

Lá psicología: reflexiones sobre su lugar en el campo de la salud

Dr. Fernando Luis González Rey. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana

RESUMEN

En el artículo se presentan un conjunto de reflexiones sobre el creciente papel de los factores psicosociales en la génesis de la enfermedad, lo cual abre novedosas alternativas a la psicología, en el diagnóstico y tratamiento de enfermedades muy diversas.

El artículo enfatiza lo estrecho que resulta el concepto **psicosomático**, pues de acuerdo con los resultados más recientes de la investigación multidisciplinaria en el campo de la salud, toda enfermedad tiene carácter psicosomático.

El autor realiza distintas consideraciones sobre la ubicación del psicólogo y la necesidad de trabajar, cada vez más, con un enfoque multidisciplinario en este complejo campo de la salud humana.

ABSTRACT

Some reflexions concerning the role of psychosocial factors in the emergence of pathology which opens new alternatives for psychologists in diagnosis and treatment of various illnesses are presented in this article.

This article enphasises the limitations of the concept-psychosomatic-which according to the most recent results of multidisciplinary research in the area of health, affirms that all illnesses are of psychosomatic nature. The author offers various considerations concerning the placing of psychologists and the necessity of increasing the use of multidisciplinary approaches in the complex area of health.

La ubicación de la psicología en el sistema de las ciencias es un verdadero problema para quienes se ocupan de la clasificación de estas, pues la psicología tiene un campo de acción bien definido en todos los problemas de investigación donde el hombre está presente: las cuestiones de la salud enfermedad no constituyen una excepción.

En los últimos años los aspectos psicosociales de la enfermedad, han pasado a ocupar un lugar central en la literatura especializada y divulgativa de todo el mundo, que ha conducido a una crisis el concepto de enfermedad psicosomática.

El concepto de enfermedad psicosomática fue utilizado para designar varios tipos de enfermedades, tales como úlceras y colitis, que podían explicarse sobre la base de procesos psicodinámicos. Este término fue especialmente desarrollado en los marcos del psicoanálisis (Alexander, 1950), con el fin de lograr explicaciones psicodinámicas a estas enfermedades, surgiendo los conceptos inadecuados de personalidad colítica, personalidad migrañosa, ulcerosa, etcétera.

Estas personalidades se identificaban por un conjunto de regularidades psicodinámicas, conceptualizadas a través de la interpretación, que supuestamente definían una naturaleza psicológica única y diferenciada para cada una de las enfermedades conceptualizadas como psicosomáticas.

El desarrollo de la propia medicina, la psicología, bioquímica, fisiología y otras ramas del conocimiento, permitió comprender que la enfermedad no es el resultado directo e inmediato de la acción de un agente externo sobre el organismo (virus, bacteria u otro) estando mediatizado el proceso de desencadenamiento de la enfermedad por la vulnerabilidad del organismo a dicho agente.

Un aspecto esencial de dicha vulnerabilidad, viene dado por la capacidad del organismo para resistir el stress y, por tanto, controlar el desencadenamiento de estados emocionales y procesos biopsicofisiológicos, que facilitan el desarrollo de la enfermedad.

En múltiples investigaciones se ha comprobado la acción del stress sobre el sistema inmunológico del organismo, siendo la respuesta inmunitaria un factor esencial en el desencadenamiento de cualquier enfermedad.

En el artículo Depresión, stress e inmunidad, se señala: Ya que el estado psicológico del individuo pudiera influir en el curso de la enfermedad afectada por el sistema inmunitales como las infecciones, las enfermedades autoinmunes y algunos tipos de cáncer - la investigación en las relaciones entre la psique y la enfermedad, cuenta con tres implicaciones clínicas importantes (Pág. 5, 1987)*. La significación de lo psíquico en la etiología, desarrollo y tratamiento de la enfermedad, conduce de manera generalizada en la literatura de los últimos 10 años, a considerar el concepto de enfermedad psicosomática, como inadecuado.

En este sentido R. Lazarus escribe: Ampliar el concepto de psicosomático donde un grupo de dolencias, tales como úlceras e hipertensión, hasta el concepto general de que toda enfermedad podría tener una etiología multicausal ha estimulado la consideración de la respuesta inmune como posible factor incluso en la aparición de procesos neoplásicos, trastornos sumamente alejados del significado original de psicosomático. Es de esperar que en los próximos años haya un aumento en la investigación de

* Compendio de materiales sobre stress. Dirección de Información Científica. MINSAP.

carácter multidisciplinario, sobre los procesos inmunes y los factores psicológicos y sociales que intervienen. (pág. 33, 1986).

La importancia de los factores psicológicos y sociales en la enfermedad, ha provocado una verdadera revolución en la medicina, que convierte al problema de la salud en un complejo objeto multidisciplinario, donde encuentran su lugar la medicina, la psicología, la sociología, la demografía, la bioquímica y, hasta la pedagogía, a pesar de la aparente distancia que tiene con los problemas de la salud.

