

Proponen nuevo sistema para diagnosticar el hikikomori

El Ciudadano · 23 de septiembre de 2023

La pandemia de covid-19 probablemente exacerbó en todo el mundo el fenómeno del hikikomori o reclusión social extrema. Una nueva herramienta de diagnóstico más precisa y estandarizada ayudará en la investigación y el abordaje clínico de este peculiar fenómeno de aislamiento



La palabra hikikomori tiene su origen en el japonés, hiku, verbo que se utiliza para indicar la **acción de retirarse o aislarse, y komori, que significa «dentro» o «escondido»**. Esta se ha popularizado para describir un fenómeno social que se observó en Japón, pero que también ha sido detectado en otras partes del mundo. Se utiliza para describir a personas, generalmente jóvenes, que se aíslan de la sociedad y se retiran completamente de la vida social y laboral durante un período prolongado, a menudo durante varios meses o incluso años. Estos individuos **suelen quedarse en sus hogares o habitaciones, evitando el contacto con el mundo exterior**, incluyendo a familiares y amigos. El impacto ha alcanzado tal nivel, que en países como Corea el gobierno ofrece incentivos económicos para animar a las personas afectadas para que salgan de sus casas.

Lee más: Especies invasoras: [amenazas mundiales para la naturaleza, las economías, la seguridad alimentaria y la salud humana](#)

Las razones detrás del hikikomori pueden ser diversas e incluir factores como la **presión social, el estrés, la ansiedad, la depresión, la intimidación, problemas familiares, dificultades académicas o laborales**, entre otros. El hikikomori puede considerarse una forma extrema de aislamiento social, producto de la sociedad moderna, y tener graves repercusiones en la salud mental y el bienestar de la persona afectada y sus familias.

El hikikomori sigue siendo un **desafío complejo y multifacético que no se limita sólo a Japón** y puede manifestarse en diferentes formas y grados en diversas culturas.

Ahora, ante el incremento de casos derivados de la pandemia de covid-19, un equipo internacional de psicólogos de la Universidad de Oregon, EE. UU., y la Universidad de Kyushu, Japón, desarrolló una herramienta de evaluación que ofrece una **guía práctica para su diagnóstico**. Esta es la primera técnica estructurada para evaluar la situación de las personas que lo padecen, realizada por los expertos, quienes fueron los primeros en dar la voz de alarma.

¿Qué hace diferente a esta herramienta respecto a otros sistemas de evaluación?

La llamada **Entrevista de Diagnóstico Hikikomori** (Hikikomori Diagnostic Interview, HiDE, en inglés), fue diseñada específicamente para evaluar y diagnosticar este fenómeno de aislamiento social. A diferencia de otras herramientas de diagnóstico existentes en psiquiatría, el HiDE se **centra exclusivamente en el retiro social voluntario**, mismo que no había sido adecuadamente abordado por otras técnicas convencionales.

El HiDE es un cuestionario que puede completarse en 5 a 20 minutos, dependiendo de las respuestas positivas obtenidas. Se ha desarrollado y refinado durante dos años y se ha aplicado a más de 100 pacientes en un centro médico en Japón. **El enfoque principal del HiDE es recopilar información sobre los síntomas experimentados durante el mes anterior a la entrevista.**

¿Cómo está estructurado?

El hikikomori se caracteriza por el estrés causado por el aislamiento durante meses en casa. Por ello, la primera sección del HiDE se enfoca en **aspectos esenciales para diagnosticar, como la frecuencia de las salidas del hogar, la duración del aislamiento social, y el nivel de angustia y deterioro funcional relacionados con el aislamiento**. Se presta atención a pacientes que pueden minimizar sus actividades sociales al mencionar salidas breves y no sociales, como sacar la basura, y se considera la preocupación de los demás como evidencia de angustia o deterioro funcional.

La siguiente sección del **HiDE recopila información adicional que no es esencial para el diagnóstico**, pero que proporciona contexto relevante sobre la retirada social de los pacientes. Esto incluye la participación en actividades

grupales, trabajo, escuela, intereses personales, asistencia a citas médicas o terapia, y el tipo de interacciones sociales (en persona o de otro tipo).

¿Por qué es importante?

Los **pacientes y familiares cuidadores que han oído hablar del hikikomori** por lo general no saben qué es exactamente o cómo podrían ser evaluados clínicamente. La nueva herramienta de evaluación ofrece una hoja de ruta para que los médicos la diagnostiquen claramente, lo que la diferencia de otras formas de enfermedad mental, como el trastorno de ansiedad generalizada.

A principios de 2020, **los autores del estudio habían publicado previamente en la revista *World Psychiatry* una definición simplificada y clara de hikikomori**. Casi de inmediato, la pandemia de covid-19 obligó a gran parte del mundo a trabajar desde casa y abstenerse de grandes reuniones públicas, lo que introdujo un aislamiento social extremo para algunos y lo amplificó para otros. Cuando llegó la covid, la gente empezó a pasar más tiempo sola e inmersa en sus refugios. Eso afectó dramáticamente la forma en que se desarrollaba la vida a nivel personal. Además, la tecnología de hoy obliga a mirar e interactuar a través de pantallas y no necesariamente mirar a otros a los ojos. Todos estos factores han empujado a más personas hacia el riesgo de sufrir **hikikomori**.

El siguiente paso será la orientación **clínica para tratar realmente la afección** una vez que se diagnostique con precisión.

El estudio se publicó en línea el 15 de septiembre con el título **“Evaluación Diagnóstica Hikikomori (HiDE): una propuesta para una evaluación estructurada del retraimiento social patológico”** en la revista *World Psychiatry*. El autor principal, doctor Alan Teo, es profesor asociado de psiquiatría

en la Facultad de Medicina de la Universidad de Ciencias y Salud de Oregón, EE.UU. Sus colegas, los doctores Kazumasa Horie, Keita Kurahara y Kato Takahiro pertenecen al Departamento de Neuropsiquiatría de la Universidad de Kyushu, Japón.

Con información de news.ohsu.edu y onlinelibrary.wiley.com

Fuente: [El Ciudadano](#)