

## Entre el 15 y el 20% de la población padece hipocondría

Es una enfermedad que no siempre se diagnostica como tal y que provoca graves trastornos en el paciente y su entorno



**“Es una enfermedad cruel, por eso me da rabia cuando llega un paciente a la consulta del psiquiatra después de que otro médico le ha dicho que no le pasa nada. ¡Es hipocondríaco! ¿Le parece poco?”**. El doctor Josep Maria Farré es jefe de Psiquiatría en el Instituto Universitario Dexeus y una de las personas que más tiempo ha dedicado en España a estudiar la hipocondría. Asegura que es una enfermedad que se ha diagnosticado poco y mal, pero que se están dando pasos para enmendarlo. “Trabajamos con médicos de cabecera para que aprendan a detectar la enfermedad porque un hipocondríaco no es una persona aprensiva sin más, es una persona enferma que necesita tratamiento”, explica a La Vanguardia digital el doctor Farré.

Precisamente ha sido en los Servicios de Atención Primaria donde un grupo de especialistas ha recabado la información que determina que hasta **nueve de cada cien pacientes que va al ambulatorio presenta síntomas de hipocondría**. Los resultados aparecen publicados en un trabajo colectivo “Recomendaciones Terapéuticas en los Trastornos Mentales” (Editorial CYESAN), que extrapola los casos detectados en las consultas de los médicos de familia a la población general y determina que alrededor del 20% de la población padecería este mal.

**“Son obsesivos**, están pendientes excesivamente de su cuerpo y por cualquier alteración que éste presente”, explica Josep Maria Farré, que informa de que hay una tendencia a hablar

de esta enfermedad como “ansiedad por la salud”, término que ya se recoge en las citadas recomendaciones y que abarca manifestaciones de la enfermedad en todos sus grados.

Solo un 35% de los casos tiene un origen genético

El Institut Dexeus cuenta con una unidad que estudia esta enfermedad e intenta ahondar en sus causas y en las similitudes que presentan los pacientes que la padecen. **Solo un 35% de los casos tiene un origen genético y parece que el hecho de haber sido un niño enfermizo, haber perdido un familiar por una enfermedad o haber sufrido un episodio traumático relacionado con la salud pueden ser algunas de las causas que desarrollan la hipocondría. “Suele aparecer entre los 20 y los 30 años y lo que sí se ha comprobado es que todos los hipocondríacos tienen una mayor sensibilidad corporal: oyen mejor, les duele más un golpe... son más conscientes de su cuerpo”**, explica Josep Maria Farré.

En cuanto a la prevalencia por sexos, un estudio de los doctores Rafael Fernández y Concepción Fernández publicado en el número 101 de “Cuadernos de Medicina Psicosomática” y centrado en las experiencias infantiles de los hipocondríacos, no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres, aunque los varones representen un número ligeramente superior de casos. Generalmente, tal como indica el artículo, suele empezar con una experiencia previa que marca el inicio de la enfermedad. Se ven un lunar, un bulto o sienten un dolor leve que interpretan de manera errónea, siempre de una forma negativa y fatalista, y se obsesionan con él.

Aunque no es infrecuente oírle decir a alguien en tono divertido que es hipocondríaco, lo cierto es que serlo no tiene nada de divertido. “Más bien tratan de ocultar lo que les pasa”, explica el psiquiatra que trata numerosos casos en su consulta. Entre sus pacientes, destaca el de un joven que se hace pruebas del sida constantemente, que cree tener cáncer en todas las partes de su cuerpo y que se hace pruebas de marcadores genéticos para determinar si podría padecerlo. **“Estas personas llegan a pasar esos miedos a sus hijos”, explica el experto que asegura que la mejor terapia es exponer al enfermo a sus temores. No seguirles la corriente**

**Para empezar, la familia debe estar al tanto de su tratamiento y cuando el paciente pregunte por cualquier cuestión relacionada con su salud, no contestar. “Ellos buscan seguridad, que los tranquilicen y aunque pueda resultar cruel, no hay que hacerlo”, dice el psiquiatra en relación a cómo hay que tratar a unas personas que deben medicarse y que se exponen a padecer depresión en un gran número de casos.**

**Aunque tienen rasgos en común, el comportamiento frente a los médicos puede variar considerablemente. Los hay que practican el ‘doctor shopping’ que no es más que la visita continuada a multitud de médicos para obtener diagnósticos que siempre consideran erróneos. Pero también los hay que evitan ir a la consulta por temor a que les digan que padecen una enfermedad dolorosa y mortal.**

Lo que ven en internet y las noticias les afectan de una manera considerable: “Cuando pasó lo de la gripe aviar, muchos pensaban que se habían contagiado. Y lo mismo había sucedido antes con el sida”, dice el doctor que al preguntarle por los grupos de riesgo no duda en apuntar a sus propios colegas. **“Yo trato a algún médico hipocondríaco y en nuestro caso aún es peor porque nosotros sí que tenemos información médica veraz y fiable”.**

24/08/2012 - La Vanguardia/ Silvia Cruz