

Diario de León Castilla León General Diaria	Tirada: 20.167 Difusión: 17.106 (O.J.D) Audiencia: 59.871 04/11/2012	Sección: - Espacio (Cm_2): 923 Ocupación (%): 89% Valor (€): 1.810,39 Valor Pág. (€): 2.027,00 Página: 73	 Imagen: No

Mantienen una imagen de grandeza y superioridad construida por ellos mismos. Necesitan ser vistos y tener el protagonismo a todas horas. Perciben a los demás casi exclusivamente en función de la utilidad para satisfacer sus propias necesidades. Aceptan con dificultad las críticas u opiniones diferentes a la suya.

Estas son las principales características de la personalidad narcisista, según el psicoterapeuta y psicólogo clínico Fidel Sanz Estaire, miembro del equipo del Gabinete 'Psicólogos en Madrid' (<http://psicologosenmadrid.eu/>).

Los 'narcisos' y las 'narcisas', como se conoce popularmente a las personas enamoradas de sí mismas, tienen otros rasgos característicos: «padecen un déficit en la percepción de los demás y una dificultad para identificarse con otras personas que, a la larga, les genera un sentimiento de aislamiento y soledad», afirma Sanz Estaire.

Además, las personalidades narcisistas «experimentan una baja tolerancia a la frustración o a cualquier situación que no se ajuste exactamente a sus expectativas, tienen dificultad para sentir emociones como tristeza, necesidad afectiva y vulnerabilidad, evalúan las situaciones y personas en términos de tipo todo-nada y poseen una escasa conciencia de sus sentimientos íntimos y necesidades profundas», en opinión de este psicólogo.

Según el experto de 'Psicólogos en Madrid', el narcisismo es el primer periodo evolutivo en la afectividad del niño que se caracteriza por una libido dirigida hacia sí mismo, es decir, «el objeto de deseo es el propio Yo».

«Los problemas surgen cuando esta etapa no se supera por problemas de abandonos, frialdad emocional del cuidador/a, o rechazos. Un trauma vivido produce una «congelación del tiempo» en la capacidad de la persona de evolucionar hacia la madurez. La personalidad narcisista es aquella que quedó sin desarrollarse en algún punto de su emotividad», según el experto.

«El narcisista fue un niño cuyos sentimientos no fueron reconocidos ni respetados. Su dificultad para manejar emociones, como la desilusión, se explica por la falta de apoyo emocional», según Sanz Estaire.

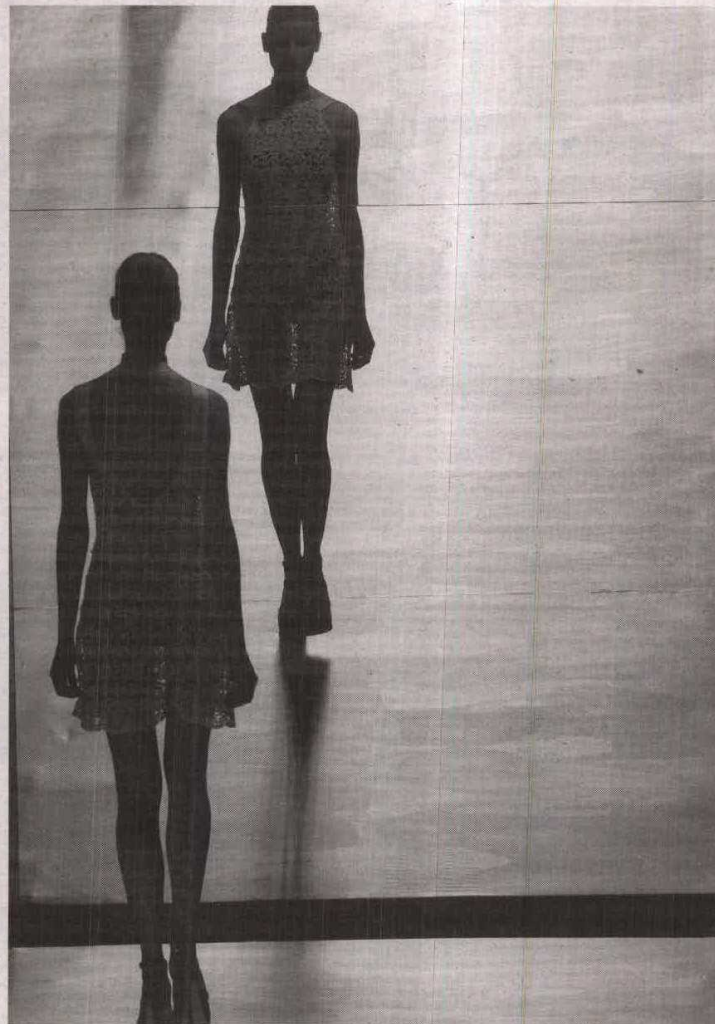
Además de generar problemas en las relaciones interpersonales, laborales y familiares, así como síntomas depresivos y carencias afectivas, el narcisismo exagerado o patológico puede tener efectos especialmente nocivos para la salud en los hombres. Los varones narcisistas pueden pagar un alto precio en términos de salud física, según un reciente estudio estadounidense, dirigido por los psicólogos Sara Konrath de la Universidad de Michigan, (Umich) y David Reinhard, de la Universidad de Virginia (UV).

