



El álbum ilustrado, herramienta de acompañamiento para personas con Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) y sus allegados

Sarah Edith Tapia Martel

Egresada de la Licenciatura en Diseño Gráfico
Escuela de Arquitectura, Diseño y Comunicación. Universidad La Salle Cuernavaca.
sarahtapiam@gmail.com

Resumen

Este proyecto, desarrollado en el marco de la carrera de Diseño Gráfico y Digital, propone la creación de un álbum ilustrado como herramienta de acompañamiento para personas con Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) y sus allegados. Surge ante la escasez de recursos visuales accesibles que faciliten la comprensión del trastorno y mejoren las relaciones interpersonales de quienes lo padecen. A través de una metodología híbrida que integra el *Design Thinking* y el método sociológico, se analizan las dinámicas sociales, emociones y experiencias de usuarios reales mediante entrevistas y focus groups con personas diagnosticadas con TLP, así como con familiares, amigos y parejas.

Los resultados evidencian la necesidad de materiales gráficos empáticos, pedagógicos y no estigmatizantes que representen la

complejidad emocional del TLP. El álbum ilustrado incorpora decisiones de diseño fundamentadas —como una paleta cromática simbólica, personajes animalizados y una narrativa accesible— que permiten comunicar conceptos clínicos de manera sensible y comprensible. La protagonista, Putzzi, funciona como mediadora visual que facilita la identificación y el diálogo. El proyecto demuestra cómo el diseño gráfico y digital puede generar herramientas inclusivas que contribuyan a la educación emocional, la reducción del estigma y el fortalecimiento de vínculos entre personas con TLP y su entorno.

Palabras clave: Trastorno Límite de la Personalidad, álbum ilustrado, diseño gráfico, diseño digital, salud mental.

Abstract

This project, developed within the Graphic and Digital Design university program, proposes the creation of an illustrated album as a support tool for individuals with Borderline Personality Disorder (BPD) and their close relations. It addresses the lack of accessible visual resources that help communicate the complexity of BPD and promote healthier interpersonal relationships. Using a hybrid methodology that combines *Design Thinking* and the Sociological Method, the project analyzes emotional dynamics and social interactions through interviews and focus groups with people diagnosed with BPD as well as their family members, friends, and partners.

Findings reveal a strong need for empathetic, educational, and non-stigmatizing graphic materials that visually represent the emotional intensity and daily challenges associated with BPD. The illustrated album integrates intentional design decisions—such as a symbolic color palette, animal-based characters, and an accessible narrative—to communicate complex psychological concepts in a sensitive and understandable manner. Putzzi, the main character, acts as a visual mediator who facilitates identification, emotional connection, and dialogue. Overall, the project demonstrates how graphic and digital design can create inclusive tools that support emotional education, reduce stigma, and strengthen interpersonal bonds for people living with BPD.

Keywords: Borderline Personality Disorder, illustrated album, graphic design, digital design, mental health.

Presentación y relevancia del estudio

Planteamiento del problema

El Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) es uno de los padecimientos psiquiátricos más complejos, caracterizado por inestabilidad emocional, dificultades en la autoimagen, impulsividad extrema y patrones de relación interpersonal intensos y conflictivos. Existe evidencia de la ausencia de recursos gráficos accesibles que sirvan de acompañamiento y tanto a personas con TLP como a sus familiares, amigos o pareja para mejorar la comprensión y calidad de sus relaciones. La hipótesis que orienta este trabajo sostiene que el diseño de un álbum ilustrado puede convertirse en un recurso de apoyo efectivo, no solo para las personas diagnosticadas con TLP, sino también para sus allegados. A través de este planteamiento, se persigue demostrar la relevancia de combinar metodologías de diseño y ciencias sociales en la producción de herramientas culturales con impacto en la salud pública.

Objetivo

En la actualidad, existe una necesidad creciente de generar comprensión y conciencia sobre los trastornos neurodivergentes, especialmente el Trastorno Límite de la Personalidad (TLP), para favorecer relaciones interpersonales más empáticas e inclusivas. Por ello, este proyecto tiene como objetivo diseñar y desarrollar una herramienta de apoyo en forma de libro ilustrado que visibilice el TLP, facilite la interacción social entre personas que lo padecen y personas neurotípicas, y sirva como guía y acompañamiento tanto para quienes tienen relaciones con personas con TLP como para quienes lo experimentan directamente.

