

ADICCIÓN

EL IMPULSO DESMEDIDO POR COMPRAR ES UNA PATOLOGÍA CADA DÍA MÁS EXTENDIDA

Los compradores compulsivos



LAS FIESTAS DE NAVIDAD HACEN QUE LAS PERSONAS QUE SUFREN ADICCIÓN A LAS COMPRAS SUFRAN VERDADERAS CRISIS Y ATAQUES CONSUMISTAS



► Aunque se da más en mujeres, cada vez hay más hombres que sufren adicción a las compras

Con toda la información que existe hoy en día, con organizaciones de consumidores y todo, parecería lógico pensar que en esta época compraríamos aquello que necesitamos y que además está significativamente más barato. Sin embargo, las estadísticas dicen que compramos aquello que está a mano, que no tenemos pensado comprar y gastamos más dinero del previsto en un principio. Incluso ocupamos gran cantidad de nuestro tiempo en centros comerciales. Y todo esto sin hablar de un porcentaje cada vez mayor de hombres y, sobre todo, mujeres que compran de manera impulsiva objetos superfluos o incluso inútiles que, sin embargo, muchas veces no guardan relación con el gusto habitual del comprador ni con sus posibilidades económicas.

Psicólogos y psiquiatras se ocupan

del asunto. Incluso, ya existen terapias, para los compradores compulsivos, que ofrecen el apoyo necesario de manera parecida a las que se so-

meten los alcohólicos o los comedores insaciables.

Este mal, tan de moda en los últimos años es debido, según algunos, a ca-

rencias afectivas y descompensaciones personales o profesionales, a las que se da salida con compras excesivas de objetos para uno mismo o para los demás.

Cada vez es más variado el abanico de personas que padecen este problema. A cualquier edad después de la adolescencia, hombres y mujeres, aunque mayormente mujeres. Al principio eran amas de casa con hijos ya mayores. Pero también crece el número de profesionales con una vida personal pobre, que intentan compensar a golpe de tarjeta de crédito. Las navidades son unas fechas en las que esta tendencia consumista se dispara de una forma alarmante. La necesidad de hacer regalos, los llamativos letreros publicitarios o los anuncios televisivos, invaden nuestras mentes, que acaban sucumbiendo a la compra sin mucho sentido. Para evitarlo, hay que salir de casa sabiendo lo que se necesita o lo que se quiere comprar.

PARECEN INOFENSIVAS

Se trata de una adicción muy fuerte

► Parecen inofensivas, pero las compras se pueden convertir en una pasión desmedida para algunas personas. Por este motivo, hay mucha gente que no es consciente de su enorme adicción a las compras. Piensan que es un comportamiento inofensivo y que todo el mundo lo hace. A pesar de esto, comprar sin razón va relacionado con la salud mental directamente. Muchos especialistas relacionan las compras compulsivas con la ludopatía puesto que el afectado no sabe lo que hace, cree que es un comportamiento normal y le es muy difícil controlarlo.



SABIAS QUE?

El 90% son mujeres

► La gran mayoría de compradores compulsivos, alrededor del 90 por ciento, son mujeres, y un estudio realizado por el profesor Dittmar encontró que la ropa era un importante foco de sus gastos, probablemente porque la moda está tan altamente relacionada con la autoimagen.

Las mujeres también podrían ser más susceptibles al síndrome porque tradicionalmente las compras se ven como parte de la identidad femenina, pero no la masculina. Y dado que muchas mujeres son amas de casa, Dittmar señaló que podrían tener menos oportunidades de otras estrategias para sentirse bien, como ejercitarse en un gimnasio o salir a tomar un trago con amigos.

Sin embargo, los estudios también han revelado que el número de hombres que sufren esta patología aumenta cada vez más.

CONSEJOS PARA NO CAER



► **LISTA DE LA COMPRA:** Para evitar comprar más de la cuenta, es aconsejable hacerse una lista en casa de las cosas que verdaderamente se necesitan. Así, si uno va directo a la estantería en la que se encuentra el producto que ha ido a comprar evitará encontrarse con otros objetos que le pueden resultar atractivos y acabar comprando lo que no quiere.

► **DINERO SUELTO:** Cuando salga a comprar de forma cotidiana, deje la tarjeta en casa y eche en el monedero la cantidad de dinero que quiere gastarse. Así evitará la tentación de "tirar de tarjeta" y se ahorrará, además de dinero, un buen susto al ver el extracto de la cuenta bancaria.

► **AUTOESTIMA:** Piense que los objetos no le van a dar la felicidad y aprenda a valorarse a sí misma. Intente cambiar lo que no le agrada de su vida y llene el tiempo con actividades positivas como hacer ejercicio o leer La Actualidad.



DR. STANGE INTERNATIONAL
Real Estate Worldwide
www.dsi-drstange.com



Tel: (+34) 968 493 240
Fax: (+34) 968 493 154
e-mail: aguilas@dsi-suedspanien.com



Ref.: E.MU.01 / A-0.720. Sra. Monique M: 699961002
Magnífico chalet con una vivienda nueva de aprox. 120 m². Además tiene 3 apartamentos adicionales para uso propio o alquiler completamente amuebl. El inmueble tiene un total de 14 habitaciones, 5 baños, piscinas, terrazas. Las viviendas tienen acceso indep., excelente zona ajardinada, piscina 18 x 8 m, zona infantil independ., terrazas a pie de piscina, ducha exterior, barbacoa, peñas interiores, solarium, etc.
Parcela aprox.: 1000 m². Cercada con muro de piedra natural.
Sup. Construida: 495,65 m². Excelente rentabilidad para alquiler en temporada vacacional - un auténtica oportunidad!
Ocasión única: 720.000 €



Ref.: E.MU.01 / F-0. 918. Sra. Monique M: 699961002
ZONA AGUILAS/VENTA SAN FELIPE: Casa de campo con bonitas vistas y piscina pequeña, distribuida en 2 dormitorios, baño, aseo de invitados, salón/comedor (cocina americana), barra, chimenea trastero, terraza cubierta y aparcamiento para 2 coches.
Superficie construida: 85 m² con 1.000 m² de parcela.
178.000 €.

Se alquilan
Viviendas y apartamentos
para larga temporada o a
tiempo parcial