

Terapia Familiar y Psicobiología. Excavando Bajo los Supuestos que Sostienen los Muros de Compartimentación de la Ciencia¹

Emilio Gutierrez Garcia,
Departamento de Psicología Clínica y Psicobiología,
Facultad de Psicología,
Unidad *Verres Clínicos*, (Servicio de Psicología)
Universidad de Santiago de Compostela

(Publicado en *Cuadernos de Terapia Familiar*, 2004, 56-57: 27-34)

En la ponencia se ilustrará de qué manera la psicobiología y las neurociencias pueden permitir un avance en tres nociones centrales de la Terapia Familiar Sistémica (TFS). De esta manera, de la mano de la curiosidad, se trata de romper el encorsetamiento y la compartimentación que, como cualquier dominio de conocimiento, son intrínsecos a la TFS. Las tres nociones son: el concepto de ambiente, la centralidad del aparato psicológico y la ausencia de relación entre problemas y técnicas de tratamiento.

1. El Concepto de Ambiente.

En la TFS la inversión del binomio figura-fondo supuso un cambio radical en la concepción de organismo; el sistema sustituyó al individuo como unidad de análisis. El medio interno individual, su historia y su estructura pasó a ser irrelevante en terapia. La concepción de totalidad exige que los eventos psicológicos (síntomas, problemas, diagnósticos) sean entendidos en el contexto del medio interpersonal inmediato. El medio es el receptor del mensaje terapéutico y el locus de acción de las intervenciones terapéuticas. Este ambiente externo supuso la renuncia al ambiente interno individual, psicoanalítico o cognitivo.

Este cambio de foco ha sido estimulante intelectualmente y ha aportado nuevas alternativas terapéuticas. Sin embargo, es necesario reconocer que la TFS ha cosechado escasos éxitos a la hora de describir constelaciones familiares específicas en trastornos emblemáticos como la esquizofrenia y la anorexia nerviosa. Hoy tenemos que aceptar que la esquizofrenia no se encuentra modulada, ni mucho menos causada, por dobles vínculos a pesar de la fascinación que produce aún ese tipo de literatura. Contrariamente a las expectativas iniciales, la investigación ha sido incapaz de definir, describir y capturar de forma objetiva cualquier configuración interpersonal específica a ningún trastorno concreto. Hoy en día todavía podemos ir muy poco más allá de concebir a la familia, y el marco interpersonal inmediato, más que como un factor inespecífico

¹ Ponencia presentada al Congreso Internacional de Psicología Clínica e Terapia Familiar . (Santiago de Compostela, 13 de Marzo de 2004.

de estrés, importante por su centralidad en el despliegue de una peculiaridad biológica.

La psicobiología ha tomado el relevo en el subrayado del medio ambiente, y aunque ha vuelto a rescatar al individuo, en algunos casos los estados mentales se revelan como epifenómenos de la interacción entre el individuo y ciertas características del medio ambiente físico, más obvias y tangibles tales como la radiación solar y la temperatura. Esas condiciones ambientales interaccionan con la biología del individuo produciendo estados mentales alterados sin que sea necesaria capacidad de simbolización ninguna por parte del individuo. Así, determinados trastornos se adhieren a la latitud, como es el caso de los trastornos afectivos estacionales, cuyo tratamiento consiste en la exposición diaria a luz intensa. Vista desde esta perspectiva no es extraordinario que algunos estados depresivos mejoraran con aquella intervención supuestamente paradójica según la cual se le pedía a una persona que se levantara una hora antes y que intentara deprimirse a voluntad. Quizás la mejoría no se producía tanto por el desplazamiento ni la comprensión del síntoma en el tiempo, como por el hecho de levantarse una hora antes y estar expuesto, al menos, a luz artificial. También los trastornos bipolares cambian a estados hipomaniacos con sólo levantar a la persona afectada durante varios días de madrugada.

Esta tensión en la influencia relativa de los elementos simbólicos del medio familiar y los meramente físicos del ambiente se dibuja hoy en la anorexia nerviosa con más fuerza que en cualquier otro trastorno. A pesar de la descripción de

Minuchin, no hay nada familiar en la anorexia nerviosa y ya estamos en condiciones de probar que una buena calefacción, o un chaleco térmico, es tan eficaz o más que la terapia familiar o cualquier tipo de psicoterapia. La anorexia nerviosa, desde luego, no está ligada a ningún tipo de familia, y probablemente tampoco tanto a la cultura como a la latitud y a las condiciones ambientales.

