**Historia clínica paciente J.M.L**

**MOTIVO DE CONSULTA:**

* Hace mucho tiempo quería ir a la psicóloga
* Sus papás no creen en los psicólogos porque no consideran que sea eficaz
* Pequeños traumas de pequeña y sus consecuencias le están afectando en el presente
* No ha logrado superarlos
* La hizo tocar fondo problemas más fuertes
* Pensamientos suicidas casi todos los días
* “Puedo sentirme deprimida un rato, pero es muy fuerte
* Se deja llevar por los sentimientos que esta sintiendo

**INFORMACIÓN PERSONAL:**

* Se considera buena estudiante
* Se presiona mucho y es perfeccionista
* Algo que no le agrada es su pasión por la música
* Pospone todo lo musical
* No le gusta como se ve
* Algo la detiene y se frustra
* Se bloquea y se molesta
* Siente que pasa el tiempo y no pasa nada
* Considera que es una persona amigable con quienes la rodean

**ÁREA FAMILIAR:**

* Dos hermanas, una mayor y una menor
* Mayor🡪 21
* Menor🡪 16
* Sus papas no están casados
* Violencia intrafamiliar desde pequeña🡪 papá alcohólico
* Le pegaba a su mamá
* Su abuela las escondía en el cuarto
* Papá llevaba a otras mujeres a su casa
* A los 5 años de la paciente, la mamá se mudo y se rotaban a las hijas
* Ambos papas se faltaban el respeto, insultándolas a ellas también
* Para los papas las faltas de respeto de padres a hijos están bien
* “El respeto no se da hacia mi
* Mamá tuvo otra hija (hermana pequeña), pero le dijo a su papá que era hija de él, cuando no era así
* Ambos padres las ponían en la posición de escoger entre ellos
* La madre de la paciente comenzó a vivir con otra pareja, con quien tuvo a la hermana pequeña de la paciente
* Su pareja fue asesinada hace 12 años
* El padre de la paciente adoptó a su hijastra y la crio como su hija
* Hace 6 años la madre de la paciente regreso a vivir a la casa
* “Estamos tratando de ser una familia normal, cuando somos disfuncional”
* El padre de la paciente también tiene una hija fuera del matrimonio
* La hija es la mayor de las 3
* A los 6 años la paciente y su hermana se enteraron por una prima que les contó
* “Nos enteramos de la peor forma”
* Papá dejó de tomar hace 5 años y eso mejoró la relación
* Por la situación de la pandemia comenzó a consumir de nuevo
* Hace unas semanas la policía tuvo que llegar a la casa y se querían llevar al papá por su consumo
* Paró el consumo cuando la hermana mayor se fue de la casa, pero regresó a consumir hace unos días
* Ella se considera la preferida de su papá
* Tenía una relación muy positiva y cercana con su hermana hasta que comenzó con su novio actual
* La hermana se fue de la casa hace 3 semanas para vivir con su novio
* Su hermana se aisló de todos
* Se fue sin avisar “la desconocí por hacer eso”
* A la paciente le tocó aconsejar a su mamá y consolarla porque su hermana mayor era su “preferida”
* Su relación de hermanas se vio afectada, ya no compartían cosas ni hacían las actividades que estaban acostumbradas a hacer
* Ambas hermanas iniciaron en la música al mismo tiempo, pero la paciente tuvo más facilidad para aprender
* Esto hizo que el padre prestara más atención a la paciente
* La hermana de la paciente siempre sintió que competían entre ellas
* Con relación al problema
* Mamá🡪 “minimiza los sentimientos de la paciente y exagera los de ella”
* Papá🡪 piensa que, si ella quiere hablar algo profundo, tiene que ser con su mamá, quiere hacer que ella siempre parezca la fuerte, “no quiere que me muestre débil”
* Hermana menor🡪 “somos muy parecidas, más que con la mayor”

**PROBLEMAS RELACIONADOS A LA COMIDA:**

* “Problemas autoestima física”
* Según su hermana es por su abuela
* Decía que si comía ciertas cosas engordaría y no sería bonita
* Cuando se sentía mal por su físico, recurría a comer
* Estudiaba arquitectura y tenía malos hábitos de comida
* Por estos hábitos engordo
* No tiene control al comer
* Cuando estaba demasiado llena comía y luego sentía culpable. Aunque no tuviera hambre también comía
* Si no podía elegir entre dos comidas, comía ambas y agregaba una más en otras ocasiones
* No solo realizaba esto en los 3 tiempos, llegó a hacerlo 7 veces al día
* Comía también en las madrugadas porque estaba despierta
* Podía consumir hasta 3 veces su porción, según lo referido por ella
* Decidió empezar con dieta (hace 1 semana)
* Inició con la dieta de la manzana, pero se comenzó a despertar mareada y con “ansiedad”
* Recordó que la dieta de la manzana tenía rebote y cambió a la dieta que tenía anteriormente con su nutricionista
* Solo por una sesión de fotos con unos amigos decidió iniciarla
* No quería verse “gorda” con la ropa que le dieran
* Llevaba de 2 a 3 años haciendo esto del consumo de la comida excesiva
* Su vestuario comenzó a cambiar desde que engordó

