrés en el presente grupo, se asocia a una experiencia holística que abarca íntegramente distintas esferas del desarrollo individual.

**Palabras clave:** entrevista microfenomenológica; trastorno límite de la personalidad; experiencia particular; diacrónica; sincrónica; estrés.

---

1 Magister en Psicología Clínica y Doctor © en Psicología, Universidad Católica Argentina.

Autor para correspondencia: [cristobal@live.cl](mailto:cristobal@live.cl) ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9559-5195>

© Los autores. Este artículo es publicado por la Revista de Investigación en Psicología de la Facultad de Psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Este es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0) [<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.es>] que permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original sea debidamente citada de su fuente original.

## Abstract

The development of an approach to the experience of stress in people with borderline personality disorder is an important challenge, based on the selection of a methodology that allows capturing the chronology and characteristics of the particular experience that occurs during the development of a stressful situation. For the present research, microphenomenological interviews with 3 participants presenting a borderline personality disorder were considered, in order to favor the articulation of a structure of the lived experience, organized from the prereflective perspective. The theoretical and methodological assumptions considered are based on the approaches of Pierre Vermesch (1994) and their respective adaptation to the clinical context developed by Petitmengin (2006, 2007). The microphenomenological interview, starts from the assumption that much of the experience, goes unnoticed in our immediate awareness, the subjective experience of something we feel, smell or perceive or experience, cannot be immediately accessed from our reflective awareness or the development of verbal descriptions (Petitmengin, Remillieux y Valenzuela-Moguillansky, 2019). The present research engages the development of an organized view of the linkage to a stressful situation, from a diachronic and synchronic understanding, developing elements that provide clarity and possible new research challenges in the present topic. As results, indicators associated with the presence of physical, emotional and sensory alterations have been obtained, which shows that the experience of stress in this group is associated with a holistic experience that integrally encompasses different spheres of individual development.

**Keywords:** microphenomenological interview, borderline personality disorder, particular experience, diachronic, synchronic, stress.

## INTRODUCCIÓN

El trastorno Límite de Personalidad (TLP) o también denominado trastorno Borderline es una patología psiquiátrica grave, cuyo curso y evolución impactan de manera significativa al individuo y a su entorno cercano (APA, 2014), por otra parte Caperna (2016), refiere que el TLP, afecta entre el 1% al 2% de la población global, constituyendo el trastorno de personalidad con mayor prevalencia en la población clínica.

Es en cuanto a su nosología y reticencia al tratamiento, que el presente trastorno representa un desafío en su abordaje, no observándose mejorías claras en el pronóstico de la patología, sobretodo ante la presencia de conductas vinculadas a la autoagresión o dificultades en la capacidad de autorregulación (Skodol et al., 2002), representando desde esta perspectiva un trastorno que conlleva un alto interés investigativo, asociado al desarrollo de propuestas de abordaje efectivas.

El presente trastorno, puede ser descrito como un patrón de inestabilidad en las relaciones interpersonales, la autoimagen, los afectos y de una notable impulsividad (APA, 2014). Dentro de sus síntomas más frecuentes se encuentran, sentimientos crónicos de vacío, impulsividad en al menos dos áreas, esfuerzos frenéticos por impedir un abandono real o imaginado y un patrón de relaciones interpersonales inestables, caracterizado por la alternancia entre los extremos de idealización y devaluación (APA, 2014).

Es en base a diversas investigaciones, Johnson et al., (1999); Levy (2005); Hopwood y Zanarini (2010) y Bourvis et al., (2017), han indicado que se puede referir la presencia del estrés como un elemento estable en la conformación del presente trastorno, estrés que se encuentra vinculado a vulneraciones tempranas, específicamente a negligencia, malos tratos y apego desorganizado durante la infancia. Si bien no es posible establecer con propiedad, una causalidad en el desarrollo de experiencias traumáticas y el desarrollo del TLP, Bourvis et al., (2017), afirman que puede existir una relación directa, sin embargo, aún restan mayores investigaciones en la materia.

En la vida adulta, la adaptación de las personas con TLP a situaciones de estrés, reviste un importante campo de estudio, en cuanto a la distinción de posibilidades adaptativas de los presentes, ante la emergencia de estímulos ambientales adversos. Investigaciones clínicas en estrés psicosocial, han evidenciado un aumento de emociones y cogniciones negativas, ante la presencia de situaciones adversas, potencialmente estresantes en individuo que presentan TLP (Deckers et al., 2015), apreciándose una atenuación de repuestas fisiológicas.

Otras investigaciones, afirman el incremento de la sensación física de dolor en pacientes con TLP, en situaciones donde se presenta un estímulo que genera un daño a nivel físico o emocional (Schmahl et al., 2004; Bonnot et al., 2009). Pese a

los planteamientos antes revisados, no se puede confirmar que el estrés vivenciado se vea incrementado en pacientes con TLP, en vista de la escasa evidencia existente que permita una validación de dichas afirmaciones.

Si bien el estrés en la vida de las personas que presentan TLP, ha sido ampliamente estudiado en base a las vivencias tempranas de vulneración, resulta necesario comprender la vivencia subjetiva asociada a la vinculación a situaciones estresantes que presentan las personas con TLP en edad adulta, ante la necesidad de lograr una comprensión detallada de las estrategias de adaptación, efectos y posibilidades de apoyo que pueden surgir ante su exposición a este tipo de situaciones. El objetivo principal de la presente investigación se asocia a lograr un mejor desarrollo teórico y comprensión respecto a la vivencia subjetiva del estrés en el presente trastorno de la personalidad, a modo de favorecer su posterior abordaje en instancias de intervención psicoterapéuticas.

## **METODOLOGÍA**

La presente investigación ha considerado una metodología cualitativa, en base a un diseño fenomenológico, la cual se encuentra vinculada a una aproximación denominada entrevista microfenomenológica, siendo esta utilizada con el fin de obtener información asociada a la experiencia subjetiva del estrés en cada uno de los participantes. La información fue analizada en base a los procedimientos propuestos por Valenzuela-Moguillansky, O'Regan y Petitmengin (2013). Se han considerado elementos de calidad, asociados al desarrollo de una investigación cualitativa, estos se asocian a criterios de credibilidad, relevancia y reflexividad. La principal estrategia considerada para la aplicación de los presentes criterios, se basó en la triangulación de la información con evaluadoras expertas en el presente tipo de entrevista, quienes brindaron orientación en relación a entrevista y análisis de la información.

