

# Distorsiones cognitivas y pensamientos automáticos en cutters adolescentes: un estudio de casos

## Cognitive distortions and automatic thoughts in teen cutters: a case study

Ciro E. Redondo Mendoza y Estefanía Agudelo Tabares

---

### Resumen

Este estudio indaga sobre el fenómeno del cutting en los adolescentes. El objetivo fue analizar las distorsiones cognitivas y los pensamientos automáticos asociados a la práctica del cutting, de una mujer de 13 años y un hombre de 16 años de edad. La metodología fue el estudio de casos a partir de la narración de relatos de vida y las experiencias con el cutting; se aplicó una entrevista semiestructurada y se realizaron registros de pensamientos.

Los resultados permiten concluir que a pesar de que en ambos casos se hallan factores diferentes respecto a las causas por las cuales recurren a realizar la práctica, se encuentra que tanto la mujer como el hombre poseen bastante similitud en las distorsiones cognitivas presentes; además, se encuentran categorías emergentes psicosociales importantes como la dinámica familiar, el clima escolar, la percepción de sí

mismo y la implementación del tiempo libre.

Palabras clave: cutting, autolesión, vivencias, distorsiones cognitivas, pensamientos automáticos.

### Introducción

El cutting o selfinjury es una práctica de autolesión, específicamente se centra en la realización de cortes en el cuerpo; con tijeras, cuchillas de afeitar, cuchillos, escalpelos, fragmentos de vidrio, pedazos de metal o cualquier objeto afilado, comúnmente en las muñecas y los brazos, aunque “las piernas, el abdomen, la cabeza, el pecho y los genitales son otras áreas comunes de corte” (Acero, 2015, p. 14).

Los escritos de la Biblia cristiana ya hablaba de la autolesión, en Marcos 5:1-20 puede verse que en esa época se pensaba que los demonios eran los causantes directos de las autolesiones. En la Edad Media, se practicaba el ascetismo, que era una doctrina filosófica y religiosa

que tenía como fin purificar el alma mediante una vida con dolor físico y abstinencia de los placeres materiales y sexuales; los ascetas medievales se autolesionaban realizando una clase de imitación de los padecimientos de Cristo, por lo que la autolesión para esta época se daba como una representación y la búsqueda de la santidad y unión con Dios (Bodelón, 1997). Otra historia conocida sobre la autolesión es la de Van Gogh, pintor holandés que se cortó una oreja con una cuchilla en 1888, en Arles (sur de Francia), después de una pelea con su amigo Paul Gauguin; en esta se resalta la autolesión por enojo e impotencia (Álvarez, López, Medina & Nuevo, 2013).

Aunque el término cutting es relativamente nuevo, ya se databan casos importantes para el estudio de la autolesión en el campo psicológico. Según Josep Martí, el cutting comenzó a incrementarse gracias a la aparición de culturas juveniles como los emos (abreviación del término emocional), que surgen a mediados de los años 1980, y los góticos, que surgen a finales de los 1960, en España, e incluyen un estilo y una filosofía de vida que van más allá de grupo musical favorito y el vestuario de moda. Encuentran otro sentido al suicidio y a la muerte. Como segunda instancia, el destape público de muchos famosos que se

autolesionaban, como la princesa Diana de Gales, Fiona Apple, Angelina Jolie, Drew Barrimore, Christina Riccie, Colin Farrell, Johnny Deep y Amy Winehouse; y en tercer lugar, pone el destape de la intimidad de personas que a finales de los 1990 empiezan a dar relatos y testimonios en todo tipo de revistas y canales de televisión de hombres y mujeres que reconocen la autolesión, cuentan la historia personal y por qué lo hacían y la capacidad de superación de cada uno (Martí, 2010).

En un estudio realizado en 2013 se documentó que las formas más comunes de autolesión son los cortes, con un resultado del 69%; después de este, se ubica el autogolpearse, con un 22%; los rasguños arrojan como resultado un 18%; tirar o halar el cabello, un 8%; pellizcos y mordeduras, un 7%; ingesta de fármacos, 6%; caídas de altura, 5%; y quemaduras, con un 3%, sin contar otros factores importantes que son el morderse, descamarse capas de la piel e ingerir objetos cortantes (Ulloa, Contreras, Paniagua & Figueroa, 2013).

Un estudio adicional revela que el fenómeno del cutting se asocia en un 42% a la baja tolerancia a la frustración y a la manipulación; en un 30,6%, la conducta se asoció a síntomas afectivos como la tristeza, la irritabilidad y para sentirse vivos; el

19,1% estuvo asociado a síntomas de la ansiedad; un 4,5% a síntomas psicóticos; 1,6% fueron conductas imitativas; y por último, se le atribuyó el 1,4% a la realización de esta conducta para pertenecer a un grupo (Ulloa, Contreras, Paniagua & Figueroa, 2013).

En 2015 se documentaron 14 casos de adolescentes entre 12 y 17 años, que aparecieron con heridas en diferentes partes del cuerpo, y se las habían realizado de manera repetitiva. Al parecer, estos casos estuvieron relacionados con algunos grupos en redes sociales como Facebook, que promovían este tipo de comportamiento en las instituciones educativas (Santamaría, 2015). En México, el cutting se presenta más frecuentemente en jóvenes adolescentes, y es considerado por muchos “una moda”; en el Centro Integral de la Salud Mental “Uneme Cisame”, se atiende a entre una y dos personas por mes gravemente lesionadas, las cuales están recurriendo a este tipo de actos; el rango de edades oscila entre 15 y 21 años, y en su mayoría mujeres (García, 2016).

El cuttingo selfinjury no ha sido incluido en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM 5), pues aún no se ha considerado viable por la Asociación Americana de Psicología (American

Psychological Association - APA), pero por la alta prevalencia del fenómeno, es probable que se incluya en el DSM 5 en un futuro, teniendo en cuenta que hay numerosas propuestas para adherirlo. No obstante, lo que sí se encuentra incluido desde 2012 es un diagnóstico de autolesión no suicida que anteriormente solo era un síntoma del trastorno de la personalidad límite, de trastornos ficticios, de retraso mental y del trastorno autista, y se le da el nombre de Trastorno NSSI (Autolesión No Suicida; NSSI, por sus siglas en inglés).