Justificación

El Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) se caracteriza por un patrón persistente de inestabilidad en las relaciones interpersonales, cambios emocionales intensos, fluctuaciones en la autoimagen y dificultad para controlar impulsos, generalmente desde la adultez temprana. Este trastorno genera un malestar significativo, afecta la adaptación social, laboral y personal, y se asocia con conductas autodestructivas como intentos de suicidio, consumo de sustancias o comportamientos riesgosos. Los criterios diagnósticos incluyen esfuerzos desesperados por evitar el abandono, relaciones interpersonales inestables e intensas, alteración de la identidad, impulsividad extrema y dificultades para regular la ira, entre otros. La sintomatología del TLP lo convierte en uno de los trastornos más complejos de intervenir clínicamente, especialmente cuando no se recibe atención adecuada y oportuna. (Robles, 2017)

Las relaciones interpersonales, entendidas como conexiones recíprocas entre personas, son particularmente afectadas en quienes padecen TLP, lo que genera dificultades para establecer vínculos estables y saludables. Ante esto, el diseño gráfico y la creación de un libro ilustrado pueden desempeñar un papel clave: permiten visibilizar y educar sobre el TLP, ofreciendo una representación comprensible de las emociones, pensamientos y desafíos diarios de quienes lo padecen.

Asimismo, un álbum ilustrado puede ofrecer estrategias prácticas para mejorar las relaciones interpersonales, como la comunicación efectiva, la regulación emocional y el establecimiento de límites saludables. Empoderar a las personas con TLP para que compartan sus experiencias y vivencias contribuye a su inclusión social, fortalece la comprensión de familiares y amigos, y promueve un entorno más compasivo y respetuoso hacia quienes viven con este trastorno.

Marco teórico

Trastorno Límite de la Personalidad

El término *borderline* fue introducido en 1938 por el psicoanalista y psiquiatra Adolf Stern, quien describió a pacientes que no encajaban del todo ni en la neurosis ni en la psicosis. Dichos individuos mostraban síntomas neuróticos en la evaluación, pero también episodios psicóticos transitorios durante el tratamiento, situándose así en un estado “al borde” entre ambos funcionamientos (Stern, 1938). Posteriormente, Knight amplió esta noción, refiriéndose a un estado limítrofe constante (Knight, 1953), y más adelante Kernberg propuso el concepto de “organización límite de la personalidad” (Kernberg, 1967). El reconocimiento formal llegó en 1980, cuando la American Psychiatric Association incluyó por primera vez al Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) en la tercera edición del DSM (APA, 1980). En la versión actual, se ubica dentro de los trastornos de la personalidad y es considerado uno de los más complejos y graves, según Millon (Choca, 1999).

De acuerdo con el DSM-5, un trastorno de personalidad se define como un “patrón permanente de experiencia interna y de comportamiento que se aparta de manera acusada de las expectativas culturales, generalizado y poco flexible, estable en el tiempo y con inicio en la adolescencia o adultez temprana, que genera malestar o deterioro” (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014, p. 646). Estos trastornos se agrupan en tres clústeres: el Grupo A (paranoide, esquizoide y esquizotípico), el Grupo B (antisocial, límite, histriónico y narcisista) y el Grupo C (evitativo, dependiente y obsesivo-compulsivo).

Trastorno Límite de la Personalidad y relaciones interpersonales

Una de las áreas más afectadas por el TLP son las relaciones interpersonales, de la misma manera, los factores ambientales y experiencias de vida pueden llegar a influir en que una persona desarrolle este trastorno. (Miramontes, 2022). Las personas que sufren de Trastorno Límite de la Personalidad muestran una fuerte reactividad en situaciones interpersonales, especialmente cuando están emocionalmente involucradas. Debido a su percepción de un mundo peligroso, tienden a estar en constante alerta y defensa. Al mismo tiempo, tienen la creencia de ser impotentes y vulnerables, lo que los hace sentir profundamente desamparados. Estas dos creencias generan una lucha constante entre la independencia y la dependencia. En resumen, las personas con TLP enfrentan un dilema crónico, oscilando constantemente entre protegerse de los demás y necesitar desesperadamente su presencia y apoyo. Esta oscilación puede ser percibida por los demás, lo que causa confusión y sensación de impotencia. Cuando siente una amenaza, real o imaginaria, de que la relación no es segura o confiable, su ansiedad aumenta y puede llevar a comportamientos desesperados. Por lo general, los demás ven estos comportamientos como excesivos o inapropiados, y sus respuestas a menudo invalidan los sentimientos de las personas con TLP, lo que aumenta la sensación de abandono o rechazo en ellas. (Polemos, 2005)

