

## Siempre detrás del orgasmo

Océano ha reeditado el libro de Julia R. Heiman y Joseph LoPiccolo, "Alcanzar el orgasmo"(1), programa basado en la autoestimulación como medio para facilitar la experiencia orgásmica, y generalizarla en su momento a la relación de pareja.

Esta edición, que sale al mercado a finales del 2000, es una nueva traducción, y una nueva presentación del programa que en su momento publicó la editorial Grijalbo, tras el original aparecido en Nueva York en 1976.

Mientras esperamos los resultados de los estudios sobre la eficacia del Viagra en población femenina, de momento poco prometedores, éste programa cognitivo-conductual mantiene en la lista de éxitos, en terapia para la anorgasmia, el primer puesto a pesar de los años transcurridos.

Se trata, para los que no están familiarizados con éste tipo de intervención, de un enfoque dirigido básicamente a las anorgasmias primarias, siendo desgraciadamente las secundarias más reacias a dejarse influir por éstos pasos, al deri-

varse básicamente de circunstancias médicas (Enfermedades o fármacos), y sobre todo a problemas de pareja o ansiedad, en cuyo caso es mejor centrar los esfuerzos en ello.

Está constatado, por la experiencia de años en su aplicación, que la supuesta reticencia de las pacientes a aceptar un proceso que se inicia por la masturbación, no se da o es muy escasa. En ello influye la seguridad del terapeuta al "vender" el producto, pero también la evolución educativo-cultural, que ha permitido una abertura en las actitudes sexuales de la población.

Es bueno contar con una terapia ordenada y metódica, que permite ser personalizada y adaptada. El apoyo bibliográfico, permite a las pacientes consultar y ampliar la información de lo que están haciendo, resultando más grata, sencilla y probablemente más eficaz su aplicación.

M<sup>a</sup> ANTONIA GÜELL ROVIRALTA

---

(1) Julia R.Heiman-Joseph LoPiccolo: Alcanzar el orgasmo. Ed.Océano. 2000

---

## Enfermos virtuales

La preocupación excesiva por la salud se ha convertido en los últimos años en una atractiva diana para investigadores y clínicos. La hipocondría ha dejado de ser motivo literario para pasar a ocupar un lugar relevante en la investigación en salud mental. Recientemente ha aparecido, dentro de la colección de divulgación “Punto de encuentro”, un nuevo volumen dedicado a este trastorno (1).

En el texto se realiza una revisión de la hipocondría y conceptos relacionados, se presenta una descripción de los factores implicados en el origen y mantenimiento del trastorno y se ofrecen también pautas generales de intervención, dentro de una orientación cognitivo-conductual.

Aunque no se trata exactamente de un libro de autoayuda, posee una destacada intención pedagógica y pretende ser de utilidad tanto para pacientes que presentan el trastorno como para los profesionales que tienen que luchar contra él. Su autora, la Dra. María Dolores Avia, es una importante investigadora en este campo y a ella se debe uno de los primeros estudios controlados de terapia cognitivo-conductual en pacientes con

hipocondría y también un texto anterior sobre el mismo tema dirigido a un público más especializado.

Entre los aciertos del libro, destacamos la facilidad con que la autora traduce a un lenguaje sencillo y fácil de comprender los conceptos más importantes y los descubrimientos más recientes sobre el trastorno. Además, hace especial hincapié en identificar y rebatir algunas ideas frecuentemente extendidas (incluso entre profesionales de la salud mental) sobre la hipocondría.

El libro será especialmente útil para todos aquellos estudiantes y profesionales de la salud mental que necesiten un resumen rápido y preciso de los aspectos generales más relevantes sobre este frecuente trastorno. También personas que padezcan el trastorno o sus familiares, además del público general, se beneficiarán de su lectura.

M.A. FULLANA

---

(1) Avia, M.D (2000). Enfermos imaginarios. La hipocondría. Barcelona: Océano.

## Cartas a un/a conocido/a

Porque si alguien los conoce bien es una profesora como M<sup>a</sup> Dolores Avia que ha visto pasar por su aula un cúmulo de generaciones de alevines de psicólogo. A los jóvenes psicólogos está dedicado un curioso libro que ha dirigido (1), pero también a las “personas jóvenes llenas de interés por la psicología” con lo que expande el destino de los remitentes.