### ***Participantes***

Esta investigación ha contado con un total de tres participantes que presentan TLP, siendo dos mujeres y 1 hombre, los cuales presentan características distintivas en relación a participación en procesos de abordaje psicoterapéutico (Ver Tabla 1). La muestra fue contactada desde un portal de ayuda a las personas que presentan TLP, todos los participantes acceden voluntariamente al presente estudio, mediante firma de consentimiento informado, con el objetivo central de colaborar y comprender en mayor profundidad su experiencia personal. Las entrevistas tienen una duración mínima de 36 minutos y máxima de 50 minutos. Todas se realizaron por videoconferencia a través de la plataforma ZOOM, utilizando el protocolo de entrevistas microfenomenológicas de Depraz et al., (2003) y Petitmengin (2010), el cual se basa en la captación de experiencias pre-reflexivas del sujeto en primera

persona, permitiendo una vinculación a la vivencia particular asociada a un determinado fenómeno de estudio (Bitbol y Petitmengin, 2017).

**Tabla 1**

*Descripción de los participantes.*

Identificación	Edad	Tiempo de participación en proceso psicoterapéutico
Paula	29 años	5 años
Juan	26 años	2 años
Estephanie	34 años	4 años

### ***Indicaciones a los participantes***

Se solicita la evocación de una situación estresante vivida, basada en la siguiente fórmula: "Te propongo, si está de acuerdo, tomarse el tiempo que consideres necesario, para ponerse en contacto con un momento que te haya causado estrés en la última semana, cuando lo hayas logrado, hágamelo saber".

### ***Análisis de datos***

Para la organización de la información obtenida, se utilizaron como apoyo plantillas de programa Excel, las cuales facilitaron la estructuración de enunciados, secuencia temporal y temática, vinculada a las distintas experiencias obtenidas. Los gráficos desarrollados, fueron diseñados con ayuda de aplicación *Canva*, la cual favoreció la propuesta de diseños diferenciados.

A continuación, se exponen las etapas vinculadas al proceso de análisis de la información.

- 1. Organización de enunciados:** Utilizando la plantilla de Excel, se utiliza una organización de enunciados basada en el momento de ocurrencia de los fenómenos descritos en las entrevistas, desarrollando así una división de grupos en una cronología inicial. Posteriormente, se establece un criterio de organización en función de la materia a la que van dirigidas las declaraciones previamente organizadas y éstas se vinculan a una "Unidad diacrónica" específica. Finalmente, se desarrolla una organización de los enunciados en base a "Unidades Sincrónicas", las cuales señalan características de la experiencia descrita, éstas surgen como comentarios, propiedades o fenómenos que pueden ser visualizados durante el desarrollo de los enunciados.
- 2. Análisis diacrónico específico:** En base a un proceso de interrogación iterativa, se procedió a realizar una organización de los enunciados centrados en el momento de ocurrencia de los fenómenos, brindando una estructura temporal inicial de cada experiencia. De esta manera, todas

las entrevistas son organizadas en fases, las cuales definen los momentos de ocurrencia de las experiencias vivenciadas.

3. **Análisis sincrónico específico:** El presente análisis, se fundamenta en la necesidad de organización de los enunciados ya divididos en determinadas fases, en base a características distintivas que permitan su agrupación, los cuales surgen como elementos características de las experiencias obtenidas a partir de entrevistas desarrolladas.
4. **Estructura diacrónica genérica:** Para el desarrollo de la presente etapa, se considera la organización individual de las entrevistas considerando cada fase definida con anterioridad, estableciendo una estructura visual que permite una clara distinción de la ocurrencia de respectivos momentos vivenciados por cada participante y sus respectivas características, a modo de lograr una comprensión particular y detallada de la experiencia obtenida.
5. **Estructura sincrónica genérica:** En a presente etapa, se realizó una revisión detallada de los *efectos que ha presentado la exposición a una situación estresante* para los participantes del presente estudio. Para ello se ha desarrollado una descripción visual y escrita de los efectos observados.
6. **Líneas dinámicas genéricas:** En el siguiente punto, se ha desarrollado un análisis respecto a cómo se evidencian en las tres experiencias recabadas, efectos físicos y emocionales, vinculados a la vivencia de situación estresante. El desarrollo de líneas dinámicas, compromete una revisión detallada del flujo de la experiencia particular, vinculada a aspectos relativos a efectos físicos y emocionales que han logrado observarse en las distintas fases de la estructura genérica.
7. **Estructura sincrónica genérica:** En el presente punto, se desarrolló el análisis comparativo de las estructuras sincrónicas específicas, las cuales se encuentran vinculadas a los efectos iniciales asociados a situación estresante. Mediante el desarrollo de un ejercicio comparativo, se compromete el diseño de un gráfico que contiene una síntesis del conjunto de efectos asociados a experiencias estresantes y su respectiva descripción.

## RESULTADOS DEL ANÁLISIS

El análisis de las entrevistas micro-fenomenológicas, se basa en el desarrollo de 5 etapas vinculadas a la captación de la experiencia particular, las presentes pueden ser divididas de la siguiente forma:

1. Análisis diacrónico específico

2. Análisis sincrónico específico
3. Estructura diacrónica genérica
4. Líneas dinámicas genéricas
5. Estructura sincrónica genérica

En los siguientes apartados, se compromete el desarrollo de los presentes puntos, estableciendo resultados de carácter gráfico y descriptivo, los cuales sintetizan de manera clara la experiencia particular y general vinculada a la vinculación a una situación estresantes por parte de los participantes.

### ***Análisis Diacrónico Específico***

Para la organización de los presentes resultados, se realiza inicialmente la exposición de un gráfico que sintetiza los momentos en los cuales transcurren las experiencias particulares, posteriormente se realiza una descripción individual de la experiencia de cada participante.

La evocación se compone de *cuatro fases* diferenciadas (Ver Figura 1), existiendo un momento inicial en el cual surge el pensamiento respecto a situación estresante, demarcando el inicio de experiencia. La *primera fase* se asocia a los efectos físicos (dolor de guata, pesadez en hombros y piernas, cansancio), emocionales (nerviosismo) y mentales (confusión mental) que surgen de pensamiento asociado a situación estresante, posteriormente en la *segunda fase*, las emociones y pensamientos pasan a desarrollar flujo circular de funcionamiento que se mantiene durante un periodo de tiempo específico, este flujo se basa en la sensación de la rabia hacía ella misma, sensación de injusticia, pena y posteriormente llanto.

*“Son como un círculo, siento la rabia, la injusticia, la pena, me pongo a llorar y después de nuevo siento rabia, injusticia, pena y sigo, así como un ciclo, ¿cachai? Estoy así un buen rato, hasta que después paro”.*

Se interrumpe el presente flujo circular de pensamiento y emociones en la *tercera fase*, mediante el desarrollo de acción mental (pensamiento de hacerse cargo) y corporal (desarrollo de tareas vinculadas a su trabajo) efectuada por entrevistada. Finalmente, como *cuarta fase*, se desprenden los efectos físicos (sensación de relajación corporal, calor en todo el cuerpo, sensación de liviandad), emocionales (sensación de esperanza) y de pensamiento (pensamiento enfocado en el trabajo y en qué juicio saldrá bien), que surgen producto de la interrupción de flujo circular de la experiencia vivenciada, esta fase demarca la finalización de momento evocado.

