

## Epístolas para jóvenes

*En su momento ya comentamos la aparición de este curioso epistolario (1) dedicado a los jóvenes psicólogos y dirigido por una pluma inquieta como es la de M<sup>a</sup> Dolores Avia. Seis años más tarde aparece una segunda edición a la que se ha añadido una "carta" del profesor Jaime Vila en la que se presenta el panorama psicofisiológico. Del resto, Avia no ha tocado ni una coma, considerando la permanencia de la actualidad de las ideas y sensibilidades reflejadas en los diversos capítulos. Ideas que brotan en cascada gracias a la oportunidad de los temas y a la capacidad de los expertos escogidos. Y sentimientos, porque la fórmula escogida permite salir del corsé puramente académico (los autores son profesores universitarios) para entrar en un terreno donde se pueden permitir licencias que van desde la pasión del entusiasmo hasta el descenso a la realidad más pragmática, dulcificada con el recurso a la ironía.*

*No queda nada excluido de los grandes temas de la psicología: desde la psicología de la salud (una razonable defensa del rol exacto de esta disciplina por parte de Rafael Ballester, aunque sea discutible la liquidación por la vía rápida del contraste con la Medicina Conductual) pasando por la terapias cognitivo-conductuales, convenientemente diseccionadas en 2 capítulos, algo que se nos antoja como oportuno: conviene estudiar esta pareja en sus peculiaridades individuales. Destaca aquí la admirable sencillez expositiva de M<sup>a</sup> Ángeles Ruiz al escribir su cognitiva carta.*

*Un paso por la psicoterapia o el humanismo más sentido, nos permite pelearnos con el espíritu crítico de Carmelo Vázquez, a lo que nos disponemos, a pesar de no ser destinatarios directos, que más quisiéramos. Previene a los jóvenes contra la iluminación por el sistema DSM, algo siempre loable ya que conviene recordar que los códigos, por su propia naturaleza, son todos provisionales y que no conviene encerrarse en el mundo feliz de las clasificaciones que nos proponen las modernas nosotaxias. Ahora bien, tampoco se trata de atemorizar al personal con la figura del DSM, con su aliento en el cogote, como si de un pistolero cargado de balas que –siguiendo su argumento– son suministradas por la factoría farmacéutica. No son los sistemas CIE o DSM, en puridad, procedimientos para "etiquetar fármacos". En este sentido conviene leer las Recomendaciones RTM III (2) para ser conscientes de que estas normas clasificatorias permiten también llegar a consensos sobre tratamientos de base psicológica. Vázquez se muestra de acuerdo en que "deben aprenderse y no olvidarse", conociendo sus limitaciones; no esperábamos criterio diferente de un profesor de Psicopatología. Al fin y al cabo, los reglamentos lo único que de verdad consiguieron es un lenguaje común que garantice la comunicación entre los usuarios. El autor se entabla con saña en una ventolera ciertamente áspera y que resucita la vieja "confrontación" Psiquiatría-Psicología. Así nos presenta una Psiquiatra poseída por un delirio celotípico y que pretende instalarnos en la "felicidad química", neutralizado por la "escucha y comprensión" propias de la Psicología. En este argumento dicotómico, la dama psiquiatría sale a escena y nos ofrece una frenética danza en la que los pífanos son unos neurotransmisores desbocados y estrictamente domados por un director que los recapta convenientemente. Y en este contexto, Vázquez se exalta contrastando lo "psicológico" con el lenguaje "medicalizado"; tal parece que hay peligro de que el modelo psicológico sea invadido por un "bioejército" armado con misiles cargados de neuromoduladores. Quizá deberíamos procurar adaptarnos –ambos tipos de profesionales y sobretodo si trabajamos en el ámbito sanitario– a modelos integradores que preserven la unidad psicobiológica del organismo y que sigan andaduras muy elegantes y que sería obvio recordar. Si nos decidimos a*

---

*trabajar juntos debemos entusiasrnos por una causa común ya que venimos de una historia llena de escollos pero también de banderines de enganche, alrededor de los cuales, psiquiatras y psicólogos han intentado reagruparse. Y así, la Psiquiatría de Enlace se ha afiliado a modelos atributivos que le permiten acercarse con prontitud a temas tan difíciles como la hipocondría (aceptemos ya de una vez el término “ansiedad por la salud”, a pesar de la belleza eufónica griega) o las somatizaciones [otro término revisable (3)]; y la Medicina Conductual o la Psicología de la Salud se reflejan en la teoría general de sistemas.*

*Lo decía Van den Haut (4) y lo apuntábamos nosotros (5) cuando se planteaban las perspectivas psicológicas de la psicopatología, considerando tres posibilidades: la psicología biológica, los procedimientos relacionados con el procesamiento de la información (que presupone el “hardware” neuronal) y las “creencias” (cognitivismo) ¿A cuál de estos niveles nos reduciremos según seamos más “biologistas” o no?: al que nos ofrezca las mejores oportunidades de predicción y manipulación experimental de los fenómenos psicopatológicos. Así pues tengamos la fiesta en paz, expresémonos con la máxima cortesía y alegrémonos de costear en la misma nave porque gozamos de un Mediterráneo común: la Actividad Nerviosa Superior (permítanme este guiño arcaico y pavloviano) que nos permite el sentido de la realidad adecuado. Un sistema dotado, de destreza o torpeza, según los barrios neuronales que nos hayan tocado en suerte y según los estímulos que nos hayan sido concedidos. Una mente que cuenta con esta poderosa herramienta que es el lenguaje, como se encargan de recordarnos brillantemente Violeta Demonte y J. Antonio Marina en la misma monografía (6). Una monografía llena de ardor y de conocimientos pero que sobretodo rebosa ilusión. Y ya sabemos que no hay en el mundo nada más real y sustancial que las ilusiones. “Cartas a un joven psicólogo” contribuye a sentirlas, vivirlas y consolarnos en ellas. Y aunque la primera dimensión de la lucidez sea tomar distancia, y expresar serenidad, debemos reconocer que la ilusión motiva y subyuga a quien tiene la suerte de contaminarse con un sentimiento tan atractivo. Ya saben que en “Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace” nos sobra hasta la quimera, desde hace 19 años. Que siga, compartida con ustedes.*

J.M<sup>a</sup> FARRÉ I MARTÍ  
Editor

- (1) Avia M<sup>a</sup>D (dir): Cartas a un joven psicólogo. 2<sup>a</sup> edición. Alianza Ed. Madrid, 2006.
- (2) RTM III: Recomendaciones Terapéuticas en los Trastornos Mentales. P.A. Soler Insa y J. Gascón (ed.). Ars Médica. Barcelona, 2005.
- (3) Mayou R, Kirmayer LJ y col.: Trastornos somatomorfos: un nuevo enfoque para el DSMV. American Journal of Psychiatry. V. 8.8, 46-468.
- (4) Van den Haut M y col.: Contribuciones de la psicología a la comprensión de los trastornos psiquiátricos. En Gelder M.G., López Ibor, JJ y Andreasen N. (eds.). Tratado de Psiquiatría. Ars Médica. Barcelona, 2003; 333-351.
- (5) Farré JM.: Terapia cognitivo conductual y psiquiatría ¿Amores corteses?. Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace, 2005; 73: 5-7.
- (6) De una lingüista, Violeta Demonte 211-229. De un filósofo, José Antonio Marina 230-242. En op. cit. (1).