Animales o mascotas de compañía y salud mental

El tener un compañero que siempre nos espere al llegar a casa, se ha vuelto parte de la vida diaria de muchas familias en México y el mundo. Además, se ha demostrado que la interacción con animales disminuye los niveles de cortisol y disminuye la presión arterial. Otros estudios han descubierto que los animales pueden reducir la soledad, aumentar los

sentimientos de apoyo social y mejorar su estado de ánimo. (El poder de las mascotas, 2023). Esto hablando de salud mental e incluso física, sin embargo, las personas con TLP pueden sentirse más seguros con los objetos de transición (es decir, un animal doméstico o una posesión inanimada) que en las relaciones interpersonales. (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014). Según una investigación de la Universidad de Curtin, las personas que padecen TLP pueden disfrutar de una mejor calidad de vida si tienen una mascota. En dicha investigación, descubrieron que el tener una mascota puede dar un sentido de significado y propósito en la vida, afectar positivamente las relaciones emocionales, fomentar conexiones sociales beneficiosas, impulsar la participación y el compromiso en actividades que tienen un valor especial, y también puede tener beneficios terapéuticos para aquellos que padecen TLP. Tener una mascota es un respaldo en el procedimiento de recuperación individual de personas con TLP (Choahan, 2018), por ejemplo, en la creación de rutinas, que es una de las recomendaciones más frecuentes de los médicos especialistas, debido a que la responsabilidad de tener una mascota promueve estas rutinas, incluso cuando los pacientes no se sienten mentalmente bien. (Hayden-Evans, Milbourn & Netto, 2018).

El álbum ilustrado, sus beneficios para la lectura y la salud mental

El álbum ilustrado es un formato editorial que integra texto e imagen en una narrativa conjunta, donde la ilustración adquiere un papel protagónico para transmitir emociones, ideas y experiencias. A diferencia de un libro tradicional, no exige un alto nivel de concentración o de capacidad lectora, lo que lo convierte en un recurso accesible y democrático: la imagen logra comunicar sin importar edad, idioma, bagaje cultural o incluso el nivel de alfabetización. En el ámbito de la salud mental, este tipo de material resulta especialmente valioso, ya que permite explicar experiencias emocionales complejas de forma inmediata y cercana, además de abrir

espacios de diálogo y reflexión. Según la Fundación de Educación para la Salud (FUNDADEPS), la lectura de álbumes ilustrados es muy útil para personas cuyos tratamientos afectan la memoria y la atención, pues el soporte visual ayuda a sostener la narrativa y conectar con el contenido (Díaz, 2021). Asimismo, como señala Carolina Lesa Brown en *El Salto*, el álbum ilustrado favorece la creación de vínculos más cálidos con el lector, aportando belleza, significado y la oportunidad de reconocer y compartir experiencias personales (Cordellat, 2021).

En este proyecto, la elección del álbum ilustrado responde tanto a criterios de diseño gráfico como de legibilidad y accesibilidad. Su carácter simbólico y metafórico hace posible representar las distintas realidades del Trastorno Límite de la Personalidad (TLP), mostrando no solo los retos sino también las estrategias de afrontamiento y la importancia de la empatía. Para ello, la narrativa se articula a través de Putzzi, un personaje central que actúa como hilo conductor del relato. Putzzi no solo ayuda a dar coherencia a la historia, sino que también funciona como mediador visual y emocional: a través de él, el lector puede identificarse, comprender y reflexionar sobre la intensidad emocional del TLP de una forma más amable, cercana y accesible. De esta manera, el álbum ilustrado se convierte en una herramienta incluyente, cálida y efectiva para sensibilizar y acompañar en torno a la salud mental.

Metodología

Método sociológico

El método sociológico, planteado por Émile Durkheim en *Las reglas del método sociológico* (1895), se basa en la observación y análisis objetivo de los hechos sociales, diferenciándose de las metodologías individualistas y de los enfoques abstractos

de la filosofía. Este enfoque establece a la sociología como ciencia de los hechos sociales y propone un método científico riguroso, libre de prejuicios y juicios subjetivos. Su aplicación en este proyecto permite comprender las dinámicas sociales que influyen en las interacciones diarias, contextualizar el problema en estructuras sociales más amplias, identificar factores culturales relevantes y diseñar intervenciones inclusivas y culturalmente sensibles. Además, fomenta la empatía hacia las personas con Trastorno Límite de la Personalidad y ofrece herramientas para evaluar el impacto social del proyecto, garantizando una perspectiva integral y científica.