### Análisis diacrónico genérico - Paula

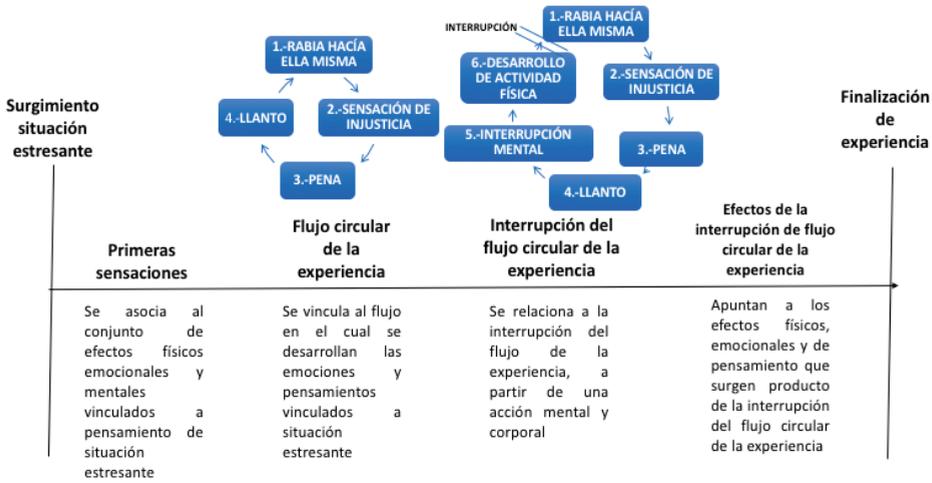
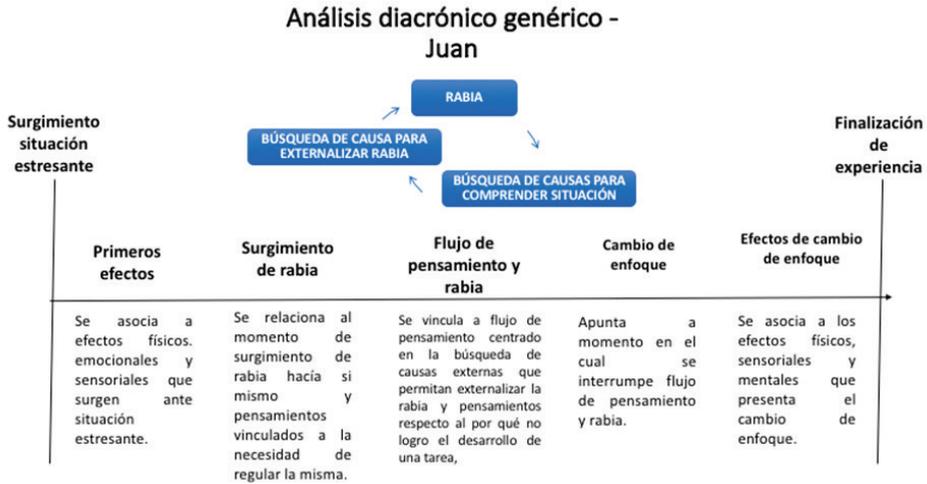


Figura 1. Análisis diacrónico específico de participante Paula

Se interrumpe el presente flujo circular de pensamiento y emociones en la *tercera fase*, mediante el desarrollo de acción mental (pensamiento de hacerse cargo) y corporal (desarrollo de tareas vinculadas a su trabajo) efectuada por entrevistada. Finalmente, como *cuarta fase*, se desprenden los efectos físicos (sensación de relajación corporal, calor en todo el cuerpo, sensación de liviandad), emocionales (sensación de esperanza) y de pensamiento (pensamiento enfocado en el trabajo y en qué juicio saldrá bien), que surgen producto de la interrupción de flujo circular de la experiencia vivenciada, esta fase demarca la finalización de momento evocado.

*“Pasa que yo como tengo entrenada la mente, después de haber estado años y años en terapia, una aprende a controlar algunas cosas, entonces, como que después del último llanto, me detengo pensando que me tengo que hacer cargo y que tengo que tranquilizarme, así que voy a la oficina de al lado a buscar unos papeles y sigo trabajando, se me despeja la mente al hacer cosas de mi trabajo”.*

La presente evocación se compone de *cinco fases diferenciadas* (Ver Figura 2), las cuales evidencian una evolución en cuanto al desarrollo de una experiencia vinculada a situación estresante. *La primera fase*, se asocia a los primeros efectos físicos, emocionales y sensoriales que surgen ante situación que es percibida como estresante por parte de entrevistado, resaltando elementos de parálisis corporal y percepción de dilatación de del tiempo. Como *segunda fase*, se encuentra la emergencia de rabia principalmente dirigida a hacia si mismo por no haber cumplido una tarea específica, lo cual lo lleva posteriormente a pensar respecto a la necesidad de regular esta rabia.



**Figura 2.** Análisis diacrónico específico de participante Juan

*“Que no me puedo mover, no me funciona el cuerpo, no me responden las manos que es con lo que trabajo, en la mente me quedo en blanco, no encuentro solución a lo que me causa estrés, si avanzo siento que lo hago muy lentamente”*

*“Rabia, hacia el hecho de que no puedo solucionar la situación en ese momento, entonces necesito enfocar la rabia en alguna situación, algo exterior, sacarla”*

En una *tercera fase*, se encuentra el desarrollo de un flujo de pensamiento y rabia, caracterizado por un periodo de 40 minutos, en el cual se desarrollan ideas en relación a los motivos por los cuales no pudo realizar la tarea solicitada y la búsqueda de causas externas en las cuales poder depositar la rabia que presenta. Como *cuarta fase*, se aprecia la interrupción del flujo de pensamiento y emoción, a partir del cambio de enfoque, mediante el desarrollo de actividad física y lectura.

*“Me pongo a pensar en eso y me doy cuenta de que estoy molesto, es como pensarlo, sobrepensarlo, sobrepensarlo y no puedo actuar sobre lo que tengo que hacer para solucionarlo, eso mantiene la paralización”.*

Como *quinta fase* y final, se aprecian los efectos a nivel físico, sensorial y mental, asociado a la interrupción de flujo de pensamiento y emoción y cambio de enfoque caracterizado por el desarrollo de ejercicio físico y lectura. Los efectos presentes, permiten su revinculación a actividades cotidianas.

*“Ahí fue como que pude vaciar la mente y llenarla de otra cosa, en este caso el ejercicio y leer, me pude alejar de lo que me pasaba, esto de sobrepensar y sentir rabia, para enfocar la mente en otra cosa”.*

En el presente caso, se visualizan *síes fases diferenciadas* (Ver Figura 3), las cuales evidencian la ocurrencia de diversas manifestaciones vinculadas a situación estresante. La *primera fase*, se asocia a la presencia de efectos físicos tales como presión en garganta y pecho, emocionales tales como ansiedad y desesperación y sensoriales como percepción de la realidad como un sueño o una película, situación que se mantiene durante toda la experiencia. En *segunda fase*, es posible distinguir un momento en el cual la participante, toma la decisión de postergar sus emociones y sensaciones, las cuales quedan en segundo plano, centrándose en el auxilio de necesidades externas.

