

Lunes, 8 de noviembre de 2004



Webmail



Alertas



Envío de titulares



Pá

[PORTADA](#) | [ACTUALIDAD](#) | [ECONOMÍA](#) | [DEPORTES](#) | [OCIO](#) | [TUS ANUNCIOS](#) | [SERVICIOS](#) | [CENTRO COMI](#)
[SECCIONES][Local](#)[Costa](#)[Provincia](#)[Andalucía](#)[Opinión](#)[España](#)[Mundo](#)[Vivir](#)[Televisión](#)[Titulares del día](#)[Especiales](#)**[SUPLEMENTOS]**[Expectativas](#)[Llave Maestra](#)**[CANALES]**[Agricultura](#)[Atramentum](#)[Bolsa Directa](#)[Cibernauta](#)[Ciclismo](#)[Cine Ideal](#)[Descargas](#)[Entrevistas](#)[Esquí](#)[Formación](#)[Infantil](#)[IndyRock](#)[Legal](#)[Libros](#)[Lorca](#)[Meteorología](#)[Motor](#)[Mujer Hoy](#)[Planet Fútbol](#)[Reportajes](#)[Televisión](#)[Todotrabajo](#)[Vehículos de Ocasión](#)[Viajes](#)[Waste Ecología](#)**[PARTICIPA]****VIVIR**

MANUEL GURPEGUI PSIQUIATRA

«Lo más eficaz es tomar fármacos y hacer psicoterapia»

Á. P./GRANADA

Manuel Gurpegui es profesor de Psiquiatría en la Universidad de Granada y recomienda para la cura de la ansiedad un tratamiento farmacológico junto a una psicoterapia cognitivo-conductual (cambiar los hábitos). «No me parece correcto dar la medicación a pelo sin más», señala; aunque deja claro que una vez que el paciente se encuentra bien es necesario seguir medicándolo un tiempo. «La ansiedad conlleva cambios en el organismo. Debemos estabilizar el sistema nervioso y si quitamos la medicación enseguida pueda ser que volvamos a lo anterior», explica.

-¿Cuál es la causa de la ansiedad?

-Hay una causa única, y hay diferentes elementos que dan lugar al trastorno. Está comprobada cierta predisposición genética, pero no es tan fuerte como heredar ser rubio o moreno. Luego influyen ciertas experiencias de la vida desde la infancia. El que uno adquiera un sentimiento de mayor seguridad a lo largo de la vida protege frente a la respuesta ante el peligro en general. Y esto es la ansiedad, una respuesta real o imaginaria ante el peligro.

-¿Hay personas más propensas a la ansiedad?

-La gente con ansiedad tiene ciertas características de la personalidad. Tiene una manera de reaccionar más temperamentalmente, con mayor reactividad ante señales de peligro. Se activa mucho más su organismo y hace que se presenten los síntomas.

-¿Tiene cura?

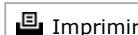
-Pues sí, se corrige en muchas ocasiones. La propensión que uno tiene a ser más ansioso o menos lo lleva uno consigo. Pero hay intervenciones tanto farmacológicas como psicoterápicas para acabar con la ansiedad. Hay situaciones externas - trabajo, conflictos familiares...-que hacen que a la persona 'le suba la adrenalina' como se dice popularmente. Cuando mejoran los problemas puede volver a la normalidad. Hay que manejar y ayudar a la gente a ser más eficaces en la respuesta ante el entorno; esto reduce la ansiedad y hace que corrijamos el salto de la ansiedad normal a la patológica.

-¿Dónde está el límite entre tomar medicamentos o sólo intentar cambiar los hábitos de conducta con un psicólogo?

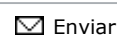
-Ese enfoque no es correcto desde mi punto de vista. No hay un salto para empezar a tratarse farmacológicamente. Hacer ambos tratamientos simultáneamente aumenta la eficacia y reduce el tiempo para conseguir que el paciente se normalice. No es que los leves sean para psicoterapia y los graves para farmacoterapia. Tal



Manuel Gurpegui. / IDEAL



Imprimir



Enviar

BUS**IDE**[Hoy](#)[Hem](#)**INT**[Albe](#)[Cate](#)

Foros

Chat

Amistad

vez habrá algunos casos que por ser muy leves no necesiten farmacoterapia, pero en general yo creo que es preferible usar todos los recursos disponibles.

Enlaces Patrocinados

[Centro Manuel Escudero](#)

Consulta y tratamiento psicoterapia psiquiatría y psicología en Madrid .
www.manuelescudero.com

[ES@N - Psicólogos](#)

Supera la Ansiedad y Controla el Estrés. 902 99 89 31 - 24 horas. .
www.estresyansiedad.com

[Atención Psicológica](#)

Terapia Cognitivo-Conductual Social para Adultos, Adolescentes y Niños .
www.psicomaster.com

[Clínica Ludor](#)

Trastornos del sueño, ansiedad depresión y estrés .
www.clinicaludor.com

Subir

© Ideal Comunicación Digital SL Unipersonal

CIF B18553883

Registro Mercantil de Granada Tomo 924 Libro 0 Folio 64 Sección 8 Hoja GR17840

C/ Huelva 2, Polígono de ASEGRA

18210 Peligros (Granada)

Tfno: 958 809 809

Contactar / Mapa web / Aviso legal / Publicidad/ Política de privacidad / Master de Periodismo / Club Lector 10 / Visitas a Ideal



Power