Design thinking

El *Design Thinking* es un método de innovación centrado en el ser humano que integra las necesidades de las personas, las posibilidades tecnológicas y los objetivos empresariales mediante un proceso creativo, colaborativo y no lineal. En este proyecto se retomarán las etapas de empatizar, definir, idear y prototipar, las cuales ofrecen un marco sólido para diseñar un libro ilustrado orientado a mejorar las relaciones interpersonales de las personas con TLP, asegurando así un resultado efectivo y significativo (*Design Thinking*, 2023).

La sinergia entre *Design Thinking* y el método sociológico ofrece un marco estratégico para desarrollar

este proyecto que no solo aborda las singularidades del TLP, sino que también incorpora una comprensión profunda de las complejidades sociales, brindando herramientas efectivas para mejorar las relaciones interpersonales en este contexto específico.

Esta sinergia dio como resultado un método propio, en el que se retomaron las primeras cuatro etapas del *Design Thinking*: empatizar, definir, idear y prototipar; y el método sociológico el cuál aporta una profundidad analítica.

Empatizar como primera fase de esta metodología propia, ayudará a visibilizar el Trastorno y representar experiencias y desafíos específicos de las personas que padecen TLP y los círculos sociales más cercanos.

La segunda fase, análisis, tomada del método sociológico, brindará profundidad analítica retomada para comprender las dinámicas sociales que influyen en las relaciones de las personas con TLP.

La tercera fase, definición, se alinea con el análisis sociológico de las interacciones sociales, identificando patrones y factores que afectan las relaciones de personas con TLP.

La cuarta etapa, idear, nutre esta comprensión sociológica, generando ideas que abordan las complejidades sociales específicas del trastorno.

En la última fase, prototipado, se traducirá

en la creación de secciones del libro ilustrado que reflejarán situaciones comunes en las relaciones interpersonales. Estos prototipos se someten a evaluación mediante el método sociológico, incorporando la retroalimentación de individuos con TLP, psiquiatras, psicólogos y familiares, amigos cercanos o pareja de las personas *border* garantizando la autenticidad y efectividad del material.

Entrevistas y focus groups

Para este proyecto se realizó un *focus group* con 15 personas diagnosticadas con TLP y otro con 15 familiares, amigos o parejas de personas con este trastorno. Además, se realizaron entrevistas a profundidad con un psiquiatra y con una psicóloga especializada en terapia dialéctico-conductual (DBT), el enfoque terapéutico más utilizado y recomendado para el TLP.

El *focus group* realizado a amigos, familiares y parejas de personas diagnosticadas con TLP reveló tanto los retos como las oportunidades que implica convivir con esta condición. Los principales hallazgos se pueden resumir en:

- Necesidad de representación visual clara y empática: Las ilustraciones son vistas como una herramienta clave para transmitir lo complejo del TLP, desde los cambios emocionales hasta las crisis y estrategias de apoyo. Se enfatiza que deben ser realistas, cotidianas, pero también respetuosas y no estigmatizantes.
- Importancia de la comunicación y la empatía: La mayoría coincide en que la comprensión mutua se construye con escucha activa, confianza y validación emocional. También destacan que el libro podría incluir ejemplos de lo que sí y no funciona en la comunicación con alguien que tiene TLP.
- Valor social y educativo del libro ilustrado: Se reconoce

que este recurso no solo beneficiaría a familias y cercanos, sino también a la sociedad en general, al combatir el estigma, humanizar el trastorno y sensibilizar sobre la necesidad de un apoyo integral.