### Análisis diacrónico genérico - Estephanie

Surgimiento situación estresante						Finalización de experiencia
Primeros efectos	Postergación emocional	Efectos de postergación emocional	Estado de alerta	Emergencia de rabia y regulación	Regreso a la normalidad	
Se asocian a primeros efectos a nivel físico, sensorial y emocional surgidos a partir de situación estresante.	Se vincula a la necesidad de consultante de reponerse y hacerse cargo de la situación, sus emociones y postergando sensaciones, centrándose en necesidades externas.	Se aprecian efectos físicos vinculados a postergación emocional y sensorial caracterizado por autonomía en el funcionamiento corporal.	Apunta al surgimiento de estado de alerta, caracterizado por cambios a nivel emocional y de pensamiento enfocándose en necesidades externas	Se asocia a momento en el cual surge la rabia y estrategia utilizada para regularla.	Se relaciona a cambios a nivel sensorial y regulación en capacidad de percepción de la realidad.	

Figura 3. Análisis diacrónico específico de participante Estephanie

*“Lo noto en mis pensamientos y también a nivel físico, siento que sigo alerta y no pierdo la atención a lo que ellos necesitan, lo mío continúa en segundo plano, como una película que pasa nada más, el cuerpo se sigue moviendo solo”.*

*“Esa es como la parte molesta, me siento ansiosa y desesperada. Tu cuerpo se vuelve como automático, estás haciendo cosas, es como que se hace todo en automático, el cuerpo está actuando aislado de la mente, está bien, pero no está conectado a la mente”.*

En la *tercera fase*, se logran distinguir los efectos que presenta la postergación emocional llevada a cabo, los cuales son efectos a nivel físico (sequedad en la boca, sudoración y aceleramiento del corazón), como también la presencia de autonomía en el funcionamiento corporal, relatando una separación entre mente y cuerpo. Como *cuarta fase*, se puede apreciar la emergencia de un estado de alerta, el cual tiene efectos a nivel físico (mayor energía) y en pensamiento de participante (mayor atención a necesidades externas).

*“empiezo con el típico nudo entre el pecho y la garganta, se me seca la boca, la sudoración y el corazón se aceleran”.*

*“Pienso en curar a mi perrita y que mi hijo no se desespere, solo es hacerse cargo de la situación, es como una misión ¿cachai?, como tengo que hacerlo yo o nadie se hará cargo de eso, por ende, sigo actuando en piloto automático con esta misión y objetivo, siento más energía en ese momento”.*

La quinta fase, se vincula a la emergencia de rabia hacia figura externa, quien presenta acción que produce dicha sensación en la evaluada, lo cual la conduce a desarrollar una estrategia de regulación de la rabia, la cual tiene efectos a nivel físico (detención de autonomía corporal, sensación de relajación y calor) y a nivel mental (disminución de estado de alerta). Finalmente, en la sexta fase, se produce un regreso a la normalidad, cuando entrevistada visualiza que su entorno se encuentra seguro y en buen estado, recuperación su percepción normal de la realidad.

*“Lo que pasa es que él se fue, entonces me llama por teléfono desde el auto cuando iba manejando y me dice que había quedado preocupado por mi hijo, porque tenía que aprender a expresar mejor sus emociones y no se podía desesperar tanto, ahí uff me dio mucha rabia”.*

*“Si, después todo lo veo como más normal como si no fuera un sueño o una película, como que puedo percibir las cosas como reales, no como si estuviera soñando, como que las cosas vuelven a la normalidad”.*

### ***Análisis Sincrónico Específico***

Para el desarrollo del presente apartado, se realizará una revisión detallada de los efectos que ha presentado la exposición a una situación estresante para los participantes del presente estudio. Se compromete el desarrollo de una descripción visual y escrita de los efectos observados.

En experiencia de consultante, surgen efectos a nivel físico, emocional y de pensamiento, los cuales presentan una relación que es posible identificar en el desarrollo de evocación (Ver Figura 4). En primer lugar, surge una sensación de nerviosismo ante situación estresante, esta conlleva el desarrollo de síntomas físicos asociados a cansancio, pesadez corporal y dolor de guata.

*“siento dolor en la guata y me siento confundida mentalmente, tengo que dejar de hacer lo que estaba haciendo en el trabajo”; “Esta pesado, muy rígido, siento mucha carga en los hombros y en las piernas”.*

Por otra parte, se aprecia que nerviosismo produce efectos a nivel de pensamiento, observándose la presencia de confusión mental, la cual genera una detención en el desarrollo de actividades cotidianas por parte de entrevistada.

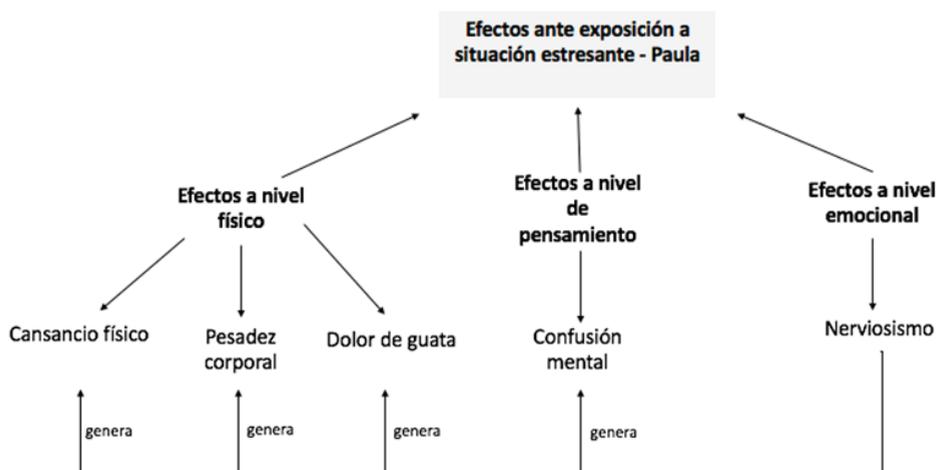


Figura 4. Análisis sincrónico específico de participante Paula

*“me siento confundida mentalmente, tengo que dejar de hacer lo que estaba haciendo en el trabajo”.*

Se aprecia la emergencia de efectos a nivel físico, emocional, mental y sensorial ante exposición a situación estresante (Ver Figura 5). Los presentes efectos se ven caracterizados por la presencia inicial de sentimientos de rabia y resignación, presentando una predominancia en la mantención de la rabia internalizada durante el desarrollo de experiencia. Esta última genera una influencia en efectos a nivel mental, principalmente en la necesidad de depositar esa rabia en objetos o causas externas a modo de poder regularla, por otra parte, se observa que otro de los efectos a nivel mental, se asocia al continuo pensamiento de causas vinculadas a la problemática que provoca estrés.

