

La importancia de la actitud positiva en la Esclerosis Múltiple demostrada en un estudio.

Hasta la fecha, pocos estudios han informado sobre el papel predictor de los rasgos de personalidad en la calidad de vida de las personas con Esclerosis Múltiple (EM).

Se han publicado los resultados de un estudio que, a nuestro entender, es el primero que investiga cómo puede influir los rasgos de la personalidad de una persona con Esclerosis Múltiple en su calidad de vida.

Hans Eysenck (psicólogo conductista, especializado en el estudio de la personalidad) define la personalidad basada en tres rasgos diferentes: comportamiento, pensamiento y emociones.

Los **rasgos de personalidad pueden jugar un papel en la evolución de la EM** de diferentes maneras, por ejemplo, en **la voluntad del paciente en asumir opciones de tratamientos más arriesgados.**

Por otro lado, **los rasgos de la personalidad pueden condicionar la aparición de trastornos neuropsiquiátricos en personas con EM como la ansiedad y la depresión.** Los aspectos psicológicos pueden **afectar a las etapas de afrontamiento que aparecen en el curso de la enfermedad.**

El objetivo de este estudio fue investigar el impacto de las tres dimensiones de la personalidad de Eysenck en la calidad de vida de las personas con EM, éstas son:

- **Extraversión**: personas con tendencia a relacionarse con los demás y mostrar abiertamente sus sentimientos.
- **Neuroticismo**: aquellas personas que tienden a estar en un estado continuo de preocupación y tensión, con inestabilidad o inseguridad emocional, alto nivel de ansiedad, con tendencia a la culpabilidad y que generalmente, va unido a sintomatología psicósomática (o expresión corporal de su nivel de ansiedad, con síntomas que no se justifican con ninguna enfermedad orgánica: desmayos, calor, frío, ahogo, palpitaciones, etc.).
- **Psicoticismo** o tendencia a conductas impulsivas, agresividad y baja empatía. Son personas frías, egocéntricas (él/ella es el centro de todo), no puede ponerse en el lugar de los demás.

Los rasgos de la personalidad de una persona con Esclerosis Múltiple pueden afectar especialmente en la calidad de vida relacionada con la salud.

Más específicamente, **las personas introvertidas y con alto nivel de ansiedad**(neuroticismo) tienden a una **peor percepción de la calidad de vida tanto física como mental**, con dolor corporal, falta de vitalidad y peor funcionamiento social.

Se ha demostrado que el neuroticismo o **estado de continua preocupación, se asocia significativamente con la depresión y la ansiedad en personas con EM**. La inestabilidad emocional propia de estas personas puede verse reforzada, probablemente, por el curso impredecible de la enfermedad. **Esta actitud puede llevar a una peor percepción de calidad de vida tanto física como mental.**

Las **personas extrovertidas con tendencia a expresar sus sentimientos y compartir con los demás**, son personas que aceptan cambios y **son optimistas** aunque también impulsivas. La extroversión **puede conducir a la percepción de una mejor calidad de vida** debido a un enfoque más positivo de la enfermedad.

Los extrovertidos se inclinan a usar estrategias positivas de afrontamiento en situaciones de estrés. Además, **los extrovertidos suelen tener una mejor red social y tienden a estar rodeados de personas de apoyo.**

Los datos de este estudio confirman que **la percepción sobre la calidad de vida en relación con su estado de salud en personas con Esclerosis Múltiple, depende en parte, de su personalidad.**

Y tú... ¿Cómo ves el vaso, medio lleno o medio vacío?

Fuente: www.in-pacient.es