La autolesión no suicida es un fenómeno frecuente y clínicamente relevante en la adolescencia. En Europa, Alemania tiene una de las tasas de prevalencia más altas en jóvenes, de por vida, que oscila entre el 25 y el 35%. Sin embargo, las pautas de tratamiento aún no están disponibles (Plener y colaboradores, 2016). En este mismo país, la prevalencia de la autolesión en instituciones educativas es alta, pues según Romuald Brunner y su equipo de la Clínica Universitaria de Heidelberg, se publicaron en 2007 datos de más de 5.000 alumnos de entre 14 y 15 años, escogidos de manera aleatoria, de institutos de secundaria y de centros de formación profesional, y casi el 2% de los chicos y el 6% de las chicas señalaron que se habían autolesionado intencionadamente al

menos tres veces en el último año (Resch, 2014).

En la Institución Educativa M. J. B., ubicada en San Antonio de Parado, corregimiento de Medellín, Antioquia, se han presentado numerosos casos de estudiantes que practicaban el cutting de manera deliberada, dejando a docentes y padres de familia alarmados porque no hay una razón comprensible de los motivos que llevan al adolescente a incurrir en esta conducta, lo que hace necesaria la investigación, para identificar los casos más representativos que lleven a encontrar los factores más relevantes de dicha práctica en estos jóvenes (Redondo, 2016).

Cuando se habla de cutting muchas personas piensan en depresión, soledad, baja autoestima, trastorno mental, y en adolescentes, se lo han atribuido al contagio y a un modo de llamar la atención, pero se carece de información de los procesos cognitivos que se llevan a cabo a partir de la experiencia de las personas que lo padecen. Por ello, se ha elegido profundizar particularmente en los casos de un hombre y una mujer adolescentes, con el fin de obtener los fundamentos de dicha práctica en el aspecto cognitivo, que se han tenido para llegar a autolesionarse, y analizar cómo ha sido su vivencia a partir de esta experiencia, hecho que tampoco pretende explicar el

fenómeno en su totalidad, pero que sí dará un acercamiento mayor a esta práctica a la que se debe prestar más atención en las instituciones educativas del país, para que paso a paso se pueda llegar a una solución hecha.

La magnitud de la problemática en las instituciones educativas constituye la necesidad de comprenderla mejor; por ello, con base en las propuestas teóricas de Aaron Beck y Judith Beck, reconocidos autores de la terapia cognitiva, se buscó identificar los pensamientos automáticos y las distorsiones en el plano cognitivo de este fenómeno en la población escolar, pues en 2013 Ulloa y su equipo evidenciaron esta práctica en mayor medida realizada en el entorno escolar, mostrando los resultados que arrojaron sus investigaciones respecto a los cortes, según la ocupación de cada persona, y se observa que los estudiantes son los que más practican el cutting, con un 77,20%.

#### Metodología

Para el desarrollo del presente estudio se utilizaron los fundamentos de la investigación cualitativa, con perspectiva teórica fenomenológica, conforme al paradigma interpretativo que es propio de las acciones humanas y la vida social (Taylor y Bogdan, 1984).

El alcance fue descriptivo, teniendo en cuenta que se buscó carac-

terizar el fenómeno del cutting, especificando y analizando las distorsiones cognitivas y los pensamientos automáticos a partir de las vivencias que asumieron los adolescentes (Hernández et al., 2006, p. 103). El análisis de lo hallado en el estudio de casos profundiza en explicaciones y algunos comparaciones pero no en experimentos.

Es un estudio de casos, teniendo en cuenta que se tomaron elementos como los relatos de vida, escritos autobiográficos, autorregistros de pensamientos, entrevista semi-estructurada y observación, además de representaciones del cuerpo, de la familia y entorno escolar, que se recogieron en los talleres grupales realizados en el trabajo de campo que se efectuó en la institución educativa.

Las estrategias para la recolección de información estuvieron divididas en dos partes; primera, la recolección de la población, en la que se realizaron talleres de grupo focal en los que en cada sesión se manejó una rúbrica diferente de técnicas interactivas sobre varios temas como autoestima, autoimagen y auto-concepto, afrontamiento de problemas, soledad, rol en la familia y ambiente escolar; estos procesos sirvieron para identificar a los estudiantes que realizan el cutting, teniendo en cuenta el trabajo autobiográfico de cada uno y la forma de

abordar este tipo de problemáticas. Los resultados arrojados ponen en evidencia a seis estudiantes que practican el cutting; a partir de los criterios de inclusión se eligieron solo dos de ellos, un hombre y una mujer, que se han autolesionado más de cinco veces durante un año.

La segunda estrategia fue la recolección de la información, etapa en la que se mantuvieron encuentros semanales con los estudiantes para enriquecer la investigación con las narraciones, con el fin de conocer los aspectos que más han marcado sus vidas, y sus problemáticas en general. A partir de las vivencias narradas, los relatos de vida de los participantes, las autobiografías y la observación, se tuvieron en cuenta dos instrumentos esenciales en la investigación; la entrevista semi-estructurada, que se implementó para rescatar los datos más relevantes de las narraciones que surgen de la práctica del cutting, y seguidamente se elaboraron registros de pensamiento con ambos participantes para identificar los pensamientos automáticos que se presentaron antes de realizar la conducta autolesiva; por ello, los registros fueron retrospectivos actuales; este registro de pensamientos también se elaboró con el fin de discernir las distorsiones cognitivas que se pueden evaluar eficazmente a través

de los pensamientos automáticos negativos de los cutters.

Después de haber realizado dicha selección por medio de los talleres focales, la observación y el diagnóstico en la institución educativa, se eligió la población con la cual se trabajó, compuesta por una estudiante de séptimo grado, de 13 años de edad, y un estudiante de de noveno grado, de 16 años de edad, los cuales cumplen los criterios de inclusión.

Posterior a la detección de la población cutters, se llevó a cabo una entrevista semiestructurada, ya que este tipo puede brindarle la oportunidad al entrevistador de ampliar sus preguntas de acuerdo con las respuestas del entrevistado, el cual podrá argumentar sus respuestas sin cohibir su narración (Hernández et al., 2010, p. 418).

Para detectar los pensamientos automáticos, se llevó a cabo el diario de registro de pensamientos de Aaron Beck, que es un recurso básico en terapia cognitiva para evaluar y tratar los pensamientos automáticos disfuncionales. El proceso comienza con el reconocimiento de pensamientos automáticos específicos en situaciones determinadas (Beck, 2000).