El *focus group* con personas diagnosticadas con TLP tuvo el objetivo de conocer sus experiencias en las relaciones interpersonales y explorar la utilidad de un libro ilustrado como recurso de apoyo. Las respuestas reflejan la complejidad del trastorno, las dificultades emocionales que enfrentan y la necesidad de representación visual para favorecer la comprensión y disminuir el estigma. Los principales hallazgos se resumen en:

- Necesidad de comprensión y reducción del estigma: Los participantes señalaron que suelen ser vistos como “dramáticos” o “manipuladores”, cuando en realidad lo que experimentan son reacciones emocionales intensas y difíciles de explicar. Destacan que un libro ilustrado podría humanizar el trastorno y ayudar a familiares y amigos a comprender mejor su realidad.
- Valor del contenido visual: Se resaltó que las ilustraciones, cómics, metáforas gráficas y comparaciones visuales (por ejemplo, ira vs. enojo, depresión vs. tristeza) son recursos útiles para transmitir la intensidad emocional del TLP y explicar lo que muchas veces no logran poner en palabras.
- Relevancia de incluir estrategias y diversidad de experiencias: Consideran importante que el libro no solo exponga síntomas, sino también estrategias que han ayudado (terapia, medicación, comunicación asertiva, grupos de apoyo) y que muestre la variedad de vivencias del TLP para que más personas se sientan identificadas y se promueva una visión más realista y empática.

La entrevista a profundidad con Dr. Gustavo Leonardo Bermúdez Ojeda, reveló una perspectiva positiva y alentadora por parte del psiquiatra hacia el proyecto del álbum ilustrado. Las respuestas sugieren que este proyecto tiene el potencial de complementar y mejorar el tratamiento del TLP. Estos

comentarios respaldan la continuación y el desarrollo del álbum ilustrado como una herramienta terapéutica para mejorar las relaciones interpersonales de las personas que padecen este trastorno.

En la entrevista a profundidad a la Psicóloga Sheila Viridiana Hernández Altamirano se reveló una visión positiva y de respaldo hacia el proyecto del álbum ilustrado. Su entusiasmo por el enfoque innovador, la accesibilidad terapéutica y la integración de estrategias prácticas sugieren que este proyecto tiene el potencial de ser una valiosa adición al tratamiento del TLP.

Desarrollo

Las decisiones estéticas y narrativas en la construcción de un álbum ilustrado que aborda un tema complejo como el TLP no son meramente ornamentales; responden a una intención comunicativa y pedagógica clara, enmarcada dentro de la metodología propia que fusiona el *Design Thinking* y el método sociológico. Cada elemento gráfico fue seleccionado con el objetivo de sensibilizar, facilitar la comprensión y generar empatía en torno a la experiencia de vivir con TLP.

En primer lugar, la paleta de colores se definió con un sentido simbólico y emocional. Se eligió el amarillo como recordatorio de la prevención del suicidio y de la esperanza; el naranja como vitalidad y energía en las relaciones; el lila como calma y equilibrio; el rosa como compasión y empatía; y el azul marino oscuro como estabilidad y autocuidado. Esta elección cromática se enmarca en la fase de empatizar, ya que surgió a partir de comprender las emociones y vivencias expresadas en los *focus groups* y entrevistas, traduciendo los sentimientos más recurrentes en un lenguaje visual universal. (Ver Figura 1)

Figura 1. Paleta cromática y tipografía.

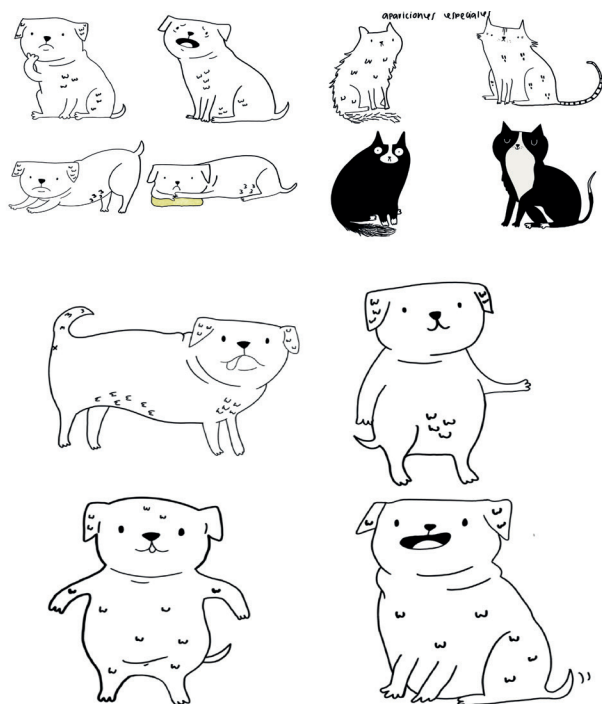


Fuente: Elaboración propia.

