



FAMOSOS | Redacció | Actualitzat el 20/02/2025 a les 19:00

Aitana se sincera i explica la malaltia que pateix en secret: ?Penses que et mors?

Aitana Ocaña es prepara per al llançament del seu documental, **Metamorfosis**, que s'estrenarà a **Netflix el pròxim 28 de febrer**. Per aquest motiu, la cantant catalana ha tornat a aparèixer als mitjans després d'una temporada més discreta.

Dimecres al vespre, en una entrevista al programa *La revuelta* de RTVE, l'artista de Sant Climent de Llobregat va parlar amb sinceritat sobre la seva trajectòria, la pressió de la fama i la manera com ha hagut de gestionar els seus problemes de salut mental.

"Hi ha moments en què no saps per què et sents trist cada dia i plores sense control. **Vas al psiquiatre i et diagnostiquen depressió**", va revelar parlant del seu estat emocional mentre rodava el documental. No obstant això, també va voler remarcar que és plenament conscient de la seva bona posició: "Si ho penso bé, no em puc queixar gaire". Broncano la va animar a fer-ho: "I tant que pots! Queixa't!", però ella va reiterar que és conscient de la sort que ha tingut.

Durant el programa, la cantant parla obertament sobre la seva salut mental. "Vaig créixer en una família treballadora, mai vaig passar mancances, però els meus pares van tenir moments complicats. Quan vaig fer 18 anys, de cop i volta, **la meva vida va canviar i vaig començar a tenir moltes facilitats**", va explicar en relació amb l'impacte que va tenir la seva participació a Operación Triunfo el 2017. "I no només pel tema econòmic, sinó per moltes altres coses. Quan et converteixes en una persona coneguda, vius amb privilegis constants", va afirmar. Malgrat això, va confessar que en un moment determinat es va plantejar fer una pausa en la seva carrera: "Vaig arribar al punt de pensar a deixar-ho tot durant tres mesos, perquè no tenia forces ni per aixecar-me del llit".

Aitana habla de su depresión: "No fue el mejor momento de mi vida"

"Me planteé parar todo 3 meses porque no podía salir de la cama" #LaRevuelta
pic.twitter.com/ukulrqLjNR

? La Revuelta (@LaRevuelta_TVE) February 19, 2025

El diagnòstic de depressió la va ajudar a entendre que, tot i l'èxit professional, també podia patir problemes de salut mental. "**Ara estic en procés de millora**, perquè aquestes coses no desapareixen d'un dia per l'altre, i també estic seguint un tractament mèdic", va revelar per primera vegada. A més, va explicar que pateix una **hipocondria molt intensa**, cosa que l'ha obligat a fer teràpia. "M'ha passat de ser en un dinar familiar i pensar: «Potser aquesta és l'última vegada que dino amb ells» perquè em moriré ara mateix", va confessar.



"No m'havia adonat que era molt hipocondríaca. Ha arribat a un nivell de bogeria que per això he hagut de començar teràpia, per a canviar una mica la meva ment en aquest aspecte. Des de petita sempre he pensat que em passava alguna cosa, que tenia alguna cosa, que **no volia anar al metge perquè no em trobessin res**", ha reconegut la cantant catalana. Confessa que des de petita "ha tingut aquesta por de la mort".

"He llegido a estar cenando con mi familia y pensar «Esta es la última cena con mi familia»"

La hipocondría es un trastorno psiquiátrico y se menciona muy a la ligera a veces pero la gente que la sufre de verdad lo pasa realmente mal. #LaRevuelta @Aitanax
pic.twitter.com/Sx6wcOOYxE

? La Revuelta (@LaRevuelta_TVE) February 19, 2025