En el plano social, la salud del hombre pasa a ser un problema de toda la sociedad, no reduciéndose a una institución o a un conjunto de instituciones parciales, pues la satisfacción del hombre en su trabajo, la adecuada utilización del tiempo libre, la vida familiar plena, su satisfacción vital general, su cultura física y dietética, sus condiciones materiales y espirituales de vida, son factores indisolublemente ligados a la salud humana.

La configuración de los factores sociales que intervienen en la salud humana, y la forma concreta en que la efectan, debe constituir una dirección permanente de investigación sobre salud humana, cuyos resultados serían un elemento esencial para la planificación social del universo de factores que afectan al hombre.

El aumento del ritmo de vida y de las propias exigencias que este impone al hombre, presupone, en una sociedad como la nuestra, con potencialidades para actuar de forma planificada sobre los distintos aspectos que intervienen en la vida social, la necesaria organización, interrelación y proyección de la acción de sus distintos resortes sobre el hombre, con vistas a optimizar, en la medida en que sea posible, la menor afectación para la salud humana. Este empeño, por supuesto, no es obra solamente de buenas intenciones, sino de los resultados que puedan arrojar investigaciones de tipo biomédicas-psicosómalas.

Por supuesto, el hombre no es un receptor pasivo de las múltiples, complejas y contradictorias informaciones que recibe de su medio ambiente. Su carácter activo se expresa en su capacidad para organizar, sistematizar este rico caos de estímulos en un sistema de información personalizada relevante, sobre cuya base dirige su comportamiento individual, organizando su sistema de objetivos, la expresión de sus valores, la superación de sus contradicciones, etcétera.

La posición activa del hombre para lograr individualizar su proyección en el comportamiento, dependerá mucho del nivel de desarrollo alcanzado por su personalidad. No todos los individuos tienen el mismo desarrollo de sus posiciones ético-políticas de sus posibilidades volitivas, de sus intereses y de sus capacidades para enfrentar la vida.

La personalidad deviene una categoría psicológica central en la comprensión del papel de la psique en la salud humana.

En esta dirección se trabaja con fuerza en la psicología contemporánea, en la determinación de los indicadores, funciones y regularidades de la personalidad, que facilitan una mayor capacidad de enfrentamiento al stress en el hombre. Sobre este tema nos detendremos en un próximo artículo.

La educación de la personalidad, se convierte en un factor esencial de la salud humana. El desarrollo de la creatividad, de la capacidad de asumir decisiones propias, de comprender al mundo en su verdadera naturaleza contradictoria, de estimular el desarrollo de sólidos intereses hacia la vida, la seguridad en sí mismo, y otros aspectos, son fundamentales para la salud humana.

De aquí, que el proceso de formación de salud comienza en la familia y en la escuela.

La educación del hombre tiene que comprender, además de lo anterior, la formación de hábitos higiénicos y de alimentación, de cultura general para enfrentar la vida, todo lo cual debe integrarse en una educación para la salud, que no es más que un aspecto de la educación integral de la personalidad.

En la consulta clínica de pacientes infartados e hipertensos, constatamos sistemáticamente la falta de información sobre los factores que afectan la enfermedad, sobre los aspectos emocionales de la misma, centrándose la atención del paciente en el consumo de fármacos y en la asistencia a la consulta médica, reforzando una autoimagen de enfermo, que conspira contra las actividades necesarias que debe desarrollar para mejorar.

En cuanto a sus hábitos, muchos pacientes refieren comer sin sal, sin embargo fuman extraordinariamente y consumen mucha grasa animal, son víctima de una gran inercia y monotonía en su vida individual, no practican ningún tipo de ejercicio físico, ni tan siquiera caminan con un objetivo recreativo (subrayado nuestro F.G.). Enfatizó con un objetivo recreativo, pues las actividades no son sanas en abstracto, pero el tipo de acción que le exigen al hombre, sino también por la disposición que el individuo las realiza, y la finalidad que persigue al realizarlas.

En la experiencia de nuestro trabajo clínico, también se manifiesta de forma muy notoria, la presencia de muchos conflictos psicológicos en los pacientes tratados, dificultades en los mecanismos de personalidad que utilizan para resolver sus conflictos, insuficiente desarrollo de la capacidad autorreguladora de la personalidad y muchos otros factores de naturaleza psicológica.

La especificidad de lo psíquico en la etiología, tratamiento y profilaxis de las enfermedades, abre un enorme espacio al psicólogo en el terreno de la salud humana.

Las cuestiones asociadas al stress, a la vulnerabilidad psicológica del enfermo ante él, a la educación para la salud, el estudio y corrección de la calidad de vida y otros, constituyen un complejo sistema que exigen la labor primaria de la psicología en su investigación, corrección y tratamiento.

La psicología, como toda ciencia, cuenta con un aparato conceptual y metodológico, así como con un instrumento básico, formado por técnicas de investigación, diagnóstico, orientación y corrección, cuyo dominio parcial se convierte en una necesidad complementaria para maestros, investigadores sociales, ingenieros industriales, médicos y otras profesiones que directa o indirectamente se vinculan con el hombre.