Otro aspecto central es la decisión de representar a los personajes exclusivamente como animales y no como humanos. Esto responde a dos motivos: la animalización universaliza la experiencia y facilita la identificación de cualquier lector, y al mismo tiempo suaviza la carga emocional del tema, haciéndolo más accesible. Esta decisión se articula con la fase de análisis sociológico, en tanto que permite contextualizar el fenómeno desde un enfoque colectivo y simbólico, evitando particularizar en rostros humanos y manteniendo un carácter inclusivo y sensible a la diversidad cultural.

Dentro de este universo animal, la protagonista Putzzi, un *bichón frisé*, fue concebida como la única perrita en un mundo de gatos y otros animales. Esta elección responde a la fase de definición, en la que se identificaron los sentimientos de diferencia, soledad y singularidad que acompañan a muchas personas con TLP. Putzzi encarna esa vivencia: ser distinta en un entorno donde los demás no comparten su experiencia, pero a la vez transmite ternura y compañía, generando empatía inmediata en el lector. (Ver Figura 2)

Figura 2. Putzzi.



Fuente: Elaboración propia.

La fase de ideación se refleja en la decisión de optar por un estilo gráfico caricaturesco. Este recurso, caracterizado por humor visual, simplificación de formas y exageración de gestos, permitió generar soluciones creativas para un problema complejo: ¿cómo hablar de un tema clínico y emocionalmente denso sin caer en representaciones crudas? La caricatura surgió como la respuesta ideal, transformando la intensidad emocional del TLP en algo más accesible, sin restar profundidad ni seriedad al contenido.

Finalmente, la fase de prototipado se materializó en la creación de secciones ilustradas del libro que fueron evaluadas con retroalimentación de personas con TLP, familiares, psicólogos y psiquiatras. Este proceso garantizó que las elecciones de

color, estilo y narración no fueran decisiones aisladas, sino parte de una estrategia visual integral validada con actores clave.

Figura 3. Secciones ilustradas.



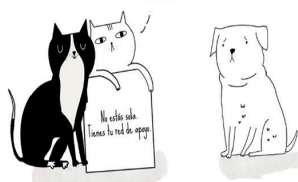
Fuente: Elaboración propia.

En suma, las decisiones de diseño en torno al color, la animalización, la elección de Putzzi como único bichón frisé y el estilo caricaturesco no son incidentales, sino que emergen directamente del método híbrido empleado. Así, la unión entre el análisis sociológico y el *Design Thinking* permitió que cada decisión de diseño respondiera a una lógica empática, analítica y pedagógica, transformando un trastorno frecuentemente estigmatizado en una narrativa accesible, comprensible y profundamente humana.

Figura 4. Ejemplo de narrativa del álbum ilustrado.

Una red de apoyo fuerte es vital para una persona con Trastorno Límite de la Personalidad (TLP), ya que proporciona estabilidad y comprensión en medio de la inestabilidad emocional característica del trastorno. Familiares, amigos y profesionales de la salud mental pueden ofrecer el apoyo necesario para enfrentar los desafíos diarios, reducir el aislamiento y promover la autoestima. Esta red puede ayudar a identificar signos de crisis, ofrecer consuelo y asegurar que la persona reciba la atención y el tratamiento adecuados. Un entorno de apoyo empático y consistente es fundamental para el bienestar emocional y el progreso terapéutico de quienes viven con TLP.

Túnel no sentimos lo mismo que tú,
Pero intentamos para entenderte y
apoyarte.



Hay una posibilidad de liberar nuestras emociones de formas más funcionales.

- En vez de hacerte daño, toma un cubito de hielo en la mano y apriétalo. También pásalo por tu nuca. La sensación de frío es entumecedor y muy distractiva.
- Lanza contra la pared pelotas de gomaespuma, cojinitos enrollados o cojines, lo más fuerte que puedas.
- Grita lo más que puedas contra una almohada o en algún lugar en el que no llares la atención de otras personas.
- Llora. A veces, la gente hace otras cosas en vez de llorar porque tiene miedo de no poder parar si empieza. Eso no ocurre nunca. Llorar hace que uno sienta mejor porque libera hormonas del estrés.

Como acompañante en una crisis puedes decirle a tu familiar/amigo frases como:

Aquí estoy, concéntrate en mí y en tu respiración.



Fuente: Elaboración propia.

