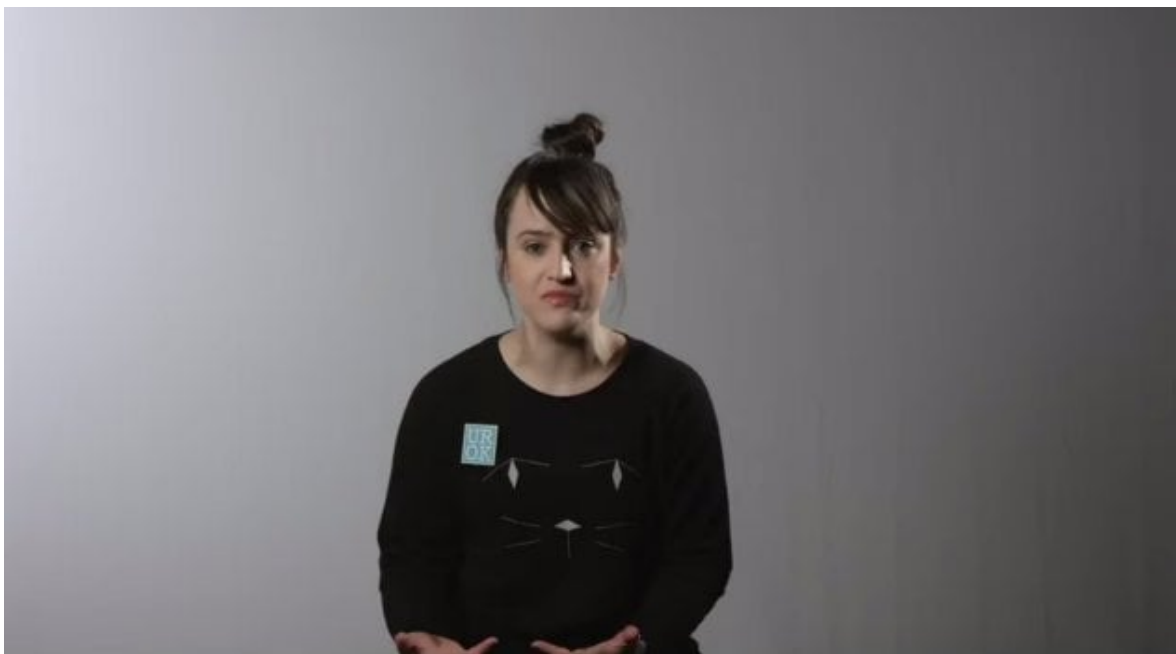


SALUD / TENDENCIAS

Actriz que interpretó a «Matilda» creció y confiesa su trastorno de ansiedad en un inspirador video viral

El Ciudadano · 22 de junio de 2015





Seguro recuerdes el **personaje de Matilda**, esa pequeña genio que podía mover objetos con la mente. Hoy, esa niña ya tiene 27 años y dejó de ser Matilda para que todos la conozcamos como quien verdaderamente es: **Mara Wilson**.

Mara ya no es esa niña que recordamos, hoy es actriz, escritora y narradora, pero sobre todo en los últimos días fue noticia por ser la protagonista de un video viral en el que cuenta que padece **trastornos de ansiedad** y comparte la técnica que aprendió para sobrellevarlos.

Mirá el video y enterate un poco más sobre esta patología que afecta a muchas personas, pero con la cual se puede convivir sin problemas. Sólo hay que encontrar la técnica adecuada para poder transitar mejor los momentos de depresión extrema.



En primera persona

El mensaje es claro: si sufrís de **trastornos mentales** buscá ayuda. No es necesario sufrir porque vivir de otra manera es posible. «**Matilda**» cuenta que en su experiencia no fue positivo al intentar ocultar lo que le estaba ocurriendo, que asumirlo y encontrar ayuda fue un alivio para ella. El mensaje de Mara Wilson está dirigido a los jóvenes para que aprendan a convivir con este tipo de trastornos sin sentirse estigmatizados.

¿Qué te pareció el video?, ¿Conocías la historia de «**Matilda**»?

visto en **IM**

Fuente: El Ciudadano