2. La necesidad de un aparato psíquico.

De acuerdo con su foco en la interacción la TFS fue el primer sistema de psicoterapia que estructuró sus prácticas sin suponer la necesidad de un aparato psíquico peculiar a la hora de entender la génesis, el mantenimiento y el tratamiento de los síntomas. Básicamente el cambio suponía nada más que un cambio de locus y las necesidades y motivaciones individuales eran suplantadas por las necesidades del diseño del sistema. Este supuesto de la necesidad de un aparato psicológico que conduce a la psicopatología es quizás uno de los retos que plantea la psicobiología y las neurociencias y que en un futuro próximo se verá más contestado. Aunque los humanos seamos los informadores privilegiados de lo que denominamos nuestros estados mentales internos, en ocasiones la psicopatología no es más que un epifenómeno de un proceso biológico subyacente.

Los estudios con modelos animales de problemas análogos a lo humanos es un excelente medio para estudiar el efecto de las condiciones ambientales al margen de las capacidades cognitivas y de simbolización propias de los humanos, al

carecer los animales (o así se supone) de una agencia psicológica consciente de su interacción con el medio. Por ejemplo, la conceptualización en la anorexia nerviosa, y la centralidad del concepto de la imagen corporal distorsionada, se ha visto contestado por los estudios con el modelo animal conocido como anorexia basada en la actividad donde se muestran los efectos nocivos de la interacción entre dieta y ejercicio. La psicopatología es un fenómeno de naturaleza secundaria a procesos que se desencadenan por la pérdida de peso, y es una costra resultante de los procesos de aculturación por los mass-media que divulgan las teorías predilectas en cada época histórica.

El empleo de modelos animales ha proporcionado también una explicación alternativa a una teoría cercana a los planteamientos familiares: la teoría del apego de Bowlby. Cuando Bowlby comenzó a desarrollar la teoría del apego fue consciente de la extrema importancia para la vida adulta de las experiencias tempranas en animales. Sin embargo, estas primeras influencias de estudios animales han desaparecido de la teoría del apego, primando las capacidades simbólicas del aparato psíquico y sus capacidades cognitivas más elevadas. Así, como resultado de las experiencias tempranas de apego, los niños acumulan conocimiento y desarrollan una serie de expectativas (representaciones mentales del apego conocidas como "internal working models") acerca de sí mismo, de las figuras de apego, de los demás, de las relaciones sociales. Estas representaciones mentales proporcionan a la persona esquemas para anticipar e interpretar el comportamiento e

intenciones de los demás, para hacer planes., etc. Sin embargo, las influencias en la vida adulta no parece necesitar de la intervención de esos procesos mentales y emocionales tan complejos que se pensó que eran necesarios, como muestran innumerables estudio sobre las consecuencias de la variación experimental y natural de las prácticas de cría en las ratas.

Estudios con animales han mostrado que el sistema de apego es extremadamente sensible a las experiencias tempranas. Ocultos dentro de las interacciones madre-cría, se encuentran múltiples eventos sensoriomotores, termal-metabólicos y nutritivos que tienen un inesperado efecto regulador en los sistemas conductuales y fisiológicos de la cría. Los cuidados de la madre programan las respuestas comportamentales y neuroendocrinas de las crías al estrés durante su adultez . La separación materna aumenta la respuesta del eje HPA de las crías al estrés, mientras que la exposición a breves períodos de estimulación o manipulación produce en las crías una disminución de la respuesta del eje HPA al estrés. Los efectos de estas experiencias tempranas, provocan alteraciones significativas en la bioquímica y en la morfología del cerebro, cuyos efectos a largo plazo persisten durante toda la vida del animal, influyendo en la habilidad posterior para formar nuevos lazos de apego, relaciones sociales de adultos, posterior conducta materna de las crías y pueden formar la base de vulnerabilidad/resistencia a los trastornos asociados al estrés.

