

Audiciones para ser reina del carnaval capitalino

PASA A LA PÁGINA VARIETADES 2B

'Hecho en Panamá' va 'Del puente pa'llá'

PASA A LA PÁGINA TELEVISIÓN IIB

LOHAN DESMIENTE A LA REVISTA 'VANITY FAIR'

La publicación asegura que la artista confesó haber consumido drogas y sufrir de bulimia. 6B

VARIETADES. 2B
Buscan reina del Carnaval
AMBIENTE. 4B
Protección climatológica
CINE. 10B
'Los hermanos Grimm'



vivir [+]

La Prensa

1B VIERNES 13 DE ENERO DE 2006

DE TODO UN POCO

Seminario de inclusión

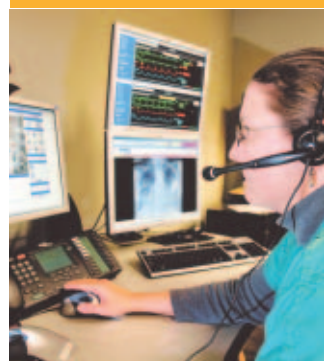


CULTURA - La Universidad Especializada de las Américas y el Instituto Nacional de Cultura organizan el seminario 'La cultura y la formación integral e inclusiva en la diversidad', con el tema de discapacidad y expresión artística. La actividad será desde el lunes 16 al 20 de enero. Lugar: Teatro Anita Villalaz. Es gratis. Para más información: 211-4923 ó 211- 4933

¿Qué hacer?

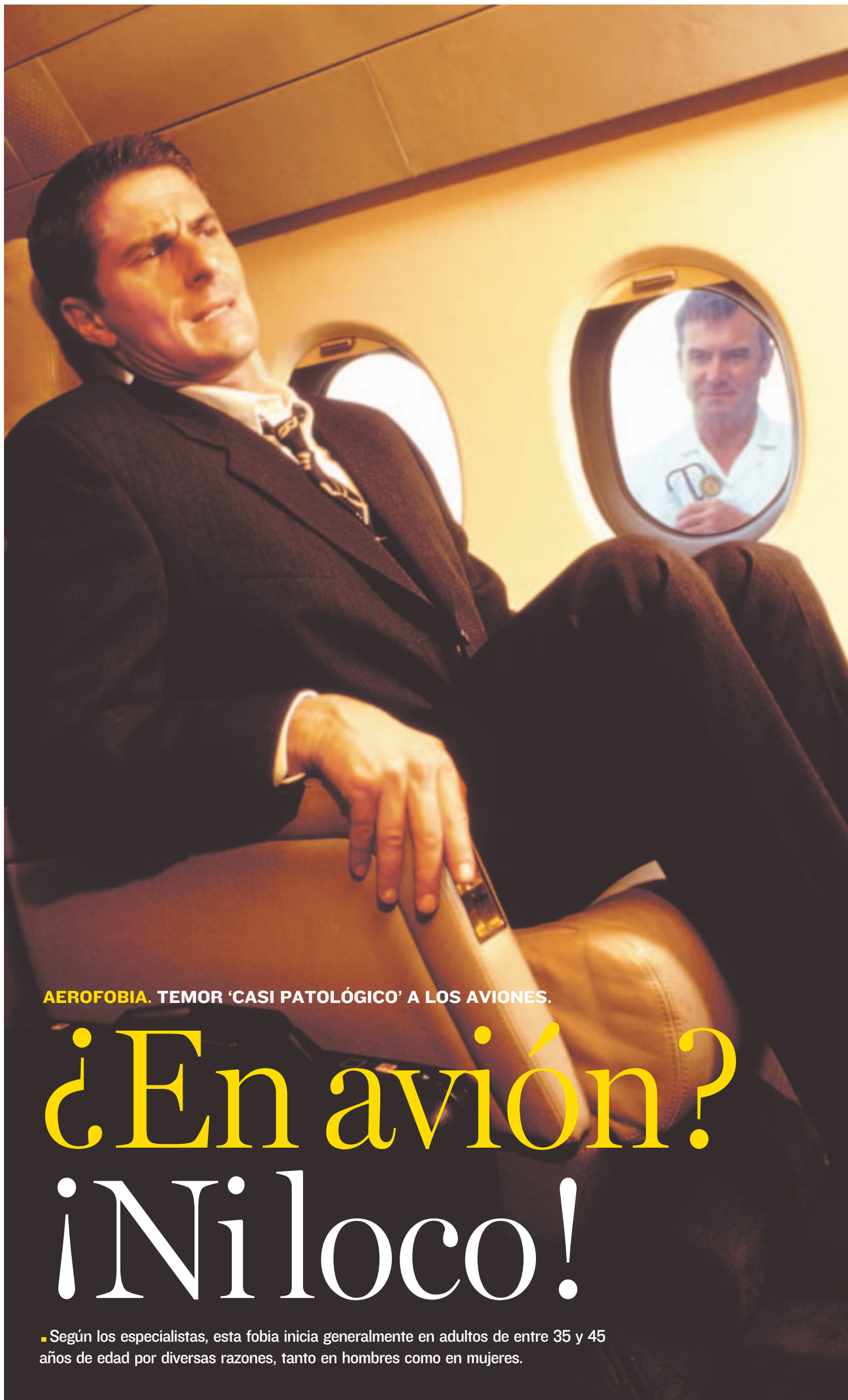
CULTURA - Este sábado es la gala de apertura del Festival de Verano 2006 "De la Torre al Casco Antiguo", del Instituto Nacional de Cultura. Se unirán la Orquesta Sinfónica Nacional y el Ballet Nacional para ofrecernos la función **El Lago de los Cisnes**. Un espectáculo que se presentará a las 6:30 p.m. en una tarima abierta, ubicada a un costado del Teatro Nacional. Es gratis.

