www.telecinco.es
Fecha Publicación: jueves, 24 de noviembre de 2022
Páginas: 3
Valor Publicitario: 4720,25 €
V. Únicos: 439759

La oniomanía o el síndrome del comprador compulsivo: adicción y enfermedad

- Este síndrome lleva a la gente que lo sufre a buscar placer y alegría moméntanea en las compras llegando a robar o pedir créditos para seguir comprando

Oniomanía o comprar compulsivamente

oniomania | qué | es | sindrome | comprador | compulsivo | trastorno conducta

https://www.telecinco.es/informativos/ciencia/20221124/oniomania-que-es-sindrome-comprador-compulsivo-tr...

Zoe Armenteros

Jueves, 24 noviembre 2022

Comprar es de las cosas que **hacemos a diario** , sobre todo cuando hay rebajas o iniciativas comerciales como el Black Friday. Sin embargo, cuando ya comprar se nos va de las manos y lo hacemos sin tener dinero, aunque signifique la ruina, o se **robe o se pidan préstamos** para seguir en una especie de 'borrachera' de felicidad, entonces, ya estaríamos hablando de la **oniomanía.** Un **trastorno de la conducta** que provoca las **compras compulsivas sin control.**

No había la **publicidad apabullante** , que nos acompaña y sepulta en nuestra vida cotidiana, cuando **Emil Kraepelin** y **Eugen Bleuler** usaron en 1924 por primera vez el término de **oniomanía** para denominar lo que describieron como "el **desorden de los compradores compulsivos".**

La **oniomanía** es un **síndrome** recogido por los psicólogos que lo definen como el **deseo irreprimible** de **comprar de forma compulsiva** con una percepción de **placer y malestar** para los **miles de personas** que lo sufren en el mundo.

Los especialistas lo enmarcan dentro de los **trastornos del control de los impulsos** con características muy similares al de otras **conductas adictivas,** como la **ludopatía** o la **cleptomanía** . La persona afectada tiene la misma sensación de **euforia** que produce cuando se compra o el de un cleptómano que roba algo, **un ludópata juega** o un adicto a las drogas las toma.

www.telecinco.es
Fecha Publicación: jueves, 24 de noviembre de 2022
Páginas: 3
Valor Publicitario: 4720,25 €
V. Únicos: 439759

Comprar es agradable y tiene efectos para nuestro cerebro. Las **compras en general** pueden producir dopamina – un **neurotransmisor** encargado de generar **placer** – que hace que tras la compra se experimente una sensación de felicidad. El problema es que tras este **refuerzo que es la** compra el **cerebro se acostumbra** y quiere más . Así es cómo nos "enganchamos" en una especie de círculo.

Las personas que sufren de **oniomanía** tienen la **necesidad incontrolable de comprar,** aunque para ello tengan que **gastar** mucho **más dinero** del que pueden poniendo en riesgo su economía o llegando incluso a robar a sus familiares o a pedir préstamos con graves **consecuencias laborales, sociales y familiares** .

Este síndrome de compra compulsiva está vinculado a problemas de **estrés, trastornos de personalidad o baja autoestima** , lo que lleva a estas personas a consumir para evadirse y **ser felices,** aunque sea de forma momentánea. En una primera fase hay un sentimiento predominante de **euforia y placer,** y poco a poco a medida que empeora la situación, la persona se va **aislando socialmente** y se exacerba el **sentimiento de culpa** .

La oniomanía no tiene edad, ni sexo, porque lo pueden sufrir por igual hombres, mujeres, pero los expertos hablan de una predisposición en personas más jóvenes, según un reciente estudio de la UE. Son los **adolescentes y jóvenes** , los más vulnerables a este síndrome debido a que están más predispuestos a aceptar como válidos las **propuestas del consumismo.**

En general, las **mujeres** que padecen este **trastorno de la conducta** tienden a realizar **compras compulsivas** en relación a la **ropa, zapatos, maquillaje,** complementos, mientras que los hombres son más proclives a adquirir aparatos electrónicos, nuevas tecnologías, artículos y ropa de deporte,. También es muy común que las personas que sufren oniomanía gasten en productos de marcas caras y muchas veces se justifiquen ante los demás y ante sí mismo de que estaban en oferta.

-Planifica tu compra y si es necesario haz una lista para evitar gastos de última hora que no necesitas

-. Si estás triste o alterado por alguna circunstancia no vayas de compras

-Ve acompañado de algún amigo o amiga, pareja o familiar a comprar

-Antes de ir de compras algo, piensa si realmente lo necesitas o se trata de un capricho.

El tratamiento para **curar la oniomanía** suele ser largo y complejo y comienza cuando la persona afectada reconoce el problema. El **tratamiento más eficaz** contra el trastorno de compras compulsivas es una **combinación de terapia psicológica y psiquiátrica** .

La más común es la **terapia psicológica cognitivo - conductual** destinada a cambiar los **patrones de comportamiento** de la persona afectada. El especialista buscará analizar y detectar qué lleva al paciente a actuar de una determinada manera y le dará las herramientas, para gestionar las conductas no deseadas

Los psicólogos tratará de lograr que las personas con oniomanía aprendan a **gestionar su ansiedad para que este estado no lo lleve a comprar compulsivamente** . También, como en el caso de las

www.telecinco.es
Fecha Publicación: jueves, 24 de noviembre de 2022
Páginas: 3
Valor Publicitario: 4720,25 €
V. Únicos: 439759

adicciones , son muy eficaces las terapias grupales, donde se comparte la propia experiencia con sujetos que presentan el mismo problema.