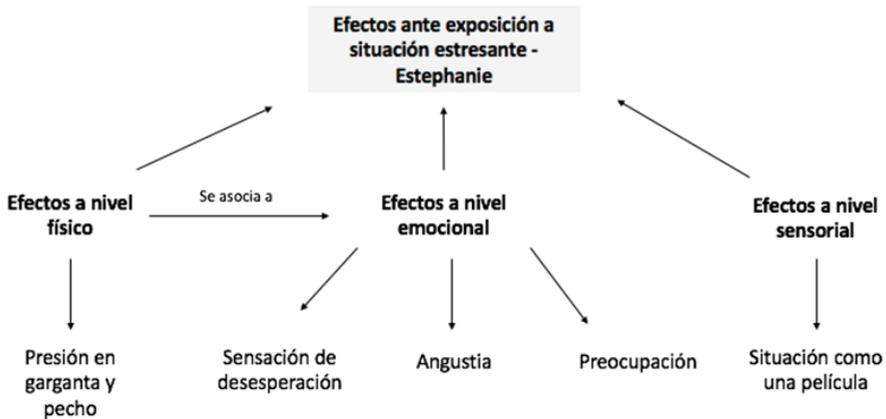
*“Rabia, hacia el hecho de que no puedo solucionar la situación en ese momento, entonces necesito enfocar la rabia en alguna situación, algo exterior, sacarla”.*

*“Primero es hacia mí, como culparme por no haber hecho esto que era muy importante, después identifico en mi mente que debo controlar esta rabia y debo depositarla externamente hacia una causa, hacia algo”.*

Se debe destacar que, a nivel físico, se presenta inmovilidad a nivel corporal, distinguiendo una separación entre el funcionamiento mental y corporal por parte de entrevistado (*“no me puedo mover, no me funciona el cuerpo, no me responden las manos que es con lo que trabajo”*; *“la mente pasa a un primer plano y el cuerpo en general pasa a un segundo plano es muy secundario, el pensamiento toma un papel principal”*). Desde el plano sensorial, el efecto observado, se asocia la

percepción subjetiva de que el tiempo transcurre de manera más lenta, sensación que acompaña gran parte de la experiencia evocada.

*“Es como que el tiempo se dilata pasa mucho tiempo y yo no alcanzo a hacer nada, como si las cosas estuvieran más lentas pero el tiempo sigue pasando”.*



**Figura 6.** Análisis sincrónico específico de participante Estephanie

Surgen en experiencia de consultante, efectos a nivel físico, emocional y sensorial, los cuales se presentan de manera significativa durante el desarrollo de situación estresante (Ver Figura 6). Los efectos a nivel físico se asocian a presión en garganta y pecho desde el comienzo de experiencia y su desarrollo posterior, estos se encuentran vinculados a efectos emocionales vivenciados inicialmente, los cual se asocian a la presencia de angustia, preocupación y desesperación.

*“luego cuando mi hijo salió corriendo y gritando a los segundos, yo sentí preocupación, desesperación y angustia, por eso se me apretó la garganta, se me apretó el pecho y atino como a contenerlo a él y lo mío como que queda de lado”.*

Se debe destacar la presencia durante el transcurso total de experiencia, de un efecto a nivel sensorial, vinculado a la percepción de la situación estresante y la realidad como una película.

*“como que todo parece un sueño y no está el control de mi cuerpo”;* *“la sensación de que es una película es desde el comienzo”*

La detención del presente efecto, se da una vez que estresor se extingue en base a percepción de evaluada.

*“continua, eso dura hasta el día lunes en la mañana, cuando veo que mi perrita está bien, ahí recién como que se cumplió la misión, creo que ahí recién todas las emociones bajan toda su intensidad del todo y vuelvo a ver todo más claro, no como un sueño película”.*

### Estructura Diacrónica Genérica

La presente organización se desarrolla desde un plano diacrónico general, en el cual se sintetizan las experiencias recabadas en un conjunto de fases, modo de comprender el desarrollo de las experiencias en conjunto desde un plano temporal.

A continuación, se expone la Figura 7 de estructura diacrónica genérica y su respectiva descripción.

## Estructura diacrónica genérica



Figura 7. Estructura diacrónica genérica

A nivel general, se logra identificar que las experiencias obtenidas, se desarrollan en base a cinco fases, las cuales demarcan diferentes momentos vinculados a la vivencia de una situación estresante. La *fase 0*, se asocia al momento en que se interrumpe actividad cotidiana, ante la emergencia de situación estresante, lo cual demarca el inicio de experiencia.

La *fase 1*, se asocia a los efectos físicos, emocionales, sensoriales y de pensamiento, vinculados a la aparición de la situación estresante, momento en el cual surgen de manera significativa, efectos que son percibidas por participantes, como alteraciones que interrumpen su quehacer cotidiano. Respecto a la *fase 2*, esta se vincula al conjunto de pensamientos y emociones que surgen ante los efectos vivenciados, como también ante situación estresante, pudiendo observarse que pensamientos y emociones presentan particularmente en 2 casos de los observados, una duración cercana a 1 hora.

Previa a la aparición de *fase 3*, se visualiza un momento en el cual participantes identifican a nivel de pensamiento, la necesidad de autorregulación, interrumpiendo el flujo de pensamientos y emociones asociadas, avanzado posteriormente

a la fase 3, la cual demarca el inicio de actividades vinculadas a autorregulación, las cuales se caracteriza por la utilización de estrategias mentales y físicas, vinculadas a la regulación de los efectos propios de la experiencia estresante.

Como *fase 4*, se logran distinguir los efectos que presentan las actividades de autorregulación desarrolladas, los cuales se dan principalmente a nivel físico, emocional y mental. Los presentes efectos demarcan el fin de la experiencia estresante, logrando dar curso a *fase 5*, la cual se vincula a un regreso al desarrollo de actividades cotidianas por parte de participantes.

### ***Líneas Dinámicas Genéricas***

En el siguiente punto, se ha desarrollado un análisis respecto a cómo se evidencian en las 3 experiencias recabadas, efectos físicos y emocionales, vinculados a la vivencia de situación estresante. El desarrollo de líneas dinámicas, compromete una revisión detallada del flujo de la experiencia particular, vinculada a aspectos relativos a efectos físicos y emocionales que han logrado observarse en las distintas fases de la estructura genérica.

A continuación, se exponen las Figuras 8 - 9 y sus respectivas descripciones.

En la Figura 8, es posible distinguir, el desarrollo de efectos físicos observados en los 3 participantes, apreciándose la emergencia de primeros efectos a nivel físico en *fase 1*, la cual se caracteriza por la presencia inicial de tensión en hombros y piernas en el caso de Paula, parálisis a nivel corporal en el caso de Juan y finalmente la presencia de presión en garganta y pecho en el caso de Estephanie.