EN DESTAQUE



TORPEZA DESPUÉS DE UN MES DE VACACIONES

Se trata del síndrome postvacacional, una vez terminado este período. 2B



AEROFOBIA. TEMOR 'CASI PATOLÓGICO' A LOS AVIONES.

¿En avión? ¡Ni loco!

■ Según los especialistas, esta fobia inicia generalmente en adultos de entre 35 y 45 años de edad por diversas razones, tanto en hombres como en mujeres.

Fernando Navarro
fnavarro@prensa.com

Cuando era necesario que Mario Baracus, de **Los Magníficos** (A-Team, en inglés) se montara a un avión, había que noquearlo de alguna manera: con sedantes, emborrachándolo o simplemente dándole un buen golpe.

Y es que el gruñón amigo del "loco" Murdock en la serie de televisión ochentera sufría de aerofobia, que es la fobia a viajar en avión.

"En ocasiones, las personas que sufren de este miedo no imaginan un avión o ver la imagen de uno se ponen nerviosas, empiezan a sudar y se les acelera el corazón" dice la psicoterapeuta Lyzeyca Villamil.

Pero hay que entender que el miedo a volar no es aerofobia. "El temor es algo bastante normal; la aerofobia es un temor casi patológico que llega a afectar la calidad de vida de la persona, a tal punto que no quiere saber nada que tenga que ver con un avión", recalzó.

De acuerdo con Villamil, es preciso establecer un diagnóstico claro del problema psicológico, ya que "puede tratarse de aerofobia, en efecto, de claustrofobia o de una paranoia constante ante cualquier cosa".

Quizá el problema sea el miedo a volar, más un poco de claustrofobia, agorafobia, miedo a las tormentas, a la lluvia, etc. Al menos así lo cree Claudio Plá, psiquiatra argentino que ha tratado a más de dos mil pacientes aerofóbicos.

De acuerdo con el médico "el miedo a volar es más propio de los 35 a los 45 años de edad. En mujeres tiene que ver generalmente con crisis vitales como el nacimiento o desprendimiento de los hijos. En los hombres tiene que ver con el estrés en el trabajo, cuando las responsabilidades son mayores y la persona siente que está en la etapa de vida útil".

Sibien es cierto a muchas personas que deben viajar por fuerza en avión les funcionan las técnicas de **Los Magníficos** al usar sedantes y alcohol para aplacar el miedo, lo recomendable es buscar ayuda psicológica.

"Hay que hacer una serie de exámenes físicos y psicológicos para determinar exactamente cuál es la raíz del problema, pero sí, sí se puede remediar el asunto", concluyó Villamil.

Más allá, hay quienes opinan que este miedo va ligado al desconocimiento general de los aviones. ¿Quiénes creen esto? Pues los pilotos. **VEA 3B**

© PIERRE PERRIN/CORBIS SYGMA

Días de



Del 14 al 31 de Enero
descuentos

del 10% al 80%

Llévate todo y dale espacio al verano.

