

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Apr 12, 2021

Transtorno de personalidade: o que é?

Os transtornos de personalidade podem causar dificuldades na forma como interagimos com outras pessoas. Existem vários tipos de transtorno de personalidade e eles afetam as pessoas de maneiras diferentes. Mas todas elas afetam a forma como pensamos, lidamos com nossos sentimentos e nos relacionamos com os outros.

O que são transtornos de personalidade?

Cada um de nós pensa e se comporta de maneiras diferentes. Por exemplo, algumas pessoas são mais tímidas do que outras, e algumas pessoas não acham fácil conhecer novas pessoas ou socializar em grandes grupos.

Todas essas coisas são normais e geralmente não causam grandes problemas às pessoas. Mas se você achar que pensa ou se comporta de maneira diferente da maioria das pessoas de maneiras que o afligem e que não consegue controlar, você pode ser afetado por um transtorno de personalidade.

Os transtornos de personalidade são bastante comuns e existem vários tipos, que apresentam sintomas diferentes. Mas todos eles afetam as pessoas de maneiras semelhantes, incluindo:

- a maneira como você pensa e compreende a si mesmo, as outras pessoas e o mundo ao seu redor
- o quanto você pode controlar seus humores e emoções
- a maneira como você interage e se dá bem com outras pessoas, incluindo familiares e amigos
- o quanto você pode controlar como você se comporta e fala com as pessoas. Os médicos chamam isso de “controle de impulsos”.

Muitas pessoas com transtornos de personalidade não sabem que os têm. Talvez eles saibam apenas que se sentem de alguma forma “diferentes” da maioria das pessoas na maior parte do tempo e que muitas vezes se sentem angustiados por motivos que não conseguem definir.

Transtorno de personalidade: o que é?

Muitas pessoas não sabem nada sobre transtornos de personalidade até consultarem um médico por outro motivo, como depressão. O médico pode então ver os sinais de um transtorno de personalidade e sugerir que eles façam tratamento para ele.

Pode ser angustiante ouvir de um médico que você pode ter um transtorno de personalidade. Mas isso não significa que você seja uma pessoa 'má' ou que alguém esteja julgando você. Na verdade, pode ser muito útil finalmente entender por que você pensa e se comporta de algumas maneiras e que acha difícil controlar.

Os médicos dividem os transtornos de personalidade em 10 tipos. Alguns dos nomes desses tipos podem parecer bastante assustadores e médicos. Mas eles ajudam os médicos a entender e ajudar com suas dificuldades específicas.

- **Transtorno de personalidade esquizotípica:** Com esse tipo de transtorno de personalidade, você tem dificuldade em interagir com outras pessoas e pode ter dificuldade em formar relacionamentos íntimos. Você também pode ver e entender o mundo de maneiras que a maioria das pessoas acha estranhas e pode se comportar de maneiras que a maioria das pessoas acha excêntricas. Você também pode ficar ansioso em situações sociais, mesmo em lugares e com pessoas que conhece bem.
- **Transtorno de personalidade esquizóide:** Você pode parecer distante ou desapegado em seus relacionamentos e pode ter dificuldade em expressar seus sentimentos. Você tende a preferir sua própria empresa à de outras pessoas.
- **Transtorno de personalidade paranoica:** você pode desconfiar ou suspeitar de outras pessoas mais do que o normal. Você pode achar difícil não guardar rancor e se sentir ameaçado em situações em que a maioria das pessoas não o faria.
- **Transtorno de personalidade esquiva:** você pode ter dificuldades em situações sociais, se sentir tímido e inadequado e reagir mal às críticas. O medo da rejeição pode fazer com que você tenha medo de correr riscos em sua vida pessoal.
- **Transtorno de personalidade dependente:** você pode ter uma necessidade muito forte de cuidados, a ponto de ser “pegajoso” e não se defender em seus relacionamentos. Você pode ter dificuldade em tomar decisões sozinho. O medo de não conseguir cuidar de si mesmo pode fazer com que você tenha medo de ficar sozinho.
- **Transtorno de personalidade obsessivo-compulsivo:** você passa muito tempo pensando em limpeza, ordem e perfeição - não apenas no que diz respeito às coisas, mas nos relacionamentos, onde gosta de estar no controle. Isso pode significar que as pessoas não veem você como flexível, aberto ou relaxado. Eles podem ver você como teimoso e muito dedicado ao trabalho.
- **Transtorno de personalidade limítrofe:** Você pode ter dificuldade em manter um relacionamento estável e pode ter baixa autoestima. Você também pode ter dificuldade em controlar seu humor e, às vezes, ser impulsivo e irritado por muito pouco motivo. Às vezes, você pode pensar repentinamente em automutilação ou suicídio.
- **Transtorno de personalidade histriônica:** Você se emociona com as coisas com muita facilidade. Você também se vê fazendo coisas apenas para chamar a atenção - talvez pela maneira como se veste. Você pode se sentir desconfortável quando não é o centro das atenções. As pessoas podem ver você como emocionalmente superficial.

