INSTITUTE FOR CHALLENGING DISORGANIZATION®
Education. Research. Strategies.

FACT SHEET INFO

¿Qué es la desorganización crónica?

La desorganización crónica (DC) es un tipo de desorganización que presenta tres características: persiste durante un largo periodo de tiempo, afecta con frecuencia la calidad de vida y reaparece a pesar de múltiples intentos de autoayuda. La desorganización crónica es un tema relacionado con la calidad de vida, no una condición médica ni de salud mental. La DC puede presentarse junto con desafíos de base neurológica o de las funciones ejecutivas, como TDAH, ansiedad, depresión, trastorno de acumulación, TEPT, lesión cerebral traumática, entre otros.

Algunas características comunes en personas afectadas por la desorganización crónica incluyen:

- Acumulación de grandes cantidades de pertenencias, papeles o archivos digitales
- Dificultad para decidir o para desprenderse de objetos
- Una amplia variedad de intereses y varios proyectos sin concluir
- Necesidad de recordatorios visuales para pasar a la acción
- Distracción frecuente o dificultad para mantener el enfoque
- Dificultades con la gestión del tiempo

Aunque algunas características relacionadas con la acumulación pueden presentarse en personas que experimentan desorganización crónica, no siempre están presentes. Además, la desorganización crónica no representa una progresión hacia un trastorno de acumulación.

Conducta de acumulación

La conducta de acumulación se caracteriza por guardar cosas en exceso, lo que genera una abundancia de objetos y dificultad para dejarlos ir. Aunque desechar puede resultar difícil, la relación con las pertenencias no alcanza el umbral clínico de un trastorno. La persona suele ser consciente del desorden y puede reconocerlo como una dificultad.

Trastorno de acumulación compulsiva (TAC)

El trastorno de acumulación compulsiva es un trastorno de salud mental caracterizado por la adquisición compulsiva de objetos y una dificultad persistente para desprenderse de las pertenencias, lo que provoca desorden y saturación en los espacios habitables y genera un malestar significativo para la persona. Con frecuencia, la persona tiene poca o ninguna conciencia de la situación y pueden coexistir otras condiciones junto con este trastorno complejo.

Suciedad doméstica severa

La suciedad doméstica severa se refiere a un espacio habitacional, no a una persona. Describe condiciones ambientales inseguras e insalubres que dan lugar a suciedad extrema, moho, infestación de plagas y deterioro estructural, y que pueden estar relacionadas con acumulación de animales, trastorno de acumulación o síndrome de Diógenes.

Síndrome de Diógenes

El síndrome de Diógenes se caracteriza por negligencia extrema en el autocuidado, aislamiento social y suciedad doméstica severa, a menudo (aunque no siempre) acompañado de conductas de acumulación.

Tal vez la desorganización crónica no desaparezca, pero puede hacerse más llevadera.

ICD® Hoja informativa – Qué es la desorganización crónica - © 2026 ICD®.
Esta hoja informativa puede reproducirse con fines educativos solamente; debe acreditarse el copyright.
Este y otros materiales informativos pueden obtenerse en el sitio web de ICD® challengingdisorganization.org.