

Psicopartner: Belonefobia, un trastorno peligroso en tiempos de Covid-19 que la psicología puede curar

Miedo a las agujas: investigadores de Oxford vinculan esta fobia con el rechazo a las vacunas anticovid

La belonefobia sería responsable del rechazo a la campaña de vacunación contra el coronavirus en una de cada diez personas. Una cuarta parte de la población adulta padece este miedo patológico, que desde el centro Psicopartner recomiendan tratar con la terapia cognitivo conductual, ya que los fármacos "sólo reducen la sintomatología fisiológica".

¿Son los afectados de belonefobia más propensos a cuestionar las vacunas? La respuesta lógica sería no. Pero un grupo de investigadores de la Universidad de Oxford ha relacionado el miedo a las agujas con las actitudes críticas, dudosas e incluso negativas hacia la vacunación contra el Covid-19.

En una encuesta a 15.014 personas, el estudio OCEANS-III (Oxford Coronavirus Explanations, Attitudes, and Narratives Survey) reveló que este trastorno fóbico generaba dudas sobre la vacunación en un 10% de los adultos entrevistados. Una cuarta parte del grupo, que presentaba fobias asociadas a las inyecciones y la sangre, mostró una mayor predisposición a cuestionar las vacunas contra el Covid-19. Como resultado, este segmento manifestó que pospondría la vacunación e incluso que jamás se inmunizaría por este motivo.

El estudio británico, publicado en la revista The Lancet, concluyó que existe una fuerte relación entre el temor a las agujas y una alta tasa de rechazo a las vacunas. El objetivo del proyecto OCEAN es identificar las maneras idóneas de informar sobre la campaña de inmunización contra el SARS-CoV-2 y reducir la desconfianza en el público.

Esta conducta no sorprende a los especialistas en fobias. "Las personas que padecen este problema lo reconocen como irracional" y "sienten el impulso irrefrenable de evitar afrontar estas situaciones o estímulos", explican desde Psicopartner, centro de psicología integral para particulares y empresas. A modo de respuesta cognitiva, "aparece una interpretación negativa y amenazante sobre el objeto o situación temida, [...] acompañada de pensamientos negativos, sensación de inseguridad y descontrol", continúan.

Belonefobia, un trastorno peligroso en tiempos de Covid-19 que la psicología puede curar

El Colegio de Psicología de Castilla y León estima que 1 de cada 10 personas manifiesta un temor irracional a las agujas, mientras que los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de EE.UU amplían su alcance al 25% de la población adulta.

Dependiendo de cuál sea el impulso fóbico, este trastorno adopta distintas denominaciones, no todas vinculadas a la visión de la jeringuilla. Así, son belonefóbicas, tripanofóbicas y/o aicmofóbicas las

personas con miedo a agujas y objetos punzantes, mientras que las hematófobias son aquellas que experimentan idéntico sentimiento ante la sangre o las heridas.

Diagnosticar el origen del estímulo fóbico ayuda a identificar "la causa o situación que lo desencadena, provoca una respuesta inmediata a la ansiedad causando un malestar clínicamente significativo y un deterioro en la vida personal, social, laboral y/u otras áreas importantes", aseguran desde Psicopartner.

En tiempos de coronavirus, la belonefobia y sus variantes entrañan un grave riesgo para la salud del afectado. Para los profesionales de este centro madrileño, "el primer paso es aceptar la existencia del problema y la determinación de querer superarla de una vez por todas", y recomiendan además afrontar este miedo, nunca rehuirlo, pues "al final lo que se produce es un efecto de reforzamiento de la fobia y de las respuestas de evitación, [...] creando una peligrosa dependencia donde aprende que no tiene las capacidades para afrontar las situaciones por sí mismo/a afectando gravemente a la autoestima y su percepción de autoeficacia".

Si la belonefobia se manifiesta en forma leve, simples técnicas de relajación ayudan a sobrellevarla y prevenir interferencias en la rutina diaria, incluyendo la responsabilidad sanitaria de inmunizarse contra el coronavirus. Sin embargo, los casos más severos requieren la aplicación de tratamientos específicos para fobias, como la terapia cognitivo conductual de Psicopartner.

"Nuestra experiencia y la investigación científica acerca del tratamiento de la fobia nos muestra que los tratamientos que han demostrado una mayor eficacia son los basados en las técnicas de modificación de conducta", explican desde este prestigioso centro, especializado en cursos y actividades de psicología sanitaria, empresarial y mindfulness.

No obstante, la superación del trastorno fóbico es un proceso lento. "Es importante saber que la fobia no va a desaparecer con el tiempo, hace falta determinación y tomar un papel activo por parte de la persona que lo sufre", aclaran los expertos de Psicopartner, quienes aconsejan rechazar fármacos "milagrosos", pues cualquier tratamiento farmacológico "sólo reduce la sintomatología fisiológica pero la fobia se mantiene y cronifica en el tiempo".

A principios de septiembre, España rebasó el 70% de población con una pauta completa de vacunación, pero la ansiada inmunidad de grupo sigue estando lejos. Aunque superar el miedo a las agujas no garantiza su consecución, aparece como una "conquista" más en la lucha contra el coronavirus.

Acerca de Psicopartner

Psicopartner es un centro de psicología integral especializado en cursos y actividades relacionados con la psicología sanitaria, empresarial y mindfulness. Dispone de un equipo multidisciplinar, con profesionales altamente cualificados, que desarrollan una actividad referencial en el sector de la salud y el bienestar emocional.

Datos de contacto:

Psicopartner (Psicopartner, S.L.U.)

Dirección: Calle Alcalá, 401 (28027) Madrid Website: www.psicopartner.com

669 489 678 - 91 46

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Sociedad](#) [Madrid](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>