Posteriormente, en *fase 2*, se logra identificar una continuidad en los efectos físicos antes descritos, por parte de los 3 participantes, encontrándose todos en la vivencia plena de la situación estresante y los efectos propios de la misma, sin embargo, en el caso de Estephanie, es posible distinguir la presencia de autonomía en un funcionamiento corporal, el cual se encuentra vinculado al desarrollo de acciones de resguardo a terceros. Una vez que ha transcurrido la *fase 3* de autorregulación, se evidencian en *fase 4*, los efectos físicos producto de las presentes prácticas, en el caso de Paula es posible distinguir relajación a nivel corporal, sensación de liviandad a nivel corporal y sensación de calor, por otra parte, en el caso de Juan, es posible visualizar, que presenta nuevamente la capacidad de movilizarse a nivel corporal.

Finalmente, en el caso de Estephanie, es posible observar como efectos físicos, la detención de su funcionamiento autónomo a nivel corporal, como también una sensación de calor y relaxo en el cuerpo, elementos que demarcan un regreso a actividades cotidianas.

## Línea dinámica genérica – Efectos físicos en experiencias

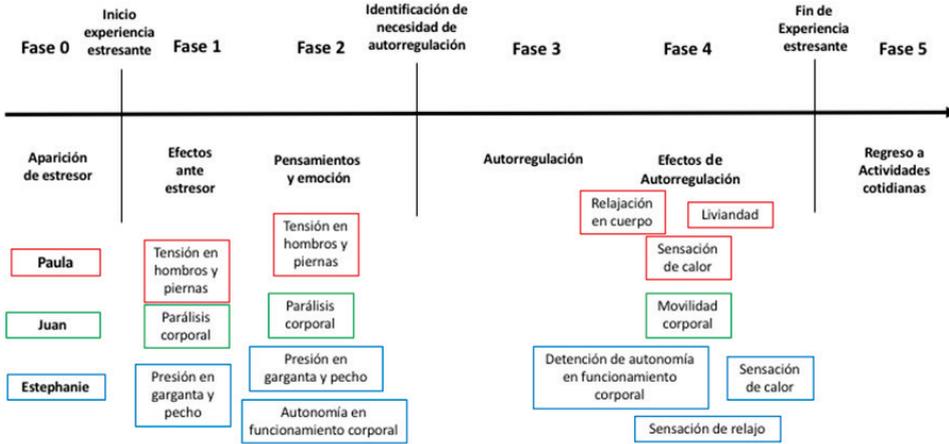


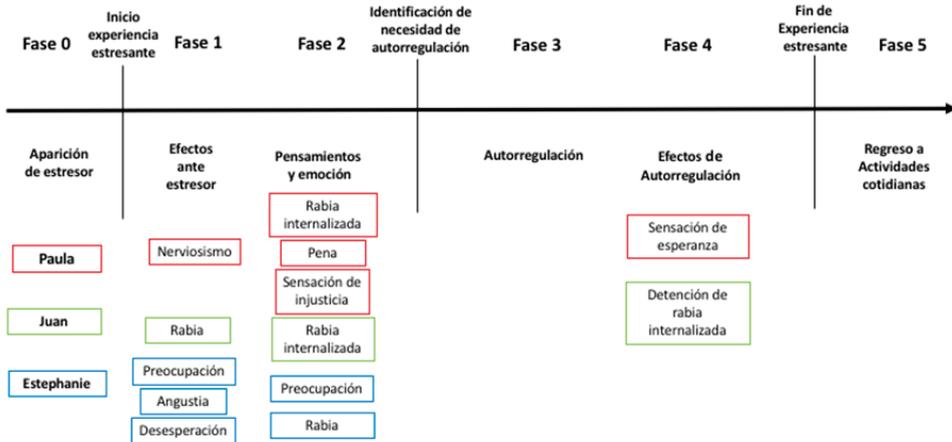
Figura 8. Línea dinámica genérica – efectos físicos en experiencias

Respecto a los efectos emocionales presentes durante el desarrollo de experiencias, es posible distinguir la presencia en *fase 1*, la presencia de nerviosismo ante estresor por parte de Paula, en el caso de Juan, es posible observar la presencia de rabia, la cual inicialmente no presenta una dirección o motivo concreto. En el caso de Estephanie, se logra visualizar la presencia de preocupación, Angustia y finalmente desesperación, emociones vinculadas a la situación de terceras personas.

En *fase 2*, se observa una variación en el desarrollo de emociones presente en experiencias, en el caso de Paula, se puede apreciar la presencia de un flujo de emociones vinculadas a rabia internalizada, pena y sensación de injusticia vinculada a situación estresante. Por otra parte, en el caso de Juan, es posible identificar la permanencia de rabia, sin embargo, esta ya ha tomado una dirección internalizada, en cuanto a la responsabilización en la ocurrencia de situación estresante. Finalmente, respecto a Estephanie, es posible referir en la presente fase, la presencia de una sensación de preocupación, la cual, vinculándose al estado de terceras personas, como también la emergencia de rabia externalizada hacia una persona.

Finalmente, se logra visualizar en *fase 4*, efectos emocionales producto de ejercicios de autorregulación desarrollados, en el caso de Paula, es posible identificar una sensación de esperanza, vinculada a situación que inicialmente le generaba estrés. En el caso de Juan, se observa la detención de rabia internalizada, logrando retomar su quehacer cotidiano, respecto a Estephanie, no se percibe con claridad efectos emocionales vinculados a práctica de autorregulación, apreciándose efectos significativos a nivel físico y mental.

### Línea dinámica genérica – Efectos emocionales en experiencias



**Figura 9.** Línea dinámica genérica – efectos emocionales en experiencias

### *Estructura Sincrónica Genérica*

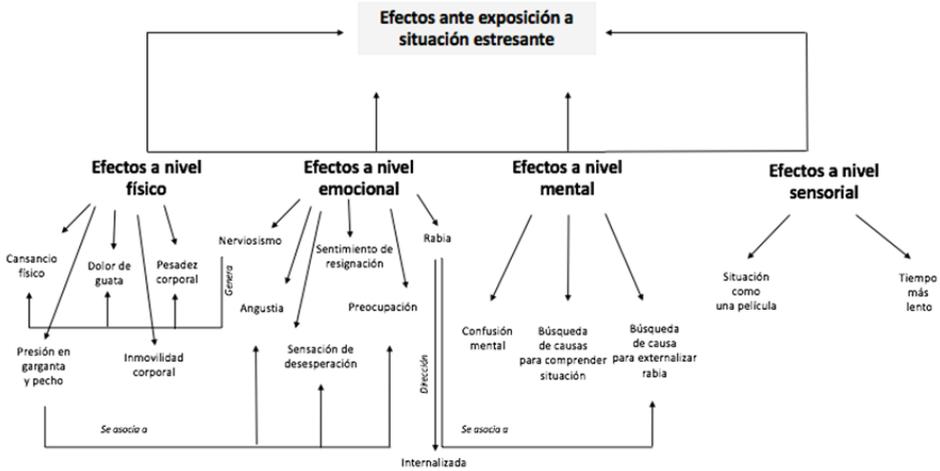
En el presente apartado, se desarrolla el análisis comparativo de las estructuras sincrónicas específicas, las cuales se encuentran vinculadas a los efectos iniciales asociados a situación estresante. Mediante el desarrollo de un ejercicio comparativo, se compromete el diseño de un gráfico que contiene una síntesis del conjunto de efectos asociados a experiencias estresantes y su respectiva descripción (Ver Figura 10).