Mujer apasionada por su profesión, esta pasión solamente es comparable a la que siente por la literatura; sus libros siempre están formados por citas literarias que siguen en general el contexto. No nos sorprende pues el guiño literario –que nos descubre la propia Avia– que presupone un título que sigue la estela de Rilke y sus “Cartas a un joven poeta”. “Cartas.....” es una original propuesta en la que profesionales de todas las especialidades psicológicas dedican una serie de capítulos (algunos muy ágiles, otros algo más farragosos, todos extremadamente interesantes) a sus supuestos jóvenes receptores con unos fines que no nos oculta su mentora, transmitir lo que han vivido, lo que han sufrido o gozado, lo que han experimentado. Y así lo desgranar el psicólogo de la salud, el experto en personalidad, el psicopatólogo, la cognitivista o el psicólogo social, para especificar algunos de ellos. Exponen sus conocimientos, sus deseos, algunos incluso sus emociones, sus luchas, sus derrotas o victorias, sus perplejidades, sus experiencias clínicas y sus investigaciones.

Libro de excelente intención, lleno de vivencias y de ideas, se hablará de él no ya por su originalidad, sino también por las sugerencias que nos desvelan sus autores. Se lee fácil pero ello no obvia la profundidad que destilan sus páginas. Y con un final que pretende ser un antídoto contra el posible reduccionismo; la editora recurre a profesionales afines como lo somos los psiquiatras (un servidor de Vds., honrado por figurar en la monografía y el que lo tenía más fácil como podrán observar en mi misiva), una lingüista

(Violeta Demonte) y un filósofo (José Antonio Marina), este último muy cercano a nuestro campo de saber y entender.

A destacar el arranque polémico de Marina que, aprovechando los conocidos escritos de Gergen, recuerda las críticas que ha recibido la psicología, no solamente por su comportamiento invasivo en un oleaje de excesivas playas, sino también por su “fomento del individualismo” (sic) y la “interpretación selectiva de la realidad” (sic). En cualquier caso, que la psicología cognitiva se mueva en un “mundo personal” no resultaría tan sorprendente; a destacar, en este sentido, la honradísima e inteligente “carta” de la Dra. Ruiz (pgs. 40-60) lo cual asume las dificultades metodológicas de los modelos mediacionales cognitivos, lo cual viene a cuento de lo afirmado por el prof. Marina. El cual sube de tono la polémica cuando nos recuerda nuestra visión determinista (si lectores, yo psiquiatra también me meto en el saco común); gracias por el ejercicio de memoria pero esta es una discusión que ocupa nuestros foros y mentes desde el “nature vs nurture” del ser o no ser de las ciencias del comportamiento o de la salud, si nos ponemos enfáticos o de la psicología y la medicina (psiquiatría) si nos simplificamos. Siempre podemos retornar a nuestra vieja “Teoría General de Sistemas” o sumergirnos en la querida “acción humana” que –como recuerda Colodrón (2)– permite coordinar la biología con el “conocimiento de los otros porque en estos se sostiene y modela”, integrándonos en modelos más “evolutivos”, que forman parte del repertorio adaptativo del ser humano.

Más adelante, Marina nos lleva por el camino de la conocida definición combativa de la inteligencia, la más difusa y quizá por ello la mejor de todas como proceso de adaptación a situaciones adversas y nos demuestra que ha leído a Cloninger, Eysenck y Gray para recordarnos –nunca viene mal– la importancia de retornar constructos como el de “temperamento” y “carácter” en la consideración de la personalidad. Que la inteligencia humana no está a merced de los estímulos es también manifestado por el filósofo que –bendito sea– concluye su escrito con referencias pavlovianas (aunque sea recurriendo

---

a Alfred Yarbus y los famosos experimentos de procesamiento de imágenes visuales verificados en su Instituto moscovita) y saltar al segundo sistema de señales, el lenguaje. Brillante ejercicio de síntesis de conocimientos del autor con una referencia final al camino a recorrer entre la neurología y la ética para animar al lector a “participar en la tarea del sujeto humano”.

Hagan de cartero y envíense estas cartas a sus casas. A lo mejor merecen respuesta y todo.

J.M<sup>a</sup> FARRÉ

---

1 Avia, M<sup>a</sup> Dolores (dir): “Cartas a un joven psicólogo” –Alianza (col. Psicología), Madrid, 2000.

2 “Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace. (55-56): 72, 2000.