



**JEANNETTE RUIZ GOIKOTXETA**

Monasterio de la Oliva 9-1º Of. 6 (Edif. telefónica en San Juan)

31011 Pamplona | [psicologia@ederki.net](mailto:psicologia@ederki.net) | 948 27 13 80

## ➤ FOBIA ESPECÍFICA

La **fobia** es una reacción de miedo desproporcionado ante la presentación o anticipación de estímulos o situaciones concretas. Mientras que el miedo es una respuesta innata y adaptativa, ante un peligro real, la **fobia** es aprendida normalmente a raíz de algún acontecimiento pasado, sin que el objeto causante del miedo suponga un peligro real.

A animales o insectos: arañas, pájaros, ratones...

A estímulos relacionados con la enfermedad: sangre, inyecciones, heridas, dolor...

A transportes públicos: avión, metro, túneles, puentes, coches...

A situaciones concretas: entrar en un ascensor, en un cajero...

Existen también **fobias simples** relacionadas con el miedo al ahogamiento, al vómito, al contagio de enfermedades, al polvo, etc.

## ➤ HIPOCONDRIA Y FOBIA A LA ENFERMEDAD

Miedo desmesurado a tener una enfermedad grave como cáncer, SIDA o un tumor cerebral.

Cualquier persona que demuestre una excesiva preocupación por su salud, tratando de ver en cada signo o síntoma corporal el final de su vida, si se acerca a la obra de Moliere "El enfermo imaginario", se verá reflejado.

La constante verificación de sus síntomas, así como la incesante búsqueda de reafirmación por parte de los médicos (e internet), de que, se encuentra sano, le sume en una enfermedad obsesiva sobre sus síntomas cambiantes, que ni tan siquiera los médicos le saben detectar. Este problema, más frecuente de lo que se piensa, requiere una intervención profesional casi siempre de fondo psicoterapéutico.