Los conocimientos psicológicos son de inapreciable valor para el médico, no sólo por la participación de lo psíquico en la enfermedad, sino también, por la significación de la comunicación médico-paciente, en el estado anímico y en las disposiciones de este último, lo cual exige conocimientos sobre la comunicación humana. Además, la proyección social plantea en la renovadora concepción del médico de la familia, convierte a este en un agente activo sobre la sociedad, que la permite intervenir de manera efectiva en los factores sociales que actúan sobre la enfermedad.

El médico, por la propia significación emocional que su trabajo tiene para el hombre, tiene las puertas abiertas para trabajar en múltiples aspectos de la vida en una comunidad, así como en una educación para la salud orientada sobre el terreno; factor esencial para su efectividad en el momento actual de nuestro desarrollo.

En estos momentos el psicólogo desarrolla un trabajo intenso en el plan del médico de la familia, el cual se evidenció en el II Encuentro de psicólogos que trabajan en el plan del médico de la familia, celebrado los días

22 y 23 de enero del presente año en el policlínico Van Troi de Ciudad de La Habana. Allí se evidenció, además de su labor, el apoyo que realiza con sus conocimientos, a que el médico tenga una base de conocimientos psicológicos, que le permita tener una acción más integral, tanto en la atención a los pacientes, como en su trabajo sobre la comunidad. Sin embargo, esto, en mi opinión, no implica la sustitución del rol del psicólogo por el médico, a pesar de las importantes funciones de este.

El cómo sería la inserción del psicólogo en una práctica masiva, es algo que depende de muchos factores, por lo cual no correspondé a nosotros decirlo, pero sí, en nuestra condición de especialistas, sugerir vías de articulación de nuestra profesión, con la enorme empresa social en que estamos enfrascados, pues creemos que aún esta articulación no está bien lograda.

La profesión de psicólogo es muy nueva en nuestro país, y sobre sus posibilidades de acción profesional existe un gran desconocimiento y en algunos casos prejuicios. En ocasiones se vulgariza la aplicación de los conocimientos psicológicos y se pretende que otro profesional, con un curso de 6 meses o un año ya puede exitosamente realizar su papel profesional más el de psicólogo.

La posibilidad de utilizar conocimientos de psicología es útil para complementar el análisis de problemas concretos de muchas otras profesiones, pero confunden esto con la suposición de que ello capacita para asumir problemas específicos del psicólogo, es una tendencia dañina y preocupante.

Las complejas regularidades de la personalidad humana, de los procesos psicológicos empleados en las actividades que el hombre enfrenta en las diversas esferas de la vida, determina que el intento de solución psicológica a un problema aparentemente parcial, desconociendo las regularidades que se encuentran tras él, pueda resultar más nocivo que beneficioso.

El cambio cualitativo general que presuponen los objetivos que nos hemos planteado en el sistema de salud, implica la reconsideración de todos los factores que en él participan, y la proyección integral y multidisciplinaria frente a problemas que, por su propia naturaleza y funcionamiento, son multidisciplinarios.

El lugar que se le concede al hombre en el desarrollo de nuestra sociedad, reflejado con particular énfasis en el proceso de rectificación, plantea innumerable cantidad y demandas, en la mayoría de las cuales vemos un lugar para el psicólogo, lugar que activamente debemos conquistar.

En el campo de la salud, al cual hemos dirigido el presente artículo, pensamos que el psicólogo, quizás no en la misma forma, ni en las mismas proporciones por habitantes, lo cual debe ser estudiado, también debe convertirse en un psicólogo de la familia o la comunidad, complementando el trabajo con el médico, y realizando, además como lo hace el médico, todas las labores que se derivan de su especificidad profesional; intervención de familia, psicocorrección, educación sexual, tratamiento del retraso escolar y de las alteraciones emocionales, práctica y orientación social en la comunidad, etcétera.

Estas cuestiones, han constituido punto de interés permanente de la Sociedad de Psicólogos de Cuba y de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana, existiendo actualmente en la Junta Directiva de la Sociedad, una comisión que estudia todo lo relacionado con la práctica profesional del psicólogo y su proyección en los próximos años.

Un primer informe de esta comisión, será presentado en la Asamblea General de Miembros de la Sociedad que celebraremos en el próximo mes de mayo.

Creemos que el problema es complejo y abarca todas las esferas del psicólogo. El inicio de estas reflexiones en nuestras páginas, es un

intento por compartir colectivamente nuestra posición, ganar en claridad y abrir una línea de trabajo sistemático con la participación de nuestros profesionales, dirigida a optimizar la utilización del psicólogo en nuestra realidad nacional.

BIBLIOGRAFÍA

1. Autores varios
Compendio de materiales sobre stress. Dirección de información científica. MINSAP, 1987.
2. Bayes, R.
Psicología Oncológica. Editorial Martínez Roca, Barcelona 1985.
3. Lazarus, R.
Estrés y procesos cognitivos. Editorial Rubén Martínez Roca, Barcelona 1986.