#### Descripción de casos

Presentación del caso L. L es una adolescente de 13 años de edad; de

sexo femenino, que vive con sus padres en el corregimiento San Antonio de Prado, de la ciudad de Medellín; actualmente es estudiante de la Institución Educativa Manuel J. Betancur. A L le gusta maquillarse, alisarse su cabello, “verse bonita”.

Desde hace aproximadamente un año y medio, L realiza cortes en su piel con un bisturí, especialmente en las piernas, muñecas y abdomen. L manifiesta tener una relación regular con sus padres ya que estos constantemente beben alcohol hasta embriagarse y suelen tener relaciones sexuales en “cualquier parte y hacer mucha bulla”. Opina que su madre solo “echa cantaleta hasta que ella sale a estudiar”, y de su padre dice que “él es más bueno”, porque nunca le dice nada, ni siquiera para regañarla. L dice que la primera vez que se cortó la piel fue cuando perdió ocho materias en el colegio, y su madre le dijo que no servía para nada, pues, se sintió como un estorbo y una carga para ella.

L no tiene amigas, puede salir a descanso con varias compañeras pero a la hora de realizar un trabajo escolar siempre la dejan sola. Cuando pensó haber encontrado a un grupo de amigas con quienes compartir, se dio cuenta de que de alguna manera la rechazaban y por ende, se atrevió a preguntarles la razón por la que la excluían y recibió como

respuesta que ella “era muy habla mierda”; esta fue la segunda vez que L se cortó, y manifiesta haber sentido la necesidad de ver fluir la sangre por su piernas y muñecas.

Su rendimiento académico no es bueno, es repitente del grado séptimo pero no tiene problemas de conducta en el colegio. L manifiesta constantemente que se siente “sola”, no habla con su madre de su vida privada ni le pregunta sobre las dudas que tiene respecto a la vida sexual y tampoco considera tener a quién plantearlas. Hace tres meses ha dejado de autolesionarse, ya que asiste a terapia con un psicólogo que le recomendó a una prima que también se autolesiona; su prima ha sido un apoyo y dice no sentirse tan “sola” como antes.

#### Resultados

La presentación de los hallazgos, se muestra a partir de los objetivos establecidos para la investigación, en la que cronológicamente se describen las vivencias a partir de los relatos de vida y las autobiografías de los cutters, en primer lugar; por ello, anteriormente se describieron los casos de estudio, a partir de los autorregistros de pensamientos de Beck, y se abarca la situación por la que pasa el estudiante, el pensamiento automático que deviene de esta situación, la emoción que este produce y la conducta que adopta después de haber procesado rápi-

damente dicho pensamiento. Además de ello, se fijó la casilla de distorsión cognitiva para ubicar la distorsión a la que pertenece cada pensamiento, dado que son las categorías principales de la investigación.

Caracterizando los pensamientos automáticos de los participantes, lo que principalmente sobresale en ambos casos es que ante la mayoría de situaciones, ya sean negativas o neutras obtienen a partir de estas un pensamiento automático negativo. En la Tabla 1, de los registros de pensamientos automáticos de la estudiante L, se pueden observar las emociones a que estos conducen antes de realizar la práctica del cutting y la distorsión cognitiva a la que corresponde cada tipo de pensamiento:

En el primer evento registrado por L, dice: Mis compañeras de clase no quieren estar conmigo (distorsión cognitiva: inferencia arbitraria), teniendo en cuenta que es una conclusión que no está basada en los hechos, pues en realidad L no sabe por qué sus amigas salieron apresuradas al descanso; aun así, se siente rechazada y asume una posición de víctima con el segundo pensamiento automático: No deberían hacerme esto, (distorsión: deberías); a pesar de ser un evento neutro, su punto de vista y la seguridad de sus pensamientos la llevan a un estado

de profunda tristeza, la misma que lleva a L a realizar cortes en su cuerpo.

La segunda situación remite a una pelea con su madre, en la adolescencia; sucede frecuentemente, dado que es un periodo de transición de la niñez a la adultez, en el cual hay una constante búsqueda de la propia identidad, y el adolescente tiende en este periodo a ser rebelde (Aberastury, 1987), pero para L esa pelea representa a partir de sus pensamientos automáticos algo que va más allá de una discusión normal, atribuyendo a su madre incomprensión y considerándola insoportable: Ella no me comprende (distorsión cognitiva: inferencia arbitraria). Luego pensó: Ella es insoportable, y dijo: Siento mucha tristeza; es el segundo pensamiento en que se siente víctima de un tercero, rotular y atribuirles la culpa a los demás corresponde a la distorsión de despersonalización.

En el tercer hecho, L acaba la relación con su novio y no manifiesta tristeza al haber perdido a una persona amada; al contrario, L manifiesta haber sentido que su primer pensamiento fue Demás que tiene otra, atribuyendo así nuevamente la culpa a los demás de lo que acontece en su vida, adquiriendo reiteradamente la distorsión de inferencia arbitraria. Luego piensa: Debí dejarlo yo primero, creando pautas

de lo que ella “debería” hacer para haber evitado ser el juguete y la burla de su novio, como ella misma lo expresa; este pensamiento lleva a la distorsión: Deberías.

El evento número cuatro está dividido en dos partes; la madre de L pelea con la madre de una de sus compañeras para defender a su hija, y luego al llegar a su vivienda la madre la reprende, agredéndola físicamente y diciendo a L que eso había sucedido Por andar con malas compañías. Sus pensamientos automáticos fueron: Mi madre es ridícula y tonta, Ella me echa la culpa de todo cuando la culpa la tiene es ella. L suprime por completo el inicio de la situación en la cual fue defendida por su madre y se enfoca solo en la situación final; nuevamente sobresalen la posición de víctima y la atribución de culpa a los demás; a pesar de ello, no se puede atribuir a una distorsión de despersonalización, porque su madre de alguna manera pudo haber dejado de interferir en la primera pelea, razón en la que la convierte en medianamente culpable de la primera discusión, lo que convierte ambos pensamientos en una distorsión de sobregeneralización, dado el hecho de que en ambos casos L sacó un conclusión general a partir de un solo hecho.

