

NURIA MARTÍNEZ FERNÁNDEZ PSICÓLOGA

“El boca a boca es la mejor publicidad”

ENTREVISTA DE ÁLVARO SEPÚLVEDA

■ Según Nuria Martínez, psicóloga, a su consulta no sólo se puede ir para atender patologías concretas, sino también para analizar situaciones con alguien ajeno al entorno, lo cual puede ser de gran ayuda. Su centro se encuentra ubicado en el número 14 de la céntrica plaza de Pontevedra.

rostros DE LA CIUDAD

—¿Cuánto tiempo hace que abrió su consulta?

—Un año.

—¿Cómo ha sido este periodo?

—Bastante bueno para ser el comienzo de una actividad, y más tratándose de una actividad tan difícil como ésta, porque en A Coruña hay muchos psicólogos. Pero el boca a boca funciona muy bien en estos casos, es la mejor publicidad.

—¿Qué tipo de casos trata?

—Un poco de todo, terapia individual, terapia de pareja y también colaboro con alguna consultoría en pruebas de selección.

—¿Cuál es el trastorno que ve con más frecuencia?

—El trastorno de ansiedad.

—¿A qué cree que se debe que sea tan habitual?

—Al tipo de vida que llevamos y también a que a veces las personas no utilizan sus resortes personales en situaciones difíciles. Normalmente, cuando alguien decide acudir al psicólogo ya tiene el problema tan avanzado que crea bastante incapacidad.



Nuria Martínez, en su consulta

MARTA MARIÑAS

CAMBIOS

“Ahora hay menos vergüenza a la hora de decir que se va al psicólogo, se ha dado un paso muy grande”

—¿Qué pautas básicas son recomendables para cuidar el bienestar emocional?

—Tener sentido común y ser objetivo ante las circunstancias de la vida. También es importante tener buena comunicación con alguien con el que poder compartir los problemas.

—¿Ha habido muchos cambios en este sector en los últimos años?

—Creo que sí, desde hace unos años la figura del psicólogo se ve de otra forma. Ahora hay menos vergüenza a la hora de decir que se va al psicólogo, se ha dado un paso muy grande.