

# Fobia a las olivas: ¿A qué se debe?

Al igual que pasa con el resto de fobias, el miedo, asco o rechazo desproporcionado que presentan algunas personas hacia las olivas es completamente irracional



Tanto para consumir a modo de aperitivo como para formar parte de todo tipo de platos, las aceitunas rellenas están prácticamente en todas las despensas

“Si a mí me viene George Clooney, que se acaba de comer una [aceituna](#), dispuesto a darme un beso en la boca le rechazaría. Con esto te lo digo todo”. Son palabras de Patrizia Bernardi, una de las tantísimas personas que sufren, a veces en silencio y en otras ocasiones con aparatosos aspavientos que suelen generar risas y estupor a su alrededor, una fobia irracional a las olivas. La terminología de los olivafóbicos no deja lugar a dudas de que lo suyo va más allá del simple rechazo.

“Les tengo fobia desde pequeño, es un miedo atroz: no puedo estar en una mesa donde haya olivas. Si algún alimento entra en contacto con ellas ya no puedo comerlo. No puedo besar a mi pareja si las ha comido y si me las acercan haciendo broma me pongo muy violento. No puedo evitar nada de eso”, señala Tony Harlock. “Me muero si las toco. Me comería un plato de arañas antes que una de esas cosas”, explica el creador del grupo de Facebook “Yo también odio las aceitunas”.

Los testimonios son múltiples y desgarradores. “La fobia está ahí desde que tengo uso de razón”, nos cuenta desde Málaga José Megía, quien lamenta que “viviendo en Andalucía lo sufro mucho porque es la típica tapa que ponen con la bebida y siempre tengo que pedir que se la lleven”. Sí, que se la lleven. Porque buena parte de las personas que tienen fobia a las olivas no pueden ni siquiera verlas delante. “Si las traen y estoy con gente les pido que las tapen con el servilletero. Las peores, sin duda, son las que tienen hueso: siempre me ha parecido horrible cuando en las fiestas la gente deja los huesos encima de la mesa”.

## La comida que yo coma no puede ni haber

### rozado una aceituna

Patrizia Bernardi Olivafóbica

Bernardi se muestra igualmente implacable en lo que a la presencia de olivas a su alrededor se refiere. “La comida que yo coma no puede ni haber rozado una aceituna. En más de una ocasión he hecho devolver platos enteros por tener solo una”. Pero eso no es todo: “no me vale con que las quiten, tienen que ser nuevos”. Y es que Bernardi no es una olivafóbica más, sino la ganadora de un concurso televisivo sobre fobias que le valió conocer en persona a su ídolo, Clive Owen, y asistir al backstage de *El Hormiguero*. “No consiento que delante de mí se coman aceitunas. Ni en mi casa, por supuesto, ni cuando voy de invitada. Mis amigos, como me conocen, tienen la deferencia de no ponerlas nunca, más que nada para que no monte un pollo”, explica Bernardi, a quien las circunstancias han obligado a rechazar repetidamente la invitación de su mejor amigo al olivar de su familia. “Dicen que así se me pasará la tontería. Huelga decir que ni loca me voy yo allí a arriesgarme a que se me caiga una aceituna encima”.

Estos son solo algunos de los muchos testimonios anónimos que hemos recogido de personas que declaran su fobia hacia las olivas, algo que han hecho público también algunos personajes conocidos. Valero Rivera, ex entrenador del Barça de balonmano, prohibía que sirviesen olivas en las ensaladas y si lo hacían tenían que retirarlas. El cineasta Nacho Vigalondo señalaba también recientemente su absoluta animadversión a este fruto, mientras que el batería de la banda La Habitación Roja, José Marco, “preferiría morir (no es una exageración) que tocar o comerse una”, explica el cantante Pau Roca.



La diferencia entre una fobia y una simple aversión viene marcada, según la terapeuta, “por el nivel de malestar que presenta la persona en su día a día.

Todo indica, pues, que la fobia a las aceitunas es, efectivamente, una fobia. “Al igual que pasa con el resto de fobias, el miedo, asco o rechazo desproporcionado que presentan algunas personas hacia las olivas es completamente irracional y está relacionado con conductas automáticas de defensa que genera nuestro cerebro”, señala la psicóloga Josselyn Sevilla, del Instituto Psicológico Cláritas. La diferencia entre una fobia y una simple aversión viene marcada, según la terapeuta, “por el nivel de malestar que presenta la persona en su día a día.

Hablamos de rechazo cuando un alimento no nos gusta, pero no desencadena reacciones exageradas, cosa que sí ocurre con la fobia. En este caso, la persona experimenta un rechazo tan elevado que su reacción es desproporcionada, se aleja, vomita, puede experimentar náuseas,

mareos, no puede mirar el alimento...”. Esto ocurre a menudo en el caso de las olivas. “Mi hermana tapa el frasco con papel de plata, las esconde y, por supuesto, nunca come ninguna delante de mí”, explica Bernardi en un claro ejemplo de cómo las fobias afectan en mayor o menor medida a la esfera social. “Cuando no estoy, aprovecha para desquitarse y hace La Fiesta de la Aceituna, en que todo gira en torno a ella e incluso se visten de verde”.