El quinto suceso transcurre en el escenario escolar, compañeras del

colegio amenazaron con agredir físicamente a L si seguía buscando hombres comprometidos. Su primer pensamiento no fue presentado en forma de palabras, Tuve una imagen de mí, tirada en el piso y sangrando (distorsión cognitiva, magnificación), perteneciente a la tendencia a exagerar lo negativo de una situación. Luego piensa: Todas juntas, no me podré defender, pensamiento que corresponde a una sobregeneralización, ya que nuevamente saca una conclusión generalizada a partir de las palabras de sus compañeras.

A continuación, se presenta la Tabla 2, del caso de J. Su primer suceso se da en el ámbito escolar, perdió todas las materias del currículo académico, este resultado lo hizo sentir ansioso por no saber la reacción de sus padres al enterarse de la noticia, y después le ocasionó rabia porque dedujo que su padre lo echaría de la casa. El primer pensamiento: Me van a matar en la casa, es correspondiente a la distorsión cognitiva magnificación, dada la exageración de la situación negativa y la inferencia arbitraria, ya que su padre a pesar de ser agresivo, no lo asesinaría por perder dichas materias, igualmente sucede con el segundo pensamiento automático: Como mínimo mi papá va a querer echarme de la casa otra vez; se repite el toque de exageración de la si-

tuación y vuelve a sacar una conclusión que no está sustentada por los hechos.

La segunda es una situación presentada en el hogar, los padres de J discutían en la vivienda en presencia de todos sus hijos, pues su padre asegura que J es un mal ejemplo para sus hermanos y J piensa: Mi papá es el que tiene la culpa, él es un descarado, conchudo, se manifiesta aquí una distorsión de despersonalización, en la cual se busca a un culpable externo. Después sobreviene el siguiente pensamiento: Ni mi madre ni yo podemos hacer nada; ubicado en la distorsión inferencia arbitraria, dado que lanza una conclusión errada, no apoyada por la situación que acontece, puesto que tanto J como su madre pueden dar una solución a la situación.

La tercera situación en la que se encuentra J es un recuerdo de la infancia. J revive el maltrato físico que su padre le infligió en su niñez con un cinturón; J siente ansiedad, temor y tristeza, emociones que son resultados de los siguientes pensamientos automáticos: Ese maldito manda en esta casa; Intentará volverlo a hacer; No puedo hacer nada. En el primer pensamiento está la distorsión cognitiva de sobregeneralización, dado que algo de cierto tiene su pensamiento, es su padre y por tanto, demanda autoridad; pero su madre también la

posee, lo que hace que su pensamiento sea exagerado y saque conclusiones generales a partir de un solo hecho. El segundo y el tercer pensamientos corresponden a la distorsión de inferencia arbitraria, porque en el segundo pensamiento J no sabe en realidad si su padre intentará volverlo a agredir, es una adivinación del futuro que probablemente no se efectuará, y en el tercer pensamiento, J está sacando una conclusión contraria a la evidencia, puesto que J ya se ha defendido varias veces de las agresiones de su padre.

El cuarto evento es de carácter negativo y nuevamente en el ámbito familiar; J lo describe como un regaño en el que su padre lo trata mal por haberse atrasado en sus materias académicas, justo en los primeros días de clase; J siente profunda tristeza al pensar: Él es muy malo, ubicándose en el papel de víctima y ubicando a su padre en el papel de victimario; el caso en particular no se podría ajustar a la distorsión de despersonalización, teniendo en cuenta que él ya tiene recuerdos y concepción de su padre poco agradables, por lo que acoge los parámetros de la distorsión de sobregeneralización; el segundo es un pensamiento de lo que debería pasar con su padre en forma de castigo: Debería morirse, es propio de la distorsión deberías.

La quinta situación descrita en el registro de pensamientos como Comí demasiado, hasta sentir que me iba a estallar, corresponde a una situación positiva teniendo en cuenta que J calmó su sensación de hambre, pero a partir de este evento J tiene un pensamiento automático negativo, siente ira y tristeza, puesto que ha tenido los siguientes pensamientos: Voy a engordar más, situación que a pesar de estar basada en los hechos, ha sido exagerada y generalizada, pues una sola comida no lo va a engordar; por tanto, la sobregeneralización es la distorsión adecuada en este caso. El segundo pensamiento: Nadie me va a querer gordo, corresponde a la distorsión inferencia arbitraria, teniendo en cuenta que este pensamiento es nuevamente una adivinación del futuro.

Después de haber dejado de comer normal por más de un mes, volví a mi hábito de comer bastante y en una semana ya había recuperado 5 kilos, es lo que expresa J con tristeza y enojo en el quinto suceso de su registro de pensamientos; es una situación subjetiva, para muchos puede ser bueno recuperar kilos, para otros no tanto; para J evidentemente es negativo: Si sigo así, me voy a ver asqueroso, Nunca conseguiré pareja así; estos dos pensamientos corroboran la connotación de exageración y sacar conclusiones

que nada tienen que ver con lo que acontece en la vida de J; esta forma de atribuir hallazgos y la adivinación del futuro ubican ambos pensamientos en la distorsión de inferencia arbitraria. El tercer pensamiento, Tengo que rebajar nuevamente, en el que él mismo se da una orden “tendría que”, “debería de”, revela nuevamente la distorsión deberías.

Finalmente, J expresa una situación en su registro: Me quito la camisa y veo espinillas, barros, estrías, gordos y cicatrices por todas partes. Este hecho lo lleva a caer en profunda tristeza después de haber pensado: ¡Qué vergüenza que alguien me vea así!, J ha exagerado considerablemente la connotación de su figura corporal; este pensamiento se ubica en la distorsión de magnificación por el exceso de la situación negativa. Me vestiré muy tapado por siempre, es su segundo pensamiento automático y 100% creído, pues sorprendentemente lo ejecuta a diario; L no sale de camisilla o pantaloneta, él cubre todo su cuerpo con un saco grueso con capota para cubrir también su cabeza, siempre lleva pantalones largos y zapatos cerrados; tanto el pensamiento como el acto que perpetúa J, corresponden a la distorsión de sobregeneralización, porque a pesar de la exagerada conducta, esta sí está sustentada en el hecho de percibir

defectos en su cuerpo, a partir de un solo hecho ha sacado conclusiones generales y se ha propuesto objetivos drásticos en pro de este aspecto en particular.

