

Qué es la anhedonia, el síntoma de difícil diagnóstico que apaga el placer

¿Qué sucede cuando las actividades que solían brindar **placer** se convierten en una **carga**? ¿Cuándo los pequeños momentos de disfrute ya no despiertan interés? Esta es la realidad de quienes sufren de **anhedonia**.

Esta condición es caracterizada por la [incapacidad para experimentar placer](#) en actividades que normalmente resultan gratificantes. Aunque no es muy frecuente en la población general, sí es común entre **personas que presentan determinados trastornos psicológicos**, especialmente la **depresión mayor**.

No se trata de un trastorno en sí mismo, sino de un síntoma que puede manifestarse en distintos cuadros clínicos. Al mismo tiempo que **afecta significativamente la calidad de vida de quienes lo padecen**.

Según el Instituto Europeo de Psicología, la anhedonia puede aparecer como parte de diversos trastornos mentales, y suele ser considerada uno de los síntomas más preocupantes. A diferencia de la apatía o el desinterés ocasional, este síntoma **se manifiesta de manera persistente e impacta tanto en la vida social como en las rutinas personales**.

Las personas afectadas tienden a perder interés por actividades que antes resultaban motivadoras o placenteras, como comer, practicar deportes, escuchar música o mantener relaciones personales.

Qué dice la neurología sobre la anhedonia

Desde el punto de vista neurobiológico, se han identificado alteraciones en el sistema dopaminérgico como posibles causas de este síntoma. **La dopamina es un neurotransmisor clave en los mecanismos de recompensa y motivación**. Su funcionamiento deficiente puede reducir la capacidad de experimentar sensaciones placenteras.

También **se ha observado la participación de la corteza**

prefrontal media, una región del cerebro involucrada en la toma de decisiones y la regulación emocional, lo que sugiere que existen correlatos cerebrales específicos asociados a este síntoma.

Una manifestación frecuente de la anhedonia es la disminución del deseo sexual. En muchos casos, **este efecto aparece como consecuencia del uso de ciertos psicofármacos**, en particular antidepresivos y antipsicóticos.

Esta forma de anhedonia inducida por medicamentos puede ser reversible. **Ajustar las dosis o modificar el tratamiento bajo control médico puede mejorar la situación**, por lo que es importante que los pacientes comuniquen estos efectos a sus profesionales de salud.

Con información de Infobae