Los investigadores estudiaron

NARCISISMO ENAMORADOS DE SÍ MISMOS

MARÍA JESÚS RIBAS

TENER UNA PERSONALIDAD MARCADA POR UN EGOCENTRISMO EXAGERADO Y UNA EXTREMA PREOCUPACIÓN POR UNO MISMO TIENE SU LADO BUENO Y MALO. PUEDE AYUDAR A CONSEGUIR TRABAJO, PERO TAMBIÉN RESULTA NEGATIVO PARA LA SALUD Y LAS RELACIONES SOCIALES



Los narcisistas mantienen una imagen de grandeza y superioridad construida por ellos mismos. EFE

en 106 estudiantes de pregrado, el papel que juegan el narcisismo y el género en los niveles de cortisol, una hormona que puede medirse en muestras de saliva y es un indicador de estrés fisiológico ampliamente utilizado.

'Narcisos' y riesgo cardíaco

A los participantes se les midió el cortisol en una situación relativamente libre de estrés crónico, porque los niveles de esta hormona podrían indicar el nivel de activación del sistema de respuesta al estrés, denominada hipotálamo-pituitaria-adrenal (HPA) el cual, cuando se mantiene elevado, repercute en la salud, aumentando el riesgo de sufrir problemas cardiovasculares.

Para evaluar el narcisismo de los participantes, los investigadores americanos les hicieron responder un cuestionario que mide cinco componentes de los rasgos de la personalidad. El equipo Umich-UV observó que los aspectos más nocivos del narcisismo se asociaron con un mayor nivel de cortisol en los participantes masculinos, aunque no en las mujeres.

Por otra parte, investigadores de la Universidad Western Illinois (EE.UU.) han hallado una relación entre la cantidad de amigos en Facebook y el grado de narcisismo. La investigación, efectuada en base a cuestionarios a personas de entre 18 y 65 años, mostró que aquellas con más riesgo de sufrir algún tipo de trastorno vinculado con el narcisismo tienen más amigos en la red social de Internet y se etiquetan en fotografías y actualizan su estado e imagen de perfil con más frecuencia.

Beneficios del 'Yo me amo'

No obstante el narcisismo también puede suponer algunos beneficios y ventajas, al menos temporales, para quienes ostentan este tipo de personalidad.

Los narcisistas, con frecuencia brillan en las entrevistas de trabajo, debido a que pueden presentarse a sí mismos bajo sus mejores facetas con comodidad y así convencer a los entrevistadores de Recursos Humanos, según un estudio de la Universidad de Nebraska (EE.UU.).

Según los científicos, los que hablaban mucho y usaban tácticas como sonreír, gesticular y alabar a los demás, recibieron muchas más evaluaciones positivas que los solicitantes igual de preparados que usaron la modestia como táctica. Los narcisistas ganan por la forma en que se presentan.

Desde 'Psicólogos en Madrid', señalan que, a menudo, «el narcisista cuenta con fuertes mecanismos de defensa y elevada capacidad para desenvolverse con éxito en la sociedad» y «cuando el medio ambiente que le rodea le proporciona una buena dosis de refuerzo, es muy difícil que termine reconociendo su problema y recurra a la terapia».

EL NARCISISMO EN LOS HOMBRES TAMBIÉN PUEDE OCASIONAR PROBLEMAS DE SALUD, COMO UN ALTO RIESGO DE ENFERMEDADES CARDÍACAS

LOS NARCISISTAS BRILLAN EN LAS ENTREVISTAS DE TRABAJO PORQUE PUEDEN MOSTRAR SUS MEJORES FACETAS CON TOTAL COMODIDAD