

La película se estrenó la semana pasada con récord de taquilla:

# “Barbie” puede ser una excusa para hablar de salud mental, como el miedo a la imperfección

La incomodidad que causa en la muñeca y en Barbieland el no ser lo suficientemente perfecto se conoce como atelofobia. Aunque no es un diagnóstico, sino que es parte de una categoría más amplia de trastornos de ansiedad, los expertos explican que genera problemas psicológicos en quien la padece.

CONSTANZA MENARES

En Barbieland todo es perfecto. Sin embargo, un día, Barbie —interpretada por Margot Robbie en la nueva película sobre la muñeca que fue récord de taquilla en su primer fin de semana en EE.UU. y en Chile el día de su estreno— descubre algunas “imperfecciones” que la aterrorizan y transforman su plástica existencia.

“El personaje principal se presenta como una personalidad cándida e ingenua que vive en un mundo donde se le exige cumplir con todas las expectativas que se tienen de una Barbie perfecta. En este sentido, es muy in-

genioso que la directora Greta Gerwig ponga como situación desencadenante del sufrimiento de esta muñeca el hecho de que sus pies se le pongan planos y no pueda caminar más en puntillas, o que tenga celulitis, ya que pueden ser hechos aparentemente nimios los que lleven a descomponerse a una persona muy perfeccionista”, dice Anneliese Dörr, doctora en psicología y académica de la Facultad de Medicina de la U. de Chile.

Y si bien en el filme el no sentirse lo suficientemente perfecto es algo que se parodia como parte de la trama, en la realidad el terror a la imperfección existe y se conoce como atelofobia.

“La palabra ‘atelo’ viene del griego y significa incompleto, mientras que ‘fobia’ sig-

nifica pánico. La atelofobia es un síndrome no muy conocido que alude a alguien que se siente incompleto e imperfecto, que tiene miedo a la imperfección propia o ajena, lo que conlleva a la persona a percibir estados de ánimo desagradables e irracionales”, explica Andrea Godoy, psicóloga de la Clínica Bupa Santiago.

Esta condición es más propensa a manifestarse “en sujetos muy perfeccionistas, inseguros de sí mismos y, muchas de las veces, con un componente de ingenuidad importante”, precisa Dörr.

## Síntomas y ayuda

La atelofobia, sin embargo, no se trata de una enfermedad de salud

mental como tal.

Dörr advierte que, en la actualidad, “no es un trastorno oficialmente reconocido. El libro de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría (DSM-5) clasifica las fobias dentro de una categoría más amplia llamada trastornos de ansiedad. La atelofobia debería estar incluida en los trastornos de ansiedad específica o fobia específica, que engloba diversas fobias particulares, como en este caso”.

Carolina Barriga, directora de la Escuela de Psicología de la U. Finis Terrae, afirma que “en los últimos años se han ido acuñando términos, principalmente de uso cultural, en los cuales se utiliza el sufijo ‘fobia’. Estos nuevos constructos culturales hacen referencia más bien a una actitud de rechazo hacia algo”.  
Aun así, podría ser un temor fre-

cuente en parte de la población: “Tener miedo a no ser aceptado por un grupo es muy importante para lograr un proceso de adaptación social. Por lo tanto, el miedo a ser imperfecto y fracasar podemos experimentarlo todos los seres humanos en menor o mayor medida. Por supuesto que en algunas personas esto se puede volver muy intenso y, en ese caso, se habla de fobia y se debe buscar ayuda profesional”, asegura Jaime Silva, psicólogo de Clínica Alemana y director del Instituto de Bienestar Socioemocional de la U. del Desarrollo.

Los síntomas que podrían desarrollarse “van a depender de las experiencias pasadas, sociales o familiares, en que el paciente se ha visto expuesto a la comparación con otros. Por ejem-

plo, autocrítica excesiva y baja autoestima, donde se busca inconscientemente la perfección bajo la presión constante de alcanzar estándares de belleza. También malestares físicos, como taquicardia, sudoración de manos y problemas gastrointestinales relacionados con la ansiedad”, dice Godoy.

Sobre cuándo buscar ayuda, Manuel Ortiz, director del Doctorado en Psicología de la U. de la Frontera y presidente de la Sociedad Científica de Psicología en Chile, explica que en primer lugar “se debe evaluar cuán intensos y frecuentes son los síntomas. Si el producto de dicha evaluación es negativo, entonces se debe consultar a un psicólogo o psiquiatra, pues, como para toda fobia específica, existen tratamientos que son altamente efectivos. Las terapias con enfoques cognitivo-conductuales han demostrado ser las más exitosas”.



Una de las situaciones desencadenantes del sufrimiento de Barbie es que sus pies dejan de estar en puntilla. “Pueden ser hechos aparentemente nimios los que lleven a descomponerse a una persona muy perfeccionista”, asegura uno de los entrevistados.



La fobia a la imperfección es más probable que se dé en sociedades altamente exigentes, dicen los especialistas. En la foto, Barbie en Barbieland.