

EL SINDROME DE HIKIKOMORI ...

¿ENFERMEDAD O TENDENCIA?



Kay Gittermann M.
Neuróloga Infantil

El síndrome de Hikikomori es un trastorno mental que se caracteriza por el aislamiento social extremo y la reclusión voluntaria de la sociedad. La palabra Hikikomori es de origen japonés y se utiliza para referirse a las personas que se encierran en sus habitaciones y se niegan a salir, evitando cualquier tipo de interacción social, descrito por el psiquiatra japonés Tamaki Saito en 1998, cuyo término deriva del verbo "hiki", que significa "retroceder" y la palabra "komoru", que sería "entrar". El Dr Saito la describía como un "adolescencia sin fin", siendo un fenómeno que comenzaba a observarse en la sociedad japonesa en esa época, pero que luego de la pandemia comenzó a aumentar su prevalencia en todo el mundo, incluido Chile, especialmente en los más jóvenes, quienes se ven desbordados por las presiones y demandas de la vida moderna.

El Síndrome de Hikikomori se aplica a quien no ha acudido a la escuela ni al trabajo en seis meses y no ha participado en ninguna interacción real con quien sea fuera de su círculo familiar. Los síntomas característicos incluyen ansiedad social severa, depresión, falta de motivación para interactuar con otras personas, irritabilidad, insomnio,

abuso de sustancias y incluso pensamientos suicidas. Las personas que sufren de este trastorno suelen sentirse abrumadas por las demandas y presiones de la vida social, laboral o académica, lo que las lleva a aislarse para protegerse.

Habitualmente se trata de jóvenes otaku (término japonés para gente con intereses obsesivos, comúnmente en el anime y fanatismo Manga), en el Reino Unido se usa el término de NEET ("Not in Education, Employment or Training") para aquellos jóvenes sin estudios y en EEUU utilizan el concepto de "slacker", "twixter" y "adultescent" para describir a jóvenes que viven con sus padres y no aceptan su independencia. El trastorno afecta de manera primordial a jóvenes que se aíslan del mundo, encerrándose en las habitaciones de casa de sus padres durante un tiempo indefinido, pudiendo llegar a estar años enclaustrados, solo conectados al uso de Internet.

El tratamiento del síndrome de Hikikomori es complejo y requiere de un abordaje multidisciplinario que involucre a profesionales de la salud mental, para afrontar los miedos y mejorar sus habilidades de comunicación.

¿Conoces a alguien con estas características?