A nivel general es posible distinguir efectos a nivel físico, emocional, mental y sensorial, los cuales surgen al comienzo de experiencia estresante, pese a esto, se aprecia que parte de los efectos descritos (efectos sensoriales), permanecen durante totalidad de la experiencia descrita, siendo evidentes en 2 casos analizados (Juan y Estephanie).

Se puede destacar la existencia común de efectos a nivel físico y emocional en los 3 participantes, los cuales son vivenciados como un significativo malestar por parte de entrevistados. Estos efectos se asocian a la relación entre efectos emocionales y físicos (Caso de Paula y efecto de nerviosismo en dolor de guata, pesadez corporal y cansancio físico), como también efectos físicos que conducen a desarrollo de pensamientos (situación de Juan, en la cual, a partir de rabia sentida, busca una causa para externalizarla).

En el caso de Estephanie, también es posible distinguir una relación entre efectos físicos y emocionales, ella describe que las sensaciones de angustia,

preocupación y desesperación, generan una sensación de presión a nivel de garganta y pecho, sensación que permanece en gran parte de la experiencia.



**Figura 10.** Estructura sincrónica genérica – efectos ante exposición a situación estresante

Se debe destacar como elemento significativo la parálisis en el funcionamiento corporal apreciada ante situación de estrés en el caso de Juan, este efecto puede asociarse en cierta medida a un efecto que surge posteriormente durante el desarrollo de experiencia de Estephanie, el cual se asocia a autonomía corporal, ante la postergación emocional. A futuro elementos vinculados a sintomatología propia de despersonalización o bien desrealización (situación como una película, tiempo más lento), pueden ser elementos representativos de la experiencia ante una situación estresante en la presente población.

A modo de conclusión, se puede referir que los principales hallazgos encontrados en la presente investigación, se asocian a la presencia de efectos a nivel físico, emocional, mental y sensorial, durante la vivencia de situación estresante. Los presentes efectos, son percibidos de manera consciente por parte de los participantes, quienes han logrado identificar la ocurrencia de alteraciones en su funcionamiento a nivel cotidiano producto de los efectos descritos.

Resulta significativa la emergencia de la rabia como un elemento común en las 3 experiencias, la cual presenta una variación en cuanto a su dirección (internalizada o externalizada), pese a esto, la presencia de la misma genera una movilización en cuanto a la articulación de recursos a nivel mental y físico por parte de los entrevistados, quienes presentan o bien ejecutan acciones concretas, vinculadas a la presencia de la rabia, con el fin de regularla, obteniendo efectos significativos en cuanto a la articulación de estrategias de autorregulación.

Es importante referir, la presencia en 2 casos de alteraciones a nivel sensorial, las cuales se presentan durante el desarrollo de parte importante de la experiencia, los efectos observados son similares a episodios de desrealización y despersonalización, surgiendo como elementos a observar en futuras investigaciones, en cuanto a posibles efectos similares en situaciones estresantes, observables en personas que presentan TLP.

Se ha logrado responder al objetivo de la presente investigación, en base a la obtención de información detallada respecto a la vivencia subjetiva del estrés en personas que presentan TLP, siendo posible distinguir diversos efectos asociados a dicha experiencia por parte de la presente población. Esta información es de suma relevancia para su futura consideración en el abordaje psicoterapéutico de personas que presentan esta patología.

## **DISCUSIÓN**

La obtención de información vinculada a la vivencia de estrés en el TLP, resulta una información novedosa en cuanto a la posibilidad de considerar los efectos observados, durante el desarrollo de procesos psicoterapéuticos. Autores como Cackowski et al., (2014) y Ende et al., (2016), han referido la presencia de un aumento de la impulsividad en pacientes con TLP bajo situaciones de estrés, lo cual responde a una visible variación de carácter conductual durante el desarrollo de tareas bajo presión. En otras investigaciones asociadas, Stiglmayr et al., (2008), han encontrado la presencia de disociación durante momentos de estrés en pacientes con TLP, lo cual se ve confirmado en la presente investigación, en base los efectos observados en la muestra considerada.

En estudios similares, Lüdascher., et al., (2015), han visualizado un umbral de dolor más alto en pacientes adolescentes con TLP durante situaciones de estrés, no existiendo ningún tipo de variación durante la exposición al estímulo, permaneciendo la experiencia subjetiva de dolor, relativamente estable durante la situación estresante. Se ha observado que el efecto del dolor durante situaciones estresantes, puede tener un efecto calmante para personas con TLP, sobretudo el dolor autoinfligido repercute en una modulación en la sensación subjetiva del estrés en la presente población (Naoum., et al, 2016).

Respecto a otros estudios vinculados a la relación entre TLP y estrés, se han observado modulaciones en el funcionamiento de cortisol y afecto negativo durante situaciones de estrés (Duesenberg., et al, 2019). En la mismas línea, se ha observado un incremento de los niveles de testosterona en pacientes con TLP masculinos durante situaciones de estrés (Deuter., et al, 2021), esta información se relaciona con la hipótesis de que los pacientes con TLP pueden evidenciar un desequilibrio neurovegetativo, con un aumento de la respuesta simpática y una disminución de la respuesta parasimpática, durante los episodios de estrés, lo cual

explicaría la emergencia de respuestas impulsivas en personas con TLP durante situaciones de estrés (Bourvis., et al, 2017).

En base a lo observado, es posible vincular los resultados de la presente investigación a otros estudios que han visualizado una multiplicidad de efectos en pacientes con TLP que se ven expuestos a situaciones de estrés, efectos que se encuentran vinculados a una multidimensionalidad desde una línea biológica, emocional, corporal, conductual y psicológica. Desde esta perspectiva, es correcto afirmar que el estrés en la presente población, es vivenciado de una manera compleja, presentando un impacto en distintas esferas del desarrollo particular.