#### Discusión y conclusiones

En los resultados anteriores se puede evidenciar la fuerte similitud entre las distorsiones cognitivas presentes en los cutters, la inferencia arbitraria, la sobregeneralización, la magnificación y la despersonalización; coinciden constantemente en ambos casos, ninguna distorsión se presenta en una y no en otro, lo cual es debido a que posiblemente el cutting se encuentre relacionado también con las mismas emociones y sentimientos de los adolescentes de los que se puede corroborar en las tablas 2 y 3, que antes de llegar a la práctica, hay un sentimiento fuerte de tristeza o de rabia asociado a una situación, y respectivamente, al pensamiento.

Una de las distorsiones cognitivas comúnmente encontrada en ambos cutters fue la inferencia arbitraria, lo que indica que tanto J como L tienden a sacar conclusiones de las situaciones sin estar apoyadas en los hechos; Beck (2000) señala que estas personas suponen cosas en lugar de averiguarlas y se anticipan a lo que va a ocurrir sin ponerlo a prueba; conclusiones de L, como Demás que tiene otra, y de J, Nunca conseguiré pareja así, se caracterizan

por hacer lectura del pensamiento de los demás y adivinar el futuro. En esta distorsión se ve reflejada la percepción que ambos cutters tienen de sí mismos. Según Branden (1995), la percepción de sí mismo se puede evaluar mediante la autoestima, el autoconcepto y el autoconocimiento. Los tres cumplen funciones muy importantes en la vida de las personas, pues los aciertos y desaciertos, el bienestar y la confianza en sí mismo, la tranquilidad psíquica y las buenas relaciones con los demás son fundamentales para crear una vida saludable y positiva.

Branden valoró estos tres aspectos mediante cinco ítems: juicio personal, aceptación de uno mismo, aspecto físico, patrimonio psicológico y entorno socio-cultural.

Siendo casos muy distintos, teniendo en cuenta que L posee bajo autoconcepto y autoconocimiento, por su concepción de soledad, y J posee baja autoestima por su aspecto físico, se puede apreciar que tanto J como L poseen una percepción negativa muy fuerte de sí mismos, pues ambos claramente manifestaron lacerar su cuerpo a causa de la apreciación que tiene cada uno de sí mismo.

Otra distorsión cognitiva encontrada constantemente corresponde a la distorsión de sobregeneralización, Beck (2000) mani-

festó que esta distorsión indica el miedo a la repetición de sucesos y la generalización de todo lo que pasa en el entorno. J y L sacan conclusiones generales de un solo hecho y asumen bajo cualquier circunstancia que el mismo hecho volverá a ocurrir, esto se manifiesta en el miedo de J a su padre y la desconfianza de L hacia sus compañeras.

La premisa es que si algo ha salido mal, todo saldrá mal, y si alguien ha cometido un error antes, lo va a cometer nuevamente en el futuro; a partir de esta distorsión se puede mostrar que J y L sobregeneralizan en mayor medida las situaciones dadas en el núcleo familiar y las escolares; la disfuncionalidad del núcleo familiar es un factor influyente importante dentro de este fenómeno, teniendo en cuenta que en la familia se construyen los pilares para un sano desarrollo a pesar de los conflictos, pues estos son comunes, y siempre deben ser más fuertes los valores y principios con que conviven para que el hijo sienta que tiene una fuente de apoyo cuando se encuentre en una situación desfavorable (Herrera, 2011).

Seguidamente, se evidenció la distorsión cognitiva deberías; tanto J como L se mortifican pensando en lo que deberían haber hecho o lo que debería pasar con las personas que

no estiman, o las situaciones negativas. Beck (2000) considera que los que poseían esta distorsión, en lugar de ver las cosas como realmente son, se ponen reglas de lo que debería aplicarse en cada caso. Se puede observar en el registro de pensamientos que ambos adolescentes constantemente ostentan estas reglas: Papá debería morirse, Tengo que rebajar, No deberían hacerme esto, Debí dejarlo yo primero, y son pensamientos deseados que desdibujan la realidad, lo que impide que estos adolescentes les hagan frente a las situaciones y problemas.

La magnificación también fue una distorsión cognitiva consecuente en ambos cutters, estos tienden a exagerar lo negativo de las situaciones y sus defectos físicos, y a su vez, a minimizar las cosas en que son buenos, o sus logros: Qué vergüenza que alguien me vea así, Tuve una imagen de mí, tirada en el piso y sangrando. Beck asegura que en esta distorsión los pensamientos son tan dramáticos y extremos que hacen que igualmente se exceda la emoción, y a su vez, la conducta que, por lo tanto, es inmediata (2000).

La despersonalización como distorsión cognitiva se halló igualmente en ambos registros; Beck describe la despersonalización como el hábito de atribuirles la culpa a los demás de la mayoría de sucesos que ocurren en la vida (2000). J atribuye la culpa

a su padre de todas las peleas en su núcleo familiar; y L, a su madre, de las peleas que ambas tienen; ninguno pone algo de culpa en sí mismo, ni reflexionan respecto a quién tiene la razón; para ambos cutters es más cómodo estar en la posición de víctima y atribuirles la responsabilidad a los demás.

Aquí se refleja nuevamente una distorsión a causa de la disfuncionalidad familiar y ambiente escolar, puesto que en ambos casos el ambiente escolar es un factor repetitivo importante que influye en la práctica del cutting; el clima escolar es en gran parte responsable en el rendimiento académico y desarrollo de habilidades de cada estudiante, lo que corroboran ambos adolescentes, pues a L se le dificulta crear amistades en su salón de clases y esta condición afecta su estado de ánimo; a J no le cae bien la mayoría de compañeros con los que comparte las materias diarias; además, uno y otro son repitentes del curso. A partir de un buen clima escolar se crea o se destruye la confianza en sí mismo y en los demás, y ello depende de una política en la escuela contra la violencia; donde existe apoyo de los profesores hacia los estudiantes y donde los estudiantes pueden participar en las políticas de la escuela.