Conclusiones

El desarrollo de este proyecto demuestra cómo el diseño gráfico y digital puede convertirse en una herramienta profundamente humana cuando se orienta a la salud mental y la comunicación social. A partir del análisis del Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) y de las experiencias recopiladas en entrevistas y focus groups, se confirma que existe una necesidad urgente de materiales visuales accesibles que favorezcan la comprensión emocional y la empatía. En este sentido, el álbum ilustrado se consolidó como un formato ideal: su lenguaje gráfico universal, su narrativa visual y su potencia simbólica permiten traducir vivencias complejas en mensajes claros, sensibles y significativos.

El proceso metodológico, que integró el *Design Thinking* con el método sociológico, evidenció que el diseño no solo resuelve problemas estéticos, sino que también atiende dimensiones sociales, afectivas y culturales. Las decisiones cromáticas, la elección de personajes animales y la creación de una protagonista como Putzzi no son meros recursos visuales; representan estrategias pensadas para generar identificación, reducir estigma y abrir espacios de diálogo entre personas con TLP y sus allegados.

En conclusión, este proyecto demuestra que el diseño gráfico y digital puede trascender su función comunicativa y convertirse en una herramienta de acompañamiento, educación y transformación social. El álbum ilustrado no solo visibiliza el TLP, sino que contribuye a construir relaciones más empáticas y entornos más conscientes y accesibles.

Referencias

- American Psychiatric Association. (1980). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3ª ed., DSM-III). American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5®) (5ª ed.). Asociación Americana de Psiquiatría.
- American Psychological Association. (2023). APA dictionary of psychology. <https://dictionary.apa.org/friendship>
- Ballus, C., & Vicens, E. (2006). Trastorno límite de la personalidad (TLP). Quaderns de Salut Mental, 8. Consejo Asesor sobre Asistencia Psiquiátrica y Salud Mental. Generalitat de Catalunya, CatSalut. https://www.trastornolimite.com/images/stories/pdf/tlp_cast.pdf
- Choahan, A. (2018). Borderline personality disorder and family dynamics. Psychology Today.
- Choca, J. P. (1999). Interpretación del Inventario Clínico Multiaxial de Millon-II (MCMI-II). Paidós Ibérica.
- Cordellat, M. (2021). La terapia dialéctica conductual como apoyo al TLP. Revista de Psicoterapia.
- Díaz, J. (2021). Trastornos de la personalidad: Una revisión actualizada. Universidad de Valencia.
- Design Thinking. (2023). Guía de innovación centrada en el usuario. IDEO.
- Gobierno de México. Secretaría de Salud. (s. f.). Alrededor de 1.5 % de la población padece trastorno límite de la personalidad. <https://www.gob.mx/salud/prensa/270-alrededor-de-1-5-de-la-poblacion-padece-trastorno-limite-de-la-personalidad>
- Hayden-Evans, M., Milbourn, B., & Netto, J. (2018). Supporting carers of people with borderline personality disorder. Journal of Mental Health, 27(6), 1–8.

- Kernberg, O. (1967). Borderline personality organization. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 15(3), 641–685.
- Knight, R. P. (1953). Borderline states. *Psychiatric Quarterly*, 27(4), 833–848.
- María, A., López, R., & Sánchez, J. (2023). La influencia de las relaciones interpersonales en el bienestar. *Revista de Psicología Social*.
- Martín, L. (2023). El acompañamiento emocional en personas con TLP. *Revista Española de Psicología Clínica*.
- Miramontes, M. (2022). La importancia de la salud mental en la actualidad. Gobierno de México.
- Robles Valero, M. C. (2017). El estigma del trastorno límite de la personalidad [Proyecto de investigación de residentes, Unidad Docente del Hospital Clínico San Cecilio, Granada]. E-Archivo. <https://www.aeesme.org/wp-content/uploads/2017/04/Mar%C3%ADA-Del-Carmen-Robles-Valero-proyecto-residentes-premiado.pdf>
- Stern, A. (1938). Psychoanalytic investigation of and therapy in the border line group of neuroses. *The Psychoanalytic Quarterly*, 7(4), 467–489. <https://doi.org/10.1080/21674086.1938.11925367>
- Wikipedia. (2023, 11 de noviembre). Las reglas del método sociológico. En Wikipedia. https://es.wikipedia.org/wiki/Las_reglas_del_m%C3%A9todo_sociol%C3%B3gico