

LA GACETILLA

«Las crisis de pareja son los casos más frecuentes en el Centro de la Mujer»

03.10.12 - 01:07 - ARIANA GARCÍA |

Diana Disavoia

Psicóloga en el Centro de la Mujer de Albacete

La psicóloga Diana Disavoia es la última ponente de las Jornadas sobre Síndrome Depresivo que estos días celebra la Asociación Lassus en la Diputación de Albacete. Hoy, en su conferencia 'Mujer: Pulso a la depresión', Disavoia abarcará temas como la feminidad de la mujer o algunos factores biológicos o culturales que desembocan en depresión. El acto comienza a las 19 horas.

- ¿Qué cuestiones va a plantear en su ponencia?

- Lo primero es que por cada hombre con depresión hay dos mujeres, hay el doble de casos en mujeres que en hombres. Algo que no tiene que ver con la biología sino que está relacionado con la manera en que las mujeres vivimos nuestra feminidad. Esto es un factor cultural y es el mayor factor de riesgo para la depresión, la manera en que las mujeres vivimos nuestra feminidad. Las mujeres somos educadas para cuidar de la familia, para estar disponible en las tareas, al cuidado de las personas que nos rodean. Y esas características nos hacen más vulnerables.

- ¿Hay otros factores que desembocan en depresión?

- Tenemos momentos clave en la vida de la mujer como pueden ser la menopausia, el nido vacío o la depresión postparto, situaciones que muchas veces son crisis vitales, y a veces pueden desencadenar un proceso de depresión. Pero estos son estados de ánimo transitorios. Además, las mujeres somos educadas en una concepción del amor romántico, y cuando las expectativas de mantener unida la familia, de mantener la pareja o de cuidarla se rompen porque hay una separación o una crisis, las mujeres se sienten como si hubieran fracasado ellas en lo personal, se sienten responsables de este fracaso. También se ha valorado mucho en las mujeres la belleza, juventud y cuando esas características van desapareciendo, la mujer siente que sus valores son menores.

- ¿La menopausia posiblemente sea uno de los estados que más preocupan a las mujeres?

- Sí, no cabe ninguna duda de que el síndrome premenstrual, la depresión postparto y la menopausia tienen mucho que ver con la biología, se produce una alteración hormonal muy importante y desencadenan un pequeño desequilibrio, pero es importante que vivamos estas situaciones como normales porque no son una enfermedad. Muchas veces estos estados transitorios del estado de ánimo son muy medicalizadas, se tratan con antidepresivos como si fueran enfermedades pero es muy importante que la mujer lo viva como una molestia, puede ser algo más o menos molesto, pero es algo que se supera, que no debe impedirnos llevar una vida normal.

- ¿Cuáles son los casos que más atienden en el Centro de la Mujer de Albacete?

- Las crisis de pareja, los problemas de pareja, las separaciones, eso es lo que más vemos aquí en el Centro. Estas crisis también pueden desencadenar un estado de depresión latente, normalmente son situaciones que pasan, que se superan, que pueden durar un tiempo, según si la separación es más o menos traumática, pero en general son situaciones que se superan.

- ¿Abarcará otro tema en su conferencia?

- Sí, también es importante tener en cuenta las depresiones encubiertas porque a veces hay una serie de síntomas que no somos conscientes que lo que subyace es una depresión como puede ser la bulimia, el comer o comprar compulsivamente, algo bastante típico en las mujeres, la adicción a los medicamentos, porque a veces el médico prescribe un medicamento y la mujer se aferra a estos psicofármacos y crea una dependencia, y esta adicción a los medicamentos muchas veces encubre los problemas en la vida de la pareja, mal humor, indiferencia, dificultades sexuales, y muchas veces aparecen síntomas físicos. Hay un caso que voy a mencionar que se llama mujeres al volante.

- ¿Quiénes son las mujeres al volante?

- Son aquellas mujeres que acuden al médico de cabecera con algún malestar indefinido y el médico le da un volante para un especialista, al cabo del tiempo vuelve con otro malestar y el médico le da otro volante para otro especialista, y son lo que llamamos las mujeres al volante porque van recorriendo especialistas y nadie les encuentra nada. Y es un malestar del ánimo pero que afecta al malestar físico con síntomas como insomnios o sensación de cansancio crónico. También hablaré de la diferencia del sexo y el género.

TAGS RELACIONADOS

crisis, pareja, casos, frecuentes, centro, mujer