Finalmente, se encontró el uso del tiempo libre como factor

importante a la hora de realizar la práctica del cutting; J manifestó en varias ocasiones que cuando no encontraba nada para hacer, solo pensaba en “cosas”; estas cosas, como él refiere, no son más que pensamientos negativos de su familia y de sí mismo. Los buenos hábitos están ligados a una buena implementación del tiempo libre; autores como Mendina (1991) proponen como alternativa educar para el tiempo libre, considerando el tiempo libre como un ámbito educativo. Igualmente, Dumazedier (1990) considera que las actividades que se llevan a cabo durante el ocio se caracterizan por cumplir una serie de funciones: descanso, diversión y desarrollo, teniendo en cuenta así que el tiempo libre hace parte importante del crecimiento personal. Métodos como proyectos en instituciones escolares y empresas, equipos, talleres, salidas, cursos de entretenimiento y demás, son elementos que los distintos movimientos educativos han ido aportando a la pedagogía del tiempo libre (Mendina 1991).

El tiempo libre es trabajado constantemente por las instituciones educativas, tratando de promover la implementación de la práctica de un deporte, la recreación, el arte y otras actividades, para evitar problemáticas como la drogadicción, adicciones, embarazos a temprana edad,

entre otros, por lo que en 1993 la World Leisure & Recreation Association Internacional (WLRA), proclama que “la educación del ocio tiene que ser un componente esencial de los aprendizajes y experiencias recibidos en cada fase de la educación formal y no formal” (citado por Fernández, 2001, p. 6); y se le apuesta a la buena implementación del tiempo libre en todos los ámbitos para mejorar la calidad de vida de los adolescentes.

En los casos de L y J se evidencia la escasez de actividad física, recreativa, cultural y social que ayuden al sano desarrollo, ninguno encuentra mucho por hacer en el tiempo libre; L no tiene obligaciones, no practica ningún deporte, no pertenece a ningún grupo religioso, juvenil o de la Institución; L sale a buscar con quién pasar su tiempo y con quién hablar, ella misma afirma no tener nada más que hacer. [...] Yo voy a ver si lo veo con algunas amiguitas, pues no tengo más para hacer, pero a veces no lo veo y de todas maneras me quedo, y chateo con V. H. porque hay internet [...]; esto lleva a que cuando L no encuentra con quién pasar su tiempo, cuando sale a la calle, refuerce su sentimiento de soledad. Igualmente, el tiempo libre fue un factor influyente a la hora de practicar el cutting; L dijo en una ocasión: Estoy sola mucho tiempo en casa [...]. En mi pieza cuando

estoy sola, me encierro a cortarme o a veces en el baño.

El hecho de pasar mucho tiempo a solas y no encontrar una actividad que realizar lleva a que ambos adolescentes reflexionen sobre la percepción que a partir de las distorsiones cognitivas propias tienen de sí mismos, enfocándose en situaciones de ira y angustia que, en la condición de víctimas, que es la que ambos adoptan para expresarse sobre sí mismos, pasan a instaurar sentimientos de extrema tristeza.

J coincide también en este aspecto con L, no practica deporte, ni pertenece a grupos juveniles, no tiene

obligaciones familiares, pocas veces hace tareas y ocupa su tiempo durmiendo y en su adicción a los video juegos, [...] Me gusta jugar Play, yo tengo un diagnóstico de adicción a los juegos en línea, a mí, por ejemplo, me encanta jugar World of Warcraft, yo he jugado hasta 20 horas ese juego. El hecho de identificarse con el Avatar del juego hace que J se deprima cuando deja de jugarlo; además, en el tiempo no duerme ni juega, y piensa constantemente en su padre, al cual considera culpable de todas las desgracias familiares.

## Referencias

Aberastury, A. (1987). El adolescente y la libertad. En *La adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico*. Argentina: Paidós.

Acero, P. (2015). La autolesión: posibles causas y consecuencias, y su manejo exitoso. Evento Universidad Hebrea de Jerusalén. Recuperado de [http://www.uptc.edu.co/export/sites/default/eventos/2015/cf/ccp/doc/conf\\_paulo\\_acero.pdf](http://www.uptc.edu.co/export/sites/default/eventos/2015/cf/ccp/doc/conf_paulo_acero.pdf)

Aixela, Y., Gembero, M., Martí, J., Roser, S., Pardo-Tomas, J. & Vila, A. (2010). *Desvelando el cuerpo, perspectiva desde las ciencias sociales y humanas*. España: Alta Fulla.

Albert, S. y Peñalva, M. (2012). *La Venus mutilada*. Italia: Universidad de Palermo.

Álvarez, C., López, A., Medina, L. y Nuevo, P. (2014). Bases psicopedagógicas para la inclusión educativa. “Van Gogh, locura y genialidad”. . Recuperado de:  
[https://www.uam.es/personal\\_pdi/stmaria/resteban/Archivo/ContDocencia\\_2012\\_2013\\_2T/VanGogh.pdf](https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/resteban/Archivo/ContDocencia_2012_2013_2T/VanGogh.pdf)

Beck, A. & Freeman, A. (1990). Terapia cognitiva de los trastornos de la personalidad. Barcelona: Paidós.

Beck, J. (2000). Terapia cognitiva; conceptos básicos y profundización. Barcelona, España: Gedisa Mexicana.

Bodelón, S. (1997). Orosio: una filosofía de la historia. Memorias de historia antigua XVIII. Oviedo: Universidad de Oviedo. Recuperado de:  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/46155.pdf>

Branden, N. (1995). Los seis pilares de la autoestima. Barcelona: Paidós.  
Recuperado de:  
<http://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf>

Caracol Noticias. (2015). Cutting, una peligrosa tendencia juvenil que preocupa a las autoridades en Cali. Recuperado de  
<http://noticias.caracoltv.com/cali/cutting-una-peligrosa-tendencia-juvenil-que-preocupa-las-autoridades-en-cali>

Carvajal, E., Arancibia, B., Díaz Mendoza, H. & Salgueiro, G. Síndrome de cutting (autolesionismo). Revista de Investigación e Información en Salud, 10(25). Recuperado de  
[http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?pid=S207561942015000300007&script=sci\\_arttext](http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?pid=S207561942015000300007&script=sci_arttext)

Castaño, E. & León del Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. Redaly, 10, 245-257.  
Recuperado de

<http://www.redalyc.org/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=56017095004>

Castro, J. (2014). Autolesión no suicida en adolescentes peruanas: una aproximación diagnóstica y psicopatológica. SciELO Perú, 77, 4-12.