3. La terapia como cambio de atención.

Probablemente en ningún otro sistema de psicoterapia, como en la TFS, se ha llevado a tal extremo la negación de la necesidad de relación entre intervención y problema. El bloqueo de las soluciones intentadas, y no las características del síntoma -o incluso simplemente la recomendación de intentar algo nuevo, con tal de que no se haya probado antes- es una intervención suficiente en muchos casos. Lamentablemente, esta negación de cualquier relación de necesidad entre problemas e intervenciones ha sido difuminada en los últimos desarrollos de la TFS, ya que, por ejemplo, en las narrativas y el constructivismo radical, la indefinición implícita del problema lleva asociada la consiguiente no-explicitación técnica.

Este flujo hacia el polo de la neutralidad, u horror a la directividad, es un proceso de vaivén continuo en la historia de la psicoterapia que tiene que ver con la naturaleza sindrómica de los trastornos, que permite que existan una enorme cantidad de modelos que tratan de “explicar” la naturaleza íntima del problema. Desafortunadamente, la sucesión de modelos y teorías que han gozado de su momento de esplendor se resisten a desaparecer y quedan prendidos del magma de multifactorialidad que más que explicación de varianza lo que muestra es la variedad de explicaciones posibles. En este sentido, la supuesta multifactorialidad de todos los trastornos no es más que un brindis al sol, similar a la causalidad circular de los sistémicos. No existen nada más que como una mala salida poco honrosa, frente a la evidencia del fracaso de modelos simples.

Esta presunta multifactorialidad, intuida más que confirmada, ejerce una amenaza frente a cualquier propuesta simple. Sin embargo, del fracaso de la investigación en psicoterapia a la hora de distinguir unas técnicas sobre otras, y a sus modelos asociados, se puede sacar otra conclusión distinta a la multifactorialidad, o los esfuerzos integradores de supuestos. Para ello debemos trasladar nuestro foco de los contenidos de la conciencia hacia los procesos de atención que mantienen los contenidos en la conciencia. Esto supone seguir resistiéndose a estudiar los contenidos de la conciencia y las facultades mentales superiores y centrarse en los procesos más básicos que posibilitan la conciencia misma.

Una fina disección del panorama de la psicoterapia, TFS incluida, revela que las más variadas formas de psicoterapia encierran un factor común; todas tratan de dirigir, reclamar, focalizar, llamar, centrar, desviar la atención, fuera de las coordenadas espacio-tempo-cognitivo-emocionales-interpersonales que anclan y definen la conciencia misma del problema. Lamentablemente, si lo importante es el proceso de desviar la atención y no los términos en los que ese desvío se apoya, puede entenderse la terrible paradoja en la que se encuentra la psicoterapia: los fines –el desvío de la atención, se han confundido con los medios -la teoría favorita del psicoterapeuta de turno.

Según esta perspectiva, no importa tanto el contenido teórico específico que subyace a un tratamiento concreto, lo importante quizás resida en la eficacia de ese procedimiento para introducir elementos nuevos en la conciencia por medio

del desplazamiento de la atención. Este proceso de liberación de encadenamiento de la memoria de trabajo puede considerarse un proceso formal en términos de procesos atencionales, del planteamiento de 'Mas de lo Mismo' realizados por los terapeutas del Brief Therapy Center del MRI.

Referencias.

Bowlby, J. (1969) *Attachment and Loss (Volume 1) Attachment*. London: Hogarth. 1969.

Gutierrez, E., & Vazquez, R., Heat in the treatment of anorexia nervosa patients. *Eating and Weight Disorders*, 2001, 6:49-52.

Hofer, M. A. (2000). Hidden regulators: implications for a new understanding of attachment, separation and loss. In Goldberg, S., Muir, R. and Kerr, J. (Eds.). *Attachment theory: social, developmental, and clinical perspectives*. New York: The Analytic Press.

Levine, S. The ontogeny of the hypothalamic-pituitary-adrenal axis. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 1994, 746: 275-288.

Meaney, M. Maternal care, gene expression, and the transmission of individual differences in stress reactivity across generations. *Annual Review of Neurosciences*, 2001, 24:1161-1192.

Rosenthal, NE: *Winter Blues: Seasonal Affective Disorder - What It Is and How to Overcome It. (rev. ed.)*. New York: Guilford Press, 1998.

Watzlawick, P., Weakland, J., Fisch, R. *Change. Principles of Problem Formation and Resolution*. New York: W. W. Norton and Co., 1974