



Adictas a las compras: del placer al descontrol

Descripción



Compras compulsivas, qué hacer para evitarlas

No es raro que se asocie la felicidad con el consumo. Sobre todo en estos tiempos en que los medios de comunicación y la masiva publicidad nos acorralan con sus mensajes. Para las mujeres, el llamado “síndrome de la compradora compulsiva” no solo trae complicaciones

monetarias, sino también serios problemas en el plano social y afectivo. ¿Cómo reconocer los síntomas y como evitarlos?

Por Débora Huentrul

dhuentrul@todonoticias.cl

[Follow @HsDbora](#)

En el bus, en las calles, en los diarios, en internet, en revistas, en televisión..., por todas partes nos llegan anuncios sobre el producto de moda, el celular del momento o esos descuentos irrepetibles que no te puedes perder. Estamos constantemente invadidos por el espectro del consumo. Un espectro invisible y omnipresente del que difícilmente podemos escapar.

Y en un una sociedad frenética y acomplexada, donde abundan las carencias de todo tipo, muchos acuden al consumo como un catalizador del estrés. Esto no es tan malo cuando se saben reconocer los límites. Sin embargo, muchas veces la cosa puede irse de las manos y acabar generando lo que comúnmente se conoce como “El síndrome del comprador compulsivo” o, en términos científicos, *oniomanía*.

Contrariamente a lo que se cree, este problema afecta tanto a hombres como mujeres por igual. En el caso de los hombres, quiénes padecen de este síndrome suelen gastarse el dinero en productos tecnológicos o durante las salidas nocturnas con los amigos.

Para las mujeres, el universo de productos suele ser mucho más amplio: desde una compra constante de zapatos y ropa hasta artículos en oferta que difícilmente necesitan. Y es que 9 de cada 10 compradores compulsivos serían mujeres.

Numerosos estudios han dictaminado que al menos una de cada 20 mujeres sufre de algún grado de oniomanía, proliferando en países de Europa y Norteamérica. En la actualidad, los psicólogos le dan cada vez más importancia a este problema, argumentando que la oniomanía se manifiesta especialmente en personas que sufren de ansiedad, carencias afectivas o frustración laboral y amorosa.

“El problema es que cuando una persona no puede dejar de comprar, no solo afecta su situación económica, sino también la afectiva y la laboral” explica Leslie Santana, psicóloga egresada de la Universidad de Concepción. “Si ya tenían problemas antes, la situación empeora cuando la persona empieza a comprar y a comprar sin parar. Lo hacen para llenar un vacío, pero sucede que, tras comprar determinado objeto, al rato vuelven a sentir ese vacío. Pierden el control sobre sí mismas”

En los casos más extremos, las compradoras compulsivas dejan de notar esa sensación placentera que les proveía la compra de un producto y entonces empiezan a comprar por simple inercia; porque no pueden evitarlo. Muchas han perdido a sus familias y amigos. Muchas han dejado de sentir felicidad ante nada más que su adicción por las compras. En estos casos, la afectada difícilmente puede superar su problema sin la ayuda de un especialista.

La psiquiatría explica que el síndrome surge sobre todo en personas con mucha ansiedad, que se sienten solas o incompletas. En el último siglo, donde la tecnología ha pasado a reemplazar gran parte de las funciones que antes realizaban las personas, el monstruo de la publicidad y el consumo controlan los hilos de una parte nada despreciable de la sociedad. La gente se siente frustrada y cada

vez menos satisfecha. Cosas que antes proporcionaban placer, hoy pasan desapercibidas tras la sombra del materialismo.

En un panorama como este, muchos han relacionado la felicidad con la obtención de un objeto; de algo tangible. Las emociones, las sensaciones felices y placenteras se han materializado en “cosas”. Y cuando la vida de las personas empiezan a girar en torno a estas “cosas”, es cuando se genera la adicción incontrolable que, si no se detecta a tiempo, puede culminar en la ruina y la destrucción de una vida.

“No sé por qué compraba: simplemente no podía parar”

Tamara Fonseca estaba estudiando pedagogía en historia cuando empezó a trabajar por primera vez, en una tienda Ripley durante los fines de semana. Era la mayor de sus hermanas y siempre se había destacado por ser una joven madura, responsable. Sus padres nunca le habían comprado todo lo que quería y recibía una mesada semanal que debía hacer durar para sus gastos personales.

Sin embargo, tras recibir su primer sueldo, Tamara recorrió compulsivamente las tiendas de Santiago centro y se compró cada cosa que vio y le gustó. En unas pocas horas, el dinero que había ganado ya no existía. Tamara llegó a casa cargada de bolsas con ropa, anillos, pulseras y chucherías. Ese fue el punto de partida.

“El verdadero problema comenzó cuando mi viejo empezó a pasarme el dinero que debía cancelar mensualmente en la Universidad para ir pagando mis estudios” cuenta Tamara. “Como trabajaba, pensé que no tendría nada de malo que me gastara una parte de él, si total luego podría reponerlo. El caso es que pasaron ocho meses y, a fin de año, me había gastado todo el dinero destinado a mis estudios de pedagogía, incluido el que ganaba en la tienda. Tuve que pedir un préstamo en el banco para poder pagar la universidad sin que mis viejos se enteraran. El problema es que acabaron enterándose igual y ahora, con los intereses, debo el doble: más de 1 millón de pesos”

La compleja situación de Tamara la viven muchas jóvenes estudiantes. Algunas que, dejándose llevar por el atractivo de una tarjeta de crédito ofrecida sin mucha ética por las tiendas comerciales, han visto como su nombre enfila la extensa lista de los deudores. Es un problema serio, ya que empieza a una edad en la que recién están aprendiendo a conocer realmente como es el mundo.

“Me caí de lleno, por así decirlo, contra el muro de la realidad” admite Tamara “Ya ni siquiera sé por qué compraba: simplemente no podía parar. Y cuando me di cuenta de que la había cagado, estaba con las deudas hasta el cuello. Ahora, por suerte, me la pienso bien antes de gastarme un peso. Ha sido terrible”.

El caso de Tamara lo viven muchas mujeres que, intentando encontrar un escape a sus frustraciones personales, han convertido su adicción a las compras en el centro de su mundo. Esto ocurre sobre todo en las ciudades grandes, donde el estrés colectivo y la amplia variedad de ofertas se convierten en factores determinantes.

“Yo les recomiendo a mis pacientes que hagan deporte, que salgan a caminar sin dinero en los bolsillos y que encuentren un hobby. Algo que les apasione” señala la psicóloga Leslie Santana “Muchas veces las afectadas albergan sentimientos de culpa tras la compra de un producto. Saben que no los necesitan, pero como suele ocurrir en todos los casos de adicciones, esta culpa la alivian

con la compra de un nuevo producto. Es un círculo vicioso. Y la única forma de superarlo es admitiéndolo y pidiendo ayuda a sus cercanos”.

En cine ya existe una película que habla sobre este problema. Es “Diario de una compradora compulsiva”, una divertida película en la que una joven periodista debe lidiar con altas deudas por culpa de su adicción incontrolable a las compras. Recomendada especialmente para quienes reconozcan alguno de los síntomas de esta adicción.

Fecha de creación

julio 2020