Recuperado de  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S003485972014000400005&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S003485972014000400005&script=sci_arttext)

Clandinin, J., Pushor, D. & Murray, A. (2007). "Navigating sites for narrative inquiry". *Journal of Teacher Education*. Recuperado de <https://www.questia.com/library/journal/1G1-157267469/navigating-sites-for-narrative-inquiry>

El Debate (2016). Es el cutting el mal de moda entre las jóvenes. Recuperado de <http://www.debate.com.mx/guamuchil/Es-el-cutting-el-mal-de-moda-entre-las-jovenes--20160416-0046.html>

Fernández, J. (2001). Estudio transversal de la ocupación del tiempo libre y determinación de patrones de comportamiento frente a la actividad física de los escolares. Corporación Departamental de Recreación Popular. II Simposio Nacional de Investigación y Formación en Recreación. Bogotá, D. C., Colombia. Recuperado de <http://redcreacion.org/documentos/simposio2if/JFernandez.htm>

García, N. (2006). Ideación e intento suicida en estudiantes adolescentes y su relación con el consumo de drogas. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Autónoma de México, México D. F. Recuperado de [http://www.uade.inpsiquiatria.edu.mx/pagina\\_contenidos/tesis/tesis\\_nayeli.pdf](http://www.uade.inpsiquiatria.edu.mx/pagina_contenidos/tesis/tesis_nayeli.pdf)

Girbés, S. (2014). El contrato de inclusión dialógica: una actuación de éxito en la superación de la pobreza y la exclusión social en contextos urbanos. (Tesis doctoral). Universidad de Barcelona, Barcelona. Recuperado de [http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/56358/1/SGP\\_TESIS.pdf](http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/56358/1/SGP_TESIS.pdf)

Gómez, Y. (2007). Cognición, emoción y sintomatología depresiva en adolescentes escolarizados. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39, 435-447. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2540692.pdf>

Hernández, R. (2014). La investigación cualitativa a través de entrevistas: su análisis mediante la teoría fundamentada. España: Universidad Internacional de La Rioja. Recuperado de [http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/23/Mis\\_5.pdf](http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/23/Mis_5.pdf)

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación. 5 ed. México, D. F.: McGraw-Hill / Interamericana Editores.

Klonsky, D. (2007). The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. United States: Department of Psychology, Stony Brook University. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/6780051\\_The\\_functions\\_of\\_deliberate\\_self-injury\\_A\\_review\\_of\\_the\\_evidence](https://www.researchgate.net/publication/6780051_The_functions_of_deliberate_self-injury_A_review_of_the_evidence)

Marín, I. (2013). Desarrollo y evaluación de un tratamiento cognitivo conductual para adolescentes que se autolesionan. (Tesis doctoral). Universidad Nacional Autónoma de México. México, D. F. Recuperado de [http://www.ciencianueva.unam.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/95/28\\_desarrollo.pdf?sequence=1](http://www.ciencianueva.unam.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/95/28_desarrollo.pdf?sequence=1)

Mendina, R. (1991). Principios pedagógicos del tiempo libre. Corrientes de pensamiento. *Infancia y Sociedad*, 8, 33-50. Recuperado de [http://www.rafaelmendia.com/mendia/Hemeroteca\\_files/IS19918343350.pdf](http://www.rafaelmendia.com/mendia/Hemeroteca_files/IS19918343350.pdf)

Mora, M. (2015). Comprensión de las conductas autolesivas a partir de la elaboración del estado del arte. (Tesis de pregrado). Fundación Universitaria Los Libertadores, Bogotá, D. C. Recuperado de <http://repository.libertadores.edu.co/bitstream/11371/108/1/MoraSoledadMiryamRocio.pdf>

Mosquera, D. (2008). La autolesión: el lenguaje del dolor. Coruña, España: Ediciones Pléyades.

Parra, M. (2005). Fundamentos epistemológicos, metodológicos y teóricos que sustentan un modelo de investigación cualitativa en las ciencias sociales. (Tesis doctoral). Universidad de Chile. Santiago de Chile.

Recuperado de:

[http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2005/parra\\_m/sources/parra\\_m.pdf](http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2005/parra_m/sources/parra_m.pdf)

Plener, P., Brunner, R., Fegert, J., Groschwitz, R., In-Albon, T., Kaess, M. y Becker, K. (2016). Treating nonsuicidal self-injury (NSSI) in adolescents: consensus based German guidelines. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 10(46). Recuperado de: <http://capmh.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13034-016-0134-3>

Rivero, S. (2016). El cutting: la peligrosa moda de los estudiantes. *Universia España*. Recuperado de: <http://noticias.universia.es/cultura/noticia/2016/06/27/1141192/cutting-peligrosa-moda-estudiantes.html>

Rojas, M. (2013). Distorsiones cognitivas y conducta agresiva en jóvenes y adolescentes: análisis en muestras comunitarias y de delincuentes. (Tesis Doctoral). Universidad Complutense de Madrid. Madrid. Recuperado de: <http://eprints.ucm.es/23510/1/T34887.pdf>

Schmahl, C. (2014). Bases neuronales de la autolesión. *Mente y Cerebro*, 66, 58-63. Recuperado de: <https://app.box.com/s/04dz1b0iv2yt5lk7ccelnh2huy24wvpr>

Schütz, A. (1993). *La construcción significativa del mundo social. Introducción a la sociología comprensiva*. Barcelona: Paidós Básica.

