

## Recensión de libros [Book review]

Libro: “*Las raíces de la psicopatología moderna. La melancolía y la esquizofrenia*”.

Autor: Marino Pérez Álvarez (Madrid: Ediciones Pirámide, 2012).

Por: José Luis Pérez Méndez (Hospital Universitario Puerta del Mar (Cádiz), [joseluisperez22@hotmail.com](mailto:joseluisperez22@hotmail.com))

La temática central de este libro versa sobre el origen y la naturaleza de la psicopatología moderna, en concreto va a la búsqueda de motivos culturales y sociales que han configurado la realidad psicopatológica del ser humano en el momento histórico actual. Cuando el autor habla de psicopatología, no sólo se refiere a la contemplada por los distintos manuales de clasificación y diagnósticos actuales (DSM-IV-TR o CIE-10), sino que además hace mención a la creciente “psicopatologización” de hechos relacionados con la vida cotidiana.

El punto de partida es que como consecuencia del individualismo alcanzado tiempo atrás por el ser humano, fruto en parte de la adquisición del lenguaje escrito, pagamos un tributo especial, una especie de autoconciencia intensificada, que toma la forma de preocupaciones, desasosiego, rumia de pensamientos, atención autofocalizada e hiperreflexividad. Todas estas condiciones fenomenológicas se encuentran en la base de la mayoría de trastornos psicológicos y mentales que hoy día conocemos. De manera que alguna forma de reflexividad aumentada o alteración de la conciencia se encuentra alterada en prácticamente todos ellos. El autor defiende que este tipo de funcionamiento, o mejor dicho de funcionamiento alterado, no es la consecuencia del trastorno, sino más bien la causa del mismo. A la vez considera la Hiperreflexividad y la consiguiente psicopatología, como un producto histórico-cultural, tesis ya defendida en publicaciones anteriores, tal como el “Mito del Cerebro creador” (2011) o “La invención de los trastornos mentales” (2007), donde se analiza desde una perspectiva crítica la tendencia cerebro centrista que domina la mayoría de las prácticas vigentes en salud mental.

Se toma la “sociedad oral” como punto de partida o “grado cero” de reflexividad, no porque se carezca de ella, sino más bien como línea base sobre la que registrar hechos posteriores. El primer gran cambio viene determinado por la invención de la escritura, que sin duda tiene sus propios correlatos en la reorganización de la propia sociedad, así como en la conducta y en la configuración de nuestro sistema nervioso. Es un claro ejemplo de cómo un cambio a nivel social-cultural termina configurando una nueva realidad conductual y fisiológica-corporal. Partiendo de esta base, se realiza un recorrido que da comprensión a la concepción del sufrimiento, tal y como lo concebimos en estos momentos. Aunque la reflexividad sienta sus bases en la Grecia antigua, es a partir del Renacimiento donde aparece propiamente la reflexividad moderna, como una nueva forma de autoconciencia que causa mucho sufrimiento al propio individuo. De forma que diversos problemas que hoy consideramos psicopatología, en épocas anteriores no eran considerados como tales, ya que se encontraban normalizados dentro de los avatares de la vida y tenían sus propios contextos de solución dentro de las estructuras comunitarias de las que los individuos formaban parte. Pero llegaría el momento en que los problemas de la vida se convertirían en problemas psicológicos dentro del individuo. De esta forma, con la aparición del individualismo característico de la sociedad occidental, la conciencia empieza a ser objeto de análisis en el propio individuo, dando forma a lo que se ha venido a llamar hiperreflexividad, que se convierte más en parte del problema que de la solución. Se produce de este modo, lo que el autor denomina “paradoja” de autoconciencia, que hace al ser humano más lúcido, a la vez que responsable de la mayor parte de su sufrimiento que padece.

El libro se divide en doce capítulos. En el primero se hace mención a los supuestos filosóficos de los que se parte, básicamente se defiende la concepción del ser humano bajo los principios del conductismo radical, haciendo especial hincapié en la conexión del individuo con el ambiente en el que se desarrolla. Además se realiza una defensa de la fenomenología, como método principal de estudio y análisis de la psicopatología.

En el capítulo 2 se define los diferentes tipos de conciencia, que se entienden como una evolución en la propia reflexividad de la persona. Se distinguen la conciencia, la autoconciencia, la mimesis y la empatía, la autoconciencia corporal prerreflexiva, la autoconciencia corporal reflexiