



MADRID: C/Perisur, 14. 28002. 91 432 76 00.  
Fax: 91 432 77 89- 432 77 33. gaceta@negocios.com  
BARCELONA: Rosedo, 25A. 2º 1º. 08037. 93 272 19 30.  
Fax: 93 215 06 62. gaceta@negocios.com

BILBAO: San Vicente, 8. Edificio Atea, 1-7º P. 48001.  
94 423 50 23. Fax: 94 424 14 95. gaceta@negocios.com  
VALENCIA: Emisador Vich, 3. Despeño 2º G. 46002.  
96 304 26 93. Fax: 96 304 20 67. gaceta@negocios.com

VALLADOLID: Duque de la Victoria, 13. 4º C. 47001.  
983 30 84 62. Fax: 983 30 82 06. gaceta@negocios.com  
PUBLICIDAD: Andalucía: María Luisa Cobán. C/Almirante Lobo, 2.  
4º. 41001 Sevilla. 954 503 185. Fax: 954 503 180.

gaceta@negocios.com, Cataluña: Alamo To  
2º 1º. 08037 Barcelona. Tfn: 93 272 19 30. Fax  
93 215 06 62. gaceta@negocios.com, C. Valencia: Inmacula  
Bosch Vich, 3. D. 20. 96 304 26 93. gaceta@

MANUEL ÁLVAREZ ROMERO | MÉDICO PSICOSOMÁTICO

## “La familia se ha convertido en un producto de consumo”



Alfredo Urdaci

Es algo más que un médico. Me saluda en la sala de espera de la Clínica y me coge la mochila, cargada de cuadernos y cámaras, como si quisiera aliviarme de la carga diaria. Saldré de esta casa, limpia hasta la asepsia, cargado con su último libro *El síndrome del perfeccionista* (Almuzara), y después de haber disfrutado con su capacidad para jugar con el fotógrafo en busca de una imagen imposible. El doctor es del sur, y estoy seguro de que si le digo de pasar consulta en el bar de al lado, acepta.

¿Y qué tiene usted contra los perfeccionistas?

Tienen un lastre, una genética peculiar y unos hábitos que les van a hacer sufrir, a ellos y a quienes están en su entorno.

¿Usted lo ha sido?

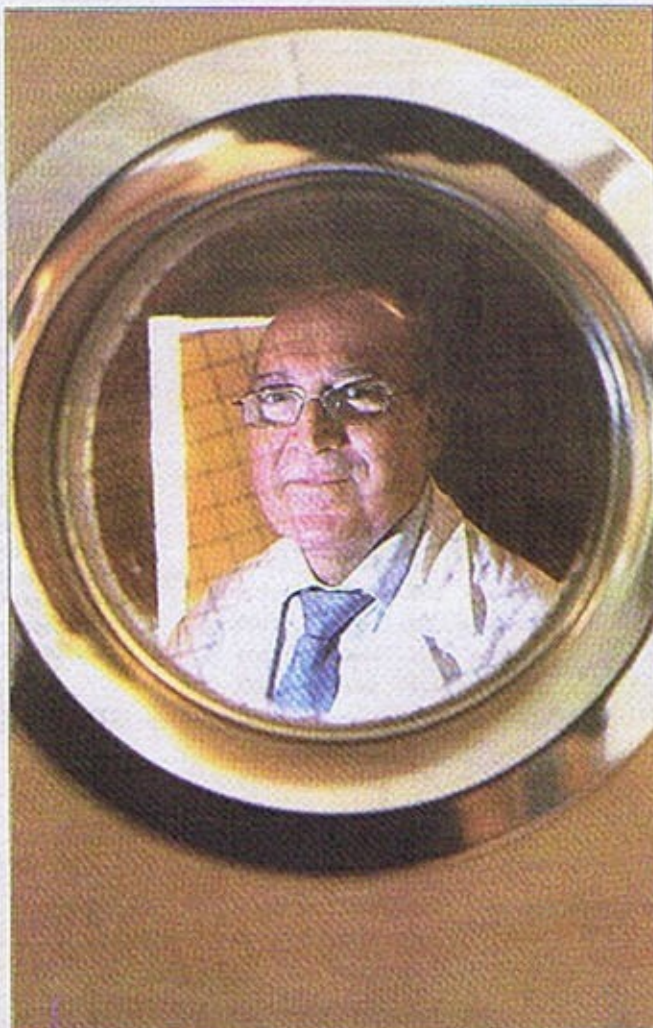
Yo lo fui. Mis padres me enseñaron a ver las cosas por un canuto, que es como las ve un perfeccionista, porque mis padres lo eran. Hay un perfeccionismo bueno y otro malo, y en la distinción nos jugamos la felicidad.

¿Qué es la psicoterapia?

Es ver las cosas de otra manera. Tengo una carta de una monja de clausura que me dice: ‘Han cambiado las cosas tanto dentro de mí, que aun siendo las cosas las mismas las veo de otra manera’. Eso es.

Supongo que en este despacho escuchará muchos problemas de pareja

A los 20 años de matrimonio te sueles encontrar tres tipos de realidad: amor, adaptación o conflicto. Se ha perdido la capacidad de aguante. La familia se ha convertido en un producto de consumo. Hoy hay muchos ni-



En la consulta de Manuel Álvarez hay pocos aparatos: “Es que la mejor medicina es la comunicación”, afirma. GORJA SÁNCHEZ TRILLO

ños que crecen sin saber qué es una familia.

Otra enfermedad común es la depresión.

Es que vivimos en una sociedad depresógena, por el estrés, por la competencia y el aislamiento. El hombre vive más solo. No comparte la intimidad, sino la superficialidad. Y la sociedad no tiene valores.

¿Y hay alguna causa especial en la depresión?

El factor depresógeno más importante es la soberbia, el amor propio, en el mal sentido de la palabra.

A veces el choque entre realidad y deseo.

Hay que desear gentilmente, no empeñativamente, porque esto provoca frustración, y si lo convertimos en rabia, la rabia destruye a la persona.

Dígame un antídoto para esto. La sabiduría está en saber dotar

### MÁS QUE CORAZÓN

Nació en Luque (Córdoba), en 1941, “el año del hambre”. El chico creció siendo “el hijo del maestro”, en un pueblo de Sevilla donde sus padres se mudaron antes de que echara los primeros dientes. Terminada la carrera de Medicina, Manuel quiso ser analista, por tímido, para tratar sólo con probetas, pipetas y tubos de ensayo. Luego se hizo cardiólogo, hasta descubrir que el hombre era algo más que ese músculo inquieto. Pasó a la medicina interna, y después a la Psicosomática. Dirige esa unidad en la Clínica Universitaria de Navarra en Madrid.

“Esta sociedad es depresógena, por el estrés, la competencia y el aislamiento”

de significado a lo que nos ocurre. Y aquí lo sobrenatural tiene un papel fundamental. Dime por qué tengo que sufrir y sufriré lo que quieras.

¿Cuál es el secreto de la vida?

La vida es el arte del encuentro, primero con uno mismo, segundo con los demás, y después con Dios.

¿Qué importancia tiene la familia en la salud mental?

Cuando la familia está sana, es el mejor soporte. Siempre digo que la puerta de la felicidad se abre hacia fuera. Si uno se vuela en los otros tiene más posibilidades de curarse.

La fórmula es buena, pero hay tanta infelicidad

Una vez me dijo el torero Rafael El Gallo: se es feliz cuando se es aquello para lo que se ha nacido. Yo añado que la paz interior es la tranquilidad en el orden.