Sparkes, A. & Devís, J. (2011). Investigación narrativa y sus formas de análisis: una visión desde la educación física y el deporte. *Unidad de Investigación Cualitativa, School of Exercise and Health Sciences, University of Exeter*. Reino Unido. Recuperado de: [http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias\\_expo/cuerpo\\_ciudad/investigacion\\_narrativa.pdf](http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/cuerpo_ciudad/investigacion_narrativa.pdf)

Taylor, S. y Bogdan, R. (2000). *Introducción a los métodos cualitativos*. Barcelona: Paidós Básica. Recuperado de: <https://asodea.files.wordpress.com/2009/09/taylor-s-j-bogdan-r-metodologia-cualitativa.pdf>

Ulloa, R., Contreras, C., Paniagua, K. & Figueroa, G. (2013). Frecuencia de autolesiones y características clínicas asociadas en adolescentes que acudieron a un hospital psiquiátrico infantil. *SciELO México*, 36, 52-55. Recuperado de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S018533252013000500010&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S018533252013000500010&script=sci_arttext&tlng=en)

Varas, J., Hering, G., Demetrio, A. & Ulloa, E. (2010). Consentimiento informado: importancia de información al paciente. *Revista ObstetGinecol*, 5, 62-67. Recuperado de: [www.revistaobgin.cl/articulos/descargarPDF/566/62a670.pdf](http://www.revistaobgin.cl/articulos/descargarPDF/566/62a670.pdf)

Villarroel, J., Jerez, S., Montenegro, A., Montes, C., Igor, M. & Silva, H. (2013). Conductas autolesivas no suicidas en la práctica clínica. Primera parte: conceptualización y diagnóstico. *SciELO Chile*, 51, 47-51. Recuperado de: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272013000100006](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272013000100006)

Villarroel, J., Jerez, S., Montenegro, S., Montes, C., Igor, M. & Silva, H. (2013). Conductas autolesivas no suicidas en la práctica clínica: Primera parte: conceptualización y diagnóstico. *Revista Chilena de Neuro-psiquiatría*, 51(1), 38-45. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.4067/S071792272013000100006>

En el texto aparecen referidas las tablas para ser agregadas. La Tabla 1 se coloca aproximadamente en la página 14, y la Tabla 2 en la página 17.

Tabla 1. Registro de pensamientos de L. ajustarla

Fecha	Situación	Pensamientos automáticos	Distorsión	Emociones	Conducta
-------	-----------	--------------------------	------------	-----------	----------

<p>Noviembre - 2016</p>	<p>Salí a descanso con unas amigas, pero en el siguiente descanso salieron todas juntas casi que corriendo y se me escondieron.</p>	<p>No quieren estar conmigo 100%</p> <p>No debería hacerme esto 90%</p>	<p>Inferencia Arbitraria</p> <p>Deberías</p>	<p>Tristeza 90%</p>	<p>Corte</p>
<p>Febrero - 2017</p>	<p>Tuve una pelea con mi mamá</p>	<p>Ella no me comprende 100%</p> <p>Ella es insoponible 90%</p>	<p>Inferencia arbitraria</p> <p>Despersonalización.</p>	<p>Tristeza 90%</p>	<p>Corte</p>

<p>Febrero - 201 7</p>	<p>Terminé con mi novio</p>	<p>De más que tiene otra 95%  Debí dejarlo yo primero 80%</p>	<p>Inferencia arbitraria  Deberías</p>	<p>Rabia 100 %</p>	<p>Corte</p>
<p>Marzo o- 201 7</p>	<p>Mi madre peleó con la madre de otra compañera porque nos vieron peleando en la calle. Cuando llegamos a casa me dijo que eso era por juntarme con malas compañías y me pegó</p>	<p>Mi madre es ridícula y tonta 80%  Ella me echa la culpa de todo cuando la culpa la tiene es ella 90%</p>	<p>Sobregeneración  Sobregeneración</p>	<p>Tristeza 90%  Rabia 80%</p>	<p>Corte</p>

Marzo-2017	Unas compañeras del colegio me amenazaron con pegarme si seguía buscando “hombres comprometidos”	Tuve una imagen de mí, tirada en el piso y sangrando 90%  “Todas juntas”, no me podré defender 80%	Magnificación  Sobregeneralización.	Miedo 80%  Tristeza 90%	Corte
------------	--	--	---	-------------------------------	-------

Tabla 2. Registro de pensamientos de J ajustar

Fecha	Situación	Pensamientos automáticos	Distorsión	Emociones	Conducta
Noviembre-2016	Perdí todas las materias en el colegio	Me van a matar en la casa 70%  Como mínimo mi papá va a querer	Magnificación inferencia arbitraria	Ansiedad 70%  Rabia 50%	Corte

		echarme de la casa otra vez 60%			
Enero - 2017	Mis padres estaban peleando en la casa	<p>Mi papá es el que tiene la culpa, él es un descarado o conchudo 100%</p> <p>Ni mi madre ni yo podemos hacer nada 80%</p>	<p>Despersonalización</p> <p>Inferencia arbitraria</p>	Rabia 80%	Corte
Enero - 2017	Pienso constantemente en mi infancia. (siempre recuerdo a papá pegándome muy fuerte con su correa)	<p>Ese maldito manda en esta casa 90%</p> <p>Intentará volverlo a hacer 75%</p> <p>No puedo</p>	<p>Sobregeneralización</p> <p>Inferencia arbitraria</p> <p>Inferencia arbitraria</p>	<p>Ansiedad 90%</p> <p>Temor 80%</p> <p>Tristeza 100%</p>	Corte

		hacer nada 100%			
Febrero-2017	Mi padre me regaña y me trata mal por haberme atrasado en los primeros días de clase	Él es muy malo 85%  Debería morirse 80%	Sobregeneralización Deberías	Tristeza 70%	Corte
Marzo-2017	Comí demasiado, hasta sentir que me iba a estallar	Voy a engordar más 100%  Nadie me va a querer gordo 85%	Sobregeneralización Inferencia arbitraria	Rabia 70%  Tristeza 90%	Vomitarse Corte
Abril-2017	Después de haber dejado de comer “normal” por más de un mes, volví a mi hábito de comer	Si sigo así me voy a ver asqueroso 90%  Nunca conseguire pareja así 80%  Tengo	Inferencia arbitraria Inferencia arbitraria  Deberías	Rabia 80%  Tristeza 90%	Corte

	bastante y en una semana ya había recuperado 5 kilos	o que rebajar nuevamente 90%			
Abril-2017	Me quito la camisa y veo espinillas, barros, estrías, gordos y cicatrices por todas partes	Qué vergüenza que alguien me vea así 80% Me vestiré muy tapado por siempre 100%	Magnificación Sobregeneración	Tristeza 95%	+Corte

Ciro E. Redondo Mendoza

Docente de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO).

Investigador de la Corporación Universitaria Adventista (UNAC).

Doctorando de la Universidad Privada Rafael Bellosillo Chacín (URBE).

Correo electrónico: ciro0980@hotmail.com

Estefanía Agudelo Tabares

Psicóloga de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO).

Correo electrónico:

Fecha de recepción: 15 de junio de 2018.

Fecha de aprobación: 25 de junio de 2018.