

Fecha: 06-09-2022
 Medio: El Mercurio
 Supl.: El Mercurio - Cuerpo A
 Tipo: Ciencia y Tecnología
 Título: La angustia no es siempre negativa, pero es clave reconocer cuando se vuelve patológica y pedir ayuda

Pág.: 8
 Cm2: 581,1

Tiraje: 126.654
 Lectoría: 320.543
 Favorabilidad: ☐ No Definida

El psiquiatra Otto Dörr, Premio Nacional de Medicina 2018, dará una charla sobre el tema:

La angustia no es siempre negativa, pero es clave reconocer cuando se vuelve patológica y pedir ayuda

Este sentimiento ha acompañado a los humanos desde que tienen conciencia de la muerte. Pero si se trata de un estado recurrente e implica síntomas físicos, hay que consultar.

ANNA NADOR

“**D**ebe haber sido terrible la primera noche que el humano tomó conciencia de su condición mortal frente al firmamento y supo que se iba a morir”, dice Otto Dörr, refiriéndose a una frase similar del psiquiatra Juan José López-Ibor.

Según Dörr, profesor titular de Psiquiatría de la Universidad de Chile y director del Centro de Estudios sobre Fenomenología y Psiquiatría de la Universidad Diego Portales, ese fue el punto de origen de la angustia que ha acompañado a los humanos desde entonces.

De hecho, explica el psiquiatra, miembro de número de la Academia Chilena de Medicina y Premio Nacional de Medicina 2018, “la conciencia que tienen los humanos de la muerte es la fuente de toda angustia”.

La buena noticia es que “es una experiencia importantísima, porque fuera de haber acompañado al ser humano desde sus comienzos, permite a las personas volcarse hacia una vida auténtica, llevándolas a su realización plena, como ha sido descrito por el filósofo alemán Heidegger”, señala. Esto, “porque nada tendría sentido si fuéramos eternos”, precisa.

Similar a ansiedad

En términos generales, la angustia se define como miedo o temor sin un objeto determinado. Y la palabra se usa indistintamente a la ansiedad, aunque la ansiedad está más orientada hacia el futuro (un miedo por cosas que pueden ocurrir) y la angustia hacia el presente, acota Dörr.

Se trata del “mismo miedo que se puede tener frente a una amenaza real, por ejemplo, durante un robo”, pero se da “sin un objeto, cuando estoy solo en mi pieza y me viene esa crisis”, dice el especialista.

“Una persona con angustia tendrá sensaciones de miedo o terror y, en casos patológicos, manifestaciones somáticas, por ejemplo, falta de aire, transpiración, temblor, taquicardia”, puntualiza.

En esa línea, añade que existen distintos tipos de angustia, tema que abordará



Una persona con angustia patológica tendrá sensaciones de miedo y manifestaciones físicas como falta de aire, transpiración, taquicardia, entre otras.



“La muerte es la que le da sentido a la vida, pero además es la fuente de la angustia, porque el ser tiene una vocación de inmortalidad”, dice el psiquiatra Otto Dörr.

mañana en una charla de la Academia Chilena de Medicina.

Está la angustia normal, que se presenta en circunstancias especiales, y permite al sujeto meditar acerca de su existencia, saliendo renovado; y la angustia patológica, que se presenta de forma repetida y con síntomas físicos como la taquicardia.

En cuanto a esta última, hay diversas variedades, y está presente en casi todos los cuadros psiquiátricos, afirma el experto.

“La angustia psicótica, de la esquizofrenia, toma posesión de la persona sin motivo. También existe la angustia del depresivo, que está muy vinculada al sin sentido e incluso a la idea de desaparecer. O, por ejemplo, la angustia en personas que empiezan con demencia, por la desesperación de perder la memoria”, explica.

Asimismo, “existe la angustia del síndrome ansioso o angustioso, las personas que sufren de crisis de pánico que se

repite, o tienen un cierto nivel de angustia o ansiedad permanente, fundamentalmente producto del miedo a la muerte”, añade.

Para estos casos hay diferentes tratamientos, que incluyen fármacos y terapias. “Por ejemplo, hay ansiolíticos muy buenos, como las benzodiazepinas, para la angustia neurótica. Para la angustia psicótica hay antipsicóticos. La angustia que acompaña a los cuadros depresivos se empieza a mejorar mucho con los antidepresivos”, asegura.

Y si bien considera que el síndrome ansioso o angustioso no ha aumentado necesariamente en pandemia, sí lo han hecho los cuadros depresivos, dentro de los cuales la angustia es un síntoma.

Por ello recomienda acudir a un profesional, “cuando se repite muy frecuentemente la angustia y se acompaña de síntomas físicos como taquicardia, transpiración, temblor, insomnio”.

Inscripciones

La charla gratuita acerca de la angustia será mañana a las 11 horas y se realizará de forma virtual. Para inscripciones se debe mandar un e-mail a academiachilenamedicina@gmail.com.