Muchas personas que odian las olivas lamentan que su caso suele ser muy llamativo en reuniones sociales y que es habitual ser objeto de preguntas que no saben responder. “Es un poco pesado repetir siempre la misma historia, porque te preguntan ‘¿pero las has probado?’”, explica Mejía. Otra cuestión típica que sufren repetidamente aquellos que detestan las olivas es: ¿pero te gusta el aceite de oliva? Pues resulta que a muchos de ellos no solo les gusta, sino que mejor cuanto más virgen. Lo decía recientemente en Twitter Nacho Vigalondo. “A los que tenemos fobia a las aceitunas el aceite de oliva nos encanta. Es así”.

**Al igual que pasa con el resto de fobias, el miedo, asco o rechazo desproporcionado que presentan algunas personas hacia las olivas es completamente irracional**

**Josselyn Sevilla** Psicóloga

Esto nos lleva al origen del rechazo, que parece que no es otro que el encurtido, no el fruto en sí. Lo explica José Ignacio Segura, director de operaciones de Atalaya Agroalimentaria S.L., compañía con sede en Sevilla especializada en la deshidratación de aceitunas. “Una posible

respuesta a ese fenómeno suele ser el encurtido: quienes presentan aversión a la aceituna lo tienen también a otros productos aliñados o aderezados. Esto se debe a que todos los encurtidos se conservan en salmuera y son muy ácidos, muy intensos, con un sabor persistente y muy particular”. No obstante, no existe mucha investigación en la materia, ya que, según la psicóloga Josselyn Sevilla, “a pesar de que no se trata de casos aislados, uno de los motivos de la falta de investigación sobre esta fobia puede ser que las personas que la presentan no acuden a terapia y, por lo tanto, la visibilidad es popular y no clínica”.

Desde Atalaya Agroalimentaria se ha constatado en diversas ocasiones que muchas personas que presentan un rechazo irracional hacia las olivas han probado el fruto deshidratado y les ha gustado. “Obviamente, cuesta muchísimo que una persona con esta fobia se atreva a probarlas, pero en los casos en que lo hemos conseguido ha sido con éxito, puesto que el sabor de una aceituna deshidratada es el mismo que el del aceite de oliva, que no deja de ser más que el zumo de la aceituna”.



Uno de los motivos de la falta de investigación sobre esta fobia puede ser que las personas que la presentan no acuden a terapia y, por lo tanto, la visibilidad es popular y no clínica”.

Otro de los posibles motivos que apunta Segura es el rechazo a los conservantes que llevan muchas aceitunas aderezada que encontramos en el mercado. “Tras reducir la amargor con sosa cáustica, la aceituna se introduce en una salmuera ácida que ayuda a regular el PH. La negra se somete, además, a un proceso de fijación de color para el que se emplea gluconato ferroso, que también puede ser uno de los causantes de esta

aversión”. Más tarde, se les añaden los aliños tradicionales. “Cada empresa tiene su propio aliño, y se utilizan desde hierbas aromáticas a limón, aunque a nivel industrial se suele trabajar con ácido acético”. En Atalaya Agroalimentaria se conserva la aceituna en salmuera, aunque no se aliña, y más tarde se deshidrata por completo eliminando cualquier resquicio de sabor de la salmuera, de manera que “elaboramos productos como la harina de aceitunas, por ejemplo, que se emplea en la industria panadera y que no suele causar rechazo en quienes odian las aceitunas, porque su sabor es completamente diferente”.

La buena noticia para todos aquellos que no pueden ni ver una aceituna es que, como todas las fobias, se puede superar. “Al igual que cualquier otro tipo de fobia, se trata de una reacción aprendida por nuestro cerebro, es decir la interpretación que este hace a raíz de experiencias pasadas que provoca que libere hormonas que nos ponen en alerta y que generan esas respuestas visibles de rechazo”, explica Sevilla, quien señala que para superar la fobia “es recomendable no seguir huyendo”. Esto significa que una exposición gradual al alimento puede mejorar notablemente la sintomatología, pese a que “es cierto que las personas que la padecen tienen que estar dispuestas a hacer un gran esfuerzo”. Bernardi, por su parte, lo tiene claro: “Ni loca me acercaría a una aceituna, ¡si incluso cuando veo un anuncio por la tele inmediatamente me produce un escalofrío por la espalda, y no es exageración!”, señala.

<https://www.lavanguardia.com/comer/tendencias/20210103/6159383/fobia-olivas-que-debe.html>