La utilidad de considerar un enfoque de estudio, basado en una perspectiva desde la primera persona, reviste una interesante oportunidad de comprender la vivencia subjetiva, asociada a una determinada patología o fenómeno. Esta metodología resulta coherente con el presente estudio, en vista de que, a modo de lograr una captación de la experiencia subjetiva, se debe recurrir a elementos pre-reflexivos como parte constitutiva de la experiencia central del sujeto (Petitmengin, 2006). Como futuros desafíos vinculados a este tipo de metodología de investigación, se busca relacionar la presente entrevista a una dimensión hermenéutica, lo cual revista de una impronta basada en la interpretación de discursos por parte de participantes, como nuevas vías de acceso a la comprensión experiencial, a partir de un ejercicio comparativo entre la interpretación y los datos analizados en entrevista microfenomenológica.

La percepción de la presente patología desde una dimensión fenomenológico hermenéutica, puede revestir una significativa oportunidad para lograr amplias categorías de representación relacionadas a la vivencia del presente trastorno. Acercamientos como los propuestos por Van Manen (1990); Smith, Flowers y Larkin (2009), dan cuenta de que la combinación de una perspectiva fenomenológica basada en el encuentro de la vivencia desde una perspectiva desprejuiciada, de la mano de un análisis hermenéutico de elementos lingüísticos captados en el desarrollo de entrevistas, puede contribuir a una captación profunda de la experiencia vivenciada en relación un determinado fenómeno de estudio.

## REFERENCIAS

- American Psychiatric Association. (2014). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, (5th ed., text revision)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Bitbol, M. & Petitmengin, C. (2017). *Neurophenomenology and the micro-phenomenological interview*. in: S. Schneider & M. Velmans (ed.). *The Blackwell Companion to Consciousness (2nd edition)*. New Jersey: Wiley & Sons.
- Bonnot O., Anderson G. M., Cohen D., Willer J. C., Tordjman S. (2009). Are patients with schizophrenia insensitive to pain? A reconsideration of the question. *Clin. J. Pain*, 25, 244–252.

- Bourvis N., Aouidad A., Cabelguen C., Cohen D. & Xavier J. (2017). How Do Stress Exposure and Stress Regulation Relate to Borderline Personality Disorder?. *Front. Psychol*, 8:2054.
- Cackowski, S., Reitz, A., Ende, G., Kleindienst, N., Bohus, M., Schmahl, C. & Krause-Utz, A. (2014). Impact of stress on different components of impulsivity in borderline personality disorder. *Psychological Medicine*, 44(15), 3329–3340.
- Caperna, B. (2016). *ESTUDIO DEL TRASTORNO LÍMITE DE LA PERSONALIDAD* (tesis maestría). Universidad de la Laguna, San Cristóbal de la Laguna, España.
- Deckers J. W. M., Lobbestael J., van Wingen G. A., Kessels R. P. C., Arntz A., Egger J. I. M. (2015). The influence of stress on social cognition in patients with borderline personality disorder. *Psychoneuroendocrinology*, 52, 119–129.
- Depraz N., Varela F. J. & Vermersch P. (2003) *On becoming aware: a pragmatics of experiencing*. Boston: Benjamins Press.
- Deuter, C., Duesenberg, M., Hellmann-Regen, J., Metz, S., Roepke, S., Wolf, O., Otte, C. & Wingenfeld, K. (2021). Psychosocial stress increases testosterone in patients with borderline personality disorder, post-traumatic stress disorder and healthy participants. *Borderline Personal Disord Emot Dysregul*, 8(1).
- Duesenberg, M., Wolf, O., Metz, S., Roepke, S., Fleischer, J., Elias, V., Renneberg, B., Otte, C. & Wingenfeld, K. (2019) Psychophysiological stress response and memory in borderline personality disorder, *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1).
- Ende G., Cackowski S., Van Eijk J., Sack M., Demirakca T., Kleindienst N., Bohus M., Sobanski E., Krause-Utz A. & Schmahl C. (2016). Impulsivity and Aggression in Female BPD and ADHD Patients: Association with ACC Glutamate and GABA Concentrations. *Neuropsychopharmacology*, 41(2), 410-418.
- Hopwood, C. J., & Zanarini, M. C. (2010). Borderline personality traits and disorder: Predicting prospective patient functioning. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(4), 585–589.
- Johnson J. G., Cohen P., Brown J., Smailes E. M., Bernstein D. P. (1999). Childhood maltreatment increases risk for personality disorders during early adulthood. *Arch. Gen. Psychiatry*, 56, 600–606.
- Levy K. N. (2005). The implications of attachment theory and research for understanding borderline personality disorder. *Dev. Psychopathol*, 17, 959–986.
- Ludäscher, P., Von Kalckreuth, C., Parzer, P., Kaess, M., Resch, F., Bohus, M, Schmahl, C. & Brunner, R. (2015). Pain perception in female adolescents with borderline personality disorder. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 24(3):351-357.
- Naoum, J., Reitz, S., Krause-Utz, A., Kleindienst, N., Willis, F., Kuniss, S., Baumgärtner, U., Mancke, F., Treede, R. & Schmahl, C. (2016). The role of seeing blood in non-suicidal self-injury in female patients with borderline personality disorder. *Psychiatry Res*, 30: 676-682.

- Petitmengin, C. (2006). Describing one's subjective experience in the second person: An interview method for the science of consciousness. *Phenomenology and the Cognitive Science*, 5 (3), 229–269.
- Petitmengin C. (2007). Towards the source of thoughts. The gestural and transmodal dimension of lived experience. *Journal of Consciousness Studies*, 14 (3), 54–82.
- Petitmengin C. (2010). *A neuro-phenomenological study of epileptic seizure anticipation*. In Daniel Schmicking and Shaun Gallagher (eds.), *Handbook of Phenomenology and Cognitive Sciences*, Berlin, Heidelberg, New York: Springer, 471-499.
- Petitmengin, C., Remillieux, A. & Valenzuela-Moguillansky, C.(2019). Discovering the structures of lived experience. *Phenom Cogn Sci*, 18, 691–730.
- Schmahl C. G., Elzinga B. M., Ebner U. W., Simms T., Sanislow C., Vermetten E., et al. (2004). Psychophysiological reactivity to traumatic and abandonment scripts in borderline personality and posttraumatic stress disorders: a preliminary report. *Psychiatry Res*, 126, 33–42.
- Smith, J., Flower, P. & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. New York: Sage Publishing.
- Stiglmayr, C., Ebner-Priemer, U., Bretz, J., Behm, R., Mohse, M., Lammers C., Angelescu, I., Schmahl, C., Schlotz, W., Kleindienst, N. & Bohus, M. (2008). Dissociative symptoms are positively related to stress in borderline personality disorder. *Acta Psychiatr Scand*, 117(2):139-147.
- Valenzuela – Moguillansky, C., O'Regan, K. & Petitmengin, C. (2013). Exploring the subjective experience of the “rubber hand” illusion. *Frontiers in Human Neurosci*, 7:659.
- Van Manen, M. (1990). *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy*. New York: SUNY Press.
- Vermersch P. (1994). *L'entretien d'explicitation*. Issy-les-Moulineaux: ESF.