**RELACIONES INTERPERSONALES:**

* Comentó que tuvo una relación “tóxica” cuando tenía 15 años
* Fue su primer novio y duraron 2 años
* “No me daba el valor que merecía”
* Dio a entender que tuvieron relaciones
* Mencionó que la confundía porque era evangélico, le insistía en tener relaciones y luego comenzaba a hablar sobre lo que Dios decía relacionado a ese tema
* Considera que su relación llegó a basarse solo en eso
* Se había convertido en evangélica como él (ella era católica)
* Se intereso por conocer a Dios, lo que ella considera como positivo en esa relación
* Menciono “ya no era católica ni evangélica al terminar con él, entonces empecé a buscar la verdad de otra manera y luego con ayuda de la U y las clases que da”
* Comentó que considera que tiene un problema “encariñándose” con otras personas (hombres)
* Menciona que no tiene problema para hacer amigos hombres pero que, cuando esa amistad puede pasar a algo más ya no puede
* Cree que es por la mala experiencia con su primer novio
* Se preocupa constantemente si otra persona tendrá más cosas de su “lista” que su posible novio
* Se da cuenta de algo que no le gusta de la persona y se cierra a la posibilidad de algo más con él
* Tuvo una mejor amiga de la infancia, pero la trató mal
* “No somos ni amigas ni enemigas, es ahora indiferente”

**PENSAMIENTOS SUICIDAS:**

* Cuando comienza a pensar en hacerse daño tiene constantemente en su mente lo siguiente “que tal si mejor me quedo aquí para ni ver que va a pasar después”
* Siente que estos pensamientos comenzaron a ser más intensos o reales por el tema de sus papas, cuando su padre volvió a consumir
* Considera que esto del consumo de su papá volvió a hacer que se sintiera niña otra vez
* Desde hace 15 años comenzaron, pero ahora son más “profundos”
* Antes solo era una idea que pasa por su mente, ahora ve algo con lo que se podría lastimar y se detiene a pensar
* No ha tenido esos pensamientos en los últimos días, desde que su papá dejó de consumir cuando la hermana se fue de la casa
* Buscó en internet cosas relacionadas al suicidio
* Un día que se estaba sintiendo muy mal comenzó a tener pensamientos más intrusivos y emociones más intensas
* Buscó una línea de ayuda en internet, pero no encontró
* Logró calmarse escribiendo en su cuaderno
* Eso la hizo darse cuenta de que no puede continuar de esa manera y tiene miedo de volverse a sentir de esta manera
* Considera que es una lucha interna porque por un lado tiene esos pensamientos negativos y por otro tiene miedo de causarse daño y quedar “parapléjica o vegetal”

**ÁREA ACADÉMICA:**

* Estudia actualmente comunicación audiovisual
* Mama la “empujaba” a medicina, por lo que desde pequeña comenzó a “mentalizarse” de esta carrera
* Ella tenía deseo de estudiar música, pero se peleaba con su mamá por esto
* Tenía que buscar una carrera que le agradara a sus papas
* Luego de feria escolar, decidió no estudiar medicina y pensó en arquitectura porque se considera creativa
* Su madre se enojo y su papá se alegró por ella
* Su mamá quería que estudiara en la USAC pero la paciente considera que se iba a sentir “controlada”
* La paciente es de Escuintla, entonces vino a vivir a la capital con una señora
* En arquitectura dormía como 4 horas diarias y tenía malos hábitos de comida
* Luego del primer semestre se dio cuenta que no quería esta carrera
* Se peleó con sus papas porque comentó que quería cambiarse a comunicación
* Su madre le dijo que si se salía de arquitectura, iba a tener que trabajar, irse a Escuintla y estudiar en la USAC en el área de humanidades
* La paciente considera que su mamá le hizo la vida imposible en vez de ayudarla luego de “llorarle” porque no se sentía bien en la carrera
* Siguió en interciclo, pero se sentía mal y cansada
* Engordo y termino con su ex
* En segundo año se dio cuenta que no podía más
* Hizo un plan para decirle a su mamá que se quería cambiar a comunicación y logró hacer el cambio
* Se atraso un semestre, inició en el ciclo americano el año pasado (2019)
* Esta feliz con la carrera, se motiva a mejorar y aprender
* Durante el último semestre ya no regresó a vivir con la señora
* Comenzó a vivir con su mejor amigo y la familia
* “Ahora son mi segunda familia”
* Los padres de su amigo siempre buscaron incluirla y la invitaban a cenas y actividades
* La paciente considera que por ser tímida, le cuesta tener confianza con ellos pero que les agarro cariño
* Los ve como una familia “normal, no son perfectos, pero son buenos en su imperfección”
* Cuando inició la cuarentena, vivía todavía con ellos
* Cambió cosas de ella y pensamientos por lo que veía en la familia de su amigo que ella considera que es correcto, pero esto no le agrado a sus padres
* Su madre busca controlar todo lo relacionado a su vida
* Desde que se cambió de carrera se convirtió en la “oveja negra” de la familia
* Sus papas la comparaban constantemente con la hermana, demostrando que la paciente era “la mejor” pero ahora es al revés
* La hermana de la paciente sí estudia medicina
* Sus papas piensan que la paciente es rara
* Ahora los papas comenzaron a tener conflictos con la hermana pequeña, “somos 2 contra 2”
* El padre de la paciente volvió a consumir
* Amigos del padre enviaron una foto a su hermana de una mujer desnuda el miércoles de 14
* La paciente esta molesta con su papá y no le habla
* Al día siguiente del incidente se fue a disculpar con ella, pero la paciente comenta que siempre hace lo mismo y hace unas semanas también le pidió disculpas
* Rompió su dieta luego del sábado, pero esta intentando comer más sano
* Considera que tiene la tentación de comer mal