12/12/08

Prensa: Diaria

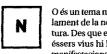
Tirada: 6.488 Ejemplares Difusión: 5.298 Ejemplares



Página: 14

Sección: OPINIÓN Documento: 1/1 Cód: 25109532

## Angoixa: cosa d'avui?



lament de la nostra cultura. Des que existeixen éssers vius hi ha hagut manifestacions d'angoi-

xa, ja que es tracta senzillament del mal funcionament dels mecanismes d'alarma i resposta davant d'una ame-

Però l'angoixa humana és més complexa: 1) podem anticipar el perills i, per tant, ser també massa patidors; 2) podem reaccionar físicament, o sigui patir repercussions somàtiques exagerades, com per exemple ofec persistent, dolors, marejos, etc.; 3) podem reaccionar mentalment, o sigui tenir pensaments simples catastròfics i d'estar en guerra o "al límit"; 4) podem reaccionar emocionalment, o sigui que podem arribar a sentir sensacions de pànic intens, com passa en les crisis d'angoixa, i 5) podem generar pors, que finalment ens fan allunyar de possibles riscos, però també ens poden apartar d'estímuls quoticions o fins i tot parlar en públic.

Heus aquí les principals manifestacions dels trastorns d'angoixa, el grup de malalties mentals més frequent. que en conjunt afecten el 15 % de la població. Quasi sempre n'hi ha més d'una: qui té atacs d'angoixa, sovint també té fobies a espais o a transports o a multituds. I encara que les fobies aïliades, com les alçades, alguns transports com l'avió, por al fracàs i al ridícul, són les més frequents, també ho és l'angoixa generalitzada cronica, és a dir la persona patidora que a més té manifestacions somàtiques com vertigen, dificultats digestives o urinàries, dolors musculars, etcètera.

Avui sabem que les malalties d'angoixa són trastorns que poden arribar a considerable gravetat i produir força malestar i seqüeles en diferents àm-bits i en la qualitat de vida. Més de la meitat també patiran trastorns depressius generalment uns anys després d'aparèixer els d'angoixa. També s'han fet avenços significatius en les bases genètiques i fisiopatològiques; és curiós que els pacients afectats de trastorns d'angoixa pateixen significativament més sovint d'algunes malalties somàtiques com la hiperlaxitud articular, còlon irritable, hipotiroïdis-

No hi ha dubte que en les manifes-

El diagnòstic de les malalties d'angoixa triga molt temps a produirse, de vegades, més de cinc anys tacions d'angoixa hi ha moltes dimensions psicològiques i psicodinàmiques que s'han d'entendre, perso-nalitzar i tractar, però per altra banda cal saber també que són malalties molt físiques o somàtiques

No és estrany que fins al segle XIX aquestes malalties no estiguessin en el camp de la psiquiatria, sinó esparses en moltes especialitats. Aquestes "disfresses" de malaltia somàtica o de depressió, a més de la lògica tendència a amagar-se que produeix qualsevol experiència d'angoixa o de por, fan que el diagnòstic de les malalties d'angoixa trigui molt de temps a produirse, de vegades més de cinc anys. Aquesta xifra arriba a disset anys en el cas d'un trastorn molt particular del grup: el trastorn obsessiu compulsiu, que pot arribar a afectar el 2% de la població. La persona pateix pensaments repetitius, imatges, impulsos o accions com rentar-se, comprovar, comptar, repetir, ordenar i fer rituals. Encara que pot arribar a ser molt invalidant, qui ho pateix tracta d'amagar-ho, ja que s'adona que allò que li passa i no pot evitar és absurd i ridícul. Per tot això hem de convertir en natural i senzill, o més exactament cal treure la por a parlar, comentar, compartir, identificar, tractar, guarir, acompanyar i superar les malalties d'angoixa.

I, enguany, La Marató de TV3 esdevindrà una plataforma immiliorable des d'on poder obrir al món el testimoniatge de les persones que pateixen d'angoixa crònica i TOC, a més de potenciar la recerca biomèdica sobre aquestes malalties a través dels milers de donatius solidaris que els ciutadans, de manera anònima, faran a aquest programa de la Televisió de Ca-

Dr. Antoni Bulbena Vilarrasa. Assessor de La Marató de TV3 de 2008 Director Institut Atenció Psiquiàtrica. IMAS. Hospital del Mar. Catedràtic de Psiquiatria. Universitat Autònoma Barcelona