Transtorno de personalidade: o que é?

- **Transtorno de personalidade narcisista:** você pode ter grandes fantasias sobre sua vida e se comportar como se fosse especial e mais importante do que outras pessoas. Você pode ter uma forte necessidade de ser admirado e ter dificuldade em considerar os sentimentos de outras pessoas. Você pode acabar se aproveitando das pessoas para seu próprio benefício.
- **Transtorno de personalidade anti-social:** você pode ter pouca consideração pelos direitos de outras pessoas. Você costuma agir por impulso e é desonesto quando lhe convém. Você pode sentir pouco ou nenhum remorso ao fazer coisas que outras pessoas acham que são erradas. Você pode fazer coisas que são ilegais ou não consideradas socialmente aceitáveis.
- **Transtorno de personalidade sem outra especificação (NOS):** Isso significa que você pode ter alguns dos traços de mais de um transtorno de personalidade ou que pode se comportar de maneiras problemáticas e angustiantes, mas que não se encaixam em nenhum dos outros tipos.

Não está claro o que causa os transtornos de personalidade. Algumas pessoas simplesmente nascem com elas como parte dos genes que herdaram de seus pais. Mas algumas coisas que acontecem com as pessoas podem aumentar a probabilidade de transtornos de personalidade.

Por exemplo, pessoas que foram negligenciadas quando crianças ou que foram abusadas física ou sexualmente têm maior probabilidade do que o normal de ter um transtorno de personalidade.

Quais são os sintomas?

A maioria das pessoas com transtornos de personalidade vive com eles por muitos anos antes de perceber que são afetados por um. Isso pode causar angústia e problemas a longo prazo.

É muito comum que as pessoas não sejam diagnosticadas até consultarem um médico por outro motivo, que então percebe os sintomas de um transtorno de personalidade. O médico pode ver os sintomas no comportamento do paciente ou pode notar um padrão de comportamento nos registros médicos do paciente.

Os tipos de coisas que o médico pode notar em alguém com sinais de transtorno de personalidade incluem:

- estresse e raiva desproporcionais à situação
- fazer exigências irrealistas ao médico ou à equipe médica
- cicatrizes ou outras marcas na pele causadas por automutilação
- uma tendência de começar ou se envolver em discussões facilmente
- problemas de longo prazo no controle do humor ou da ansiedade
- abuso regular de drogas ou álcool
- problemas que possam sugerir que alguém tem uma vida familiar conturbada ou traumática. Isso se aplica mais às crianças.

Transtorno de personalidade: o que é?

Se um médico perceber que você tem algum desses tipos de sintomas, ele poderá fazer perguntas sobre como você se sente e sobre sua vida. Depois de conversar com você por um tempo, o médico pode estar mais perto de diagnosticar algum tipo de transtorno de personalidade.

O médico pode não ter certeza de qual tipo de transtorno você pode ter. Mas ele ou ela procurará sintomas que se enquadram em três grandes categorias:

- Sintomas sobre como você pensa e vê o mundo. Isso pode incluir ideias rígidas, formas estranhas de pensar e mal-entendidos (entender o “lado errado”) sobre as intenções de outras pessoas.
- Ter problemas para controlar seu humor e ficar constantemente ansioso.
- Tendo problemas com o controle de impulsos. Isso pode significar ser agressivo, se machucar, fazer sexo casual sem pensar nas consequências e abusar de drogas e álcool.

O que vai acontecer?

Não é possível dizer o que acontecerá com você como indivíduo. O principal tratamento para transtornos de personalidade é a psicoterapia ou outros “tratamentos de fala”.

O tratamento não pode “curar” os transtornos de personalidade. Mas isso pode ajudar as pessoas a lidar com sua ansiedade e problemas sociais, entre outras coisas. E talvez o mais importante seja que possa ajudar as pessoas a se entenderem e a se sentirem mais à vontade consigo mesmas.

O tratamento leva tempo e você precisará ter consultas regulares de acompanhamento com seu médico e profissional de saúde mental.

Os transtornos de personalidade são comuns e afetam todos os tipos de pessoas comuns. E há muita ajuda e conselhos disponíveis se você pesquisar on-line, inclusive de pessoas que estão felizes em compartilhar suas próprias histórias para ajudar outras pessoas como elas. Seu médico pode direcioná-lo para um grupo de apoio em sua área.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

