

## Verónica Guillén

PSICÓLOGA ■■■■■■■■

### «El 90% de compradores compulsivos son mujeres»

La Navidad es una época de especial riesgo para los compradores compulsivos porque, durante las fiestas, se abre la veda para adquirir un sinnúmero de regalos y la televisión no cesa de bombardear con productos apetecibles. ¿Cuáles es el perfil del comprador compulsivo?

Una persona insatisfecha consigo misma, con un vacío que llena con la dopamina (sustancia que está en el cerebro) que genera la adrenalina de planear las compras y comprar. El 90% de los afectados son mujeres y se da más



REBECA ARGUDO

**BIO** Nació en Valencia hace 31 años. Licenciada en Psicología. Coordinadora del centro Previ (hay dos en Valencia y uno en Castellón).

en los jóvenes (47 por cada 33 adultos).

**Si lo fuera, ¿cómo lo sabría?** Cuando empiezas a notar falta de control o a acumular deudas. Cualquiera puede ir a por una falda y volver a casa con tres prendas más, pero los compulsivos necesitan comprar cíclicamente. Sienten euforia al comprar y tristeza cuando ya lo han hecho. **¿Qué artículos adquieren?** Depende de si es hombre o mujer les da por una cosa, pero suelen adquirir artículos relacionados con la apariencia física, como ropa, que luego ni usan o devuelven.

**¿En qué consiste la terapia?** Primero les enseñamos técnicas de control y luego viene la fase de exposición a situaciones de riesgo, es decir, el paciente va a comprar acompañado y con dinero para aprender a no responder como antes lo hacía ante las compras. El tratamiento dura entre cinco y diez sesiones (lo normal son cinco) y no es un problema difícil de superar. **M. FERNÁNDEZ**