

LOS MIEDOS

El miedo, por definición, es la sensación de angustia provocada por la presencia de un peligro real o imaginario. Todo el mundo, en un momento u otro, ha sentido miedo, y hoy nosotros preguntaremos como lo han afrontado.

Eva, 35 años. (Acrofobia)

- **¿Cuál es su mayor miedo? ¿Por qué?**

E: Mi mayor miedo es posible que sean las alturas. No sé, siempre he tenido ese miedo. Me provoca una sensación de incomodidad y de desasosiego la idea de estar tan alto.

- **¿Has pensado alguna vez en cómo afrontarlo? ¿De qué manera?**

E: Planteármelo muchas veces, ponerme a ello no tantas. Si que muchas veces he pensado hacer escalada o algo por el estilo para llevarme un poco al límite, pero nunca paso a la acción.

- **Y para acabar, ¿crees que el miedo es algo irracional?**

E: No. Es algo que nos hace sentir vivos, y algo que nos supone un reto.



Manuel, 67 años. (Atazagorafobia)

- **¿Tiene usted algún miedo? ¿Cuál es?**

M: A medida que te vas haciendo mayor, empiezas a dar mucha más importancia a lo que recuerdas, y a mí me da mucho miedo olvidar a la gente que quiero y lo que he vivido con ellos.

- **¿Crees que todo en la vida debe ser recordado?**

M: Creo que lo que de verdad recordamos es lo que nos ha formado como personas, y olvidar algo de eso sería como olvidar una parte de ti. Y eso sí que da miedo.

- **¿Crees que los miedos son algo de lo que avergonzarse?**

M: No, y nunca hay que avergonzarse de algo así.

Álvaro, 16 años. (Síndrome de Peter Pan)

- **¿Qué te da miedo?**

Á: A ver, no sé si es un miedo, pero la idea esa de madurar, pagar hipotecas e impuestos, ir a trabajar... me tira un poco para atrás la verdad.

- **¿Entonces no quieres hacerte mayor?**

Á: Bueno sí, pero no quiero una vida monótona y aburrida. Yo no quiero dedicar la mitad de mi vida a poner cara triste.

¿No pensáis como yo?

- **Pero viendo que es inevitable, ¿no vas a hacer algo para que el crecer no te resulte una idea tan absurda?**

Á: Pues primero de todo, no quedarme “apalancao” en un sitio, y disfrutar la juventud.



Alicia, 9 años. (Nictofobia)

- **¿Qué te da miedo?**

A: No sé. Cuando estoy por la noche en la habitación y los vecinos hacen ruido, porque digo “que ha pasado.”

- **¿Crees que podrías superar ese miedo? ¿Cómo?**

A: Pues diciéndoles que se callen, o ignorándoles (se ríe adorablemente).

- **¿Crees que de mayor seguirás teniendo ese miedo?**

A: Supongo que no. No conozco a muchas personas mayores que tengan miedo a eso.

Diego, 24 años. (Atiquifobia)

- **¿A que le tienes miedo?**

D: Supongo que me da miedo el fracaso.

- **¿A qué se debe ese miedo?**

D: Pues ahora que he terminado la carrera me doy cuenta de que si no empiezo a centrarme podría acabar en un lugar bastante malo.

- **¿Crees que es en parte debido a la presión de hacerse mayor?**

D: Sí porque nadie te prepara para lo que pasa después de terminar, y te encuentras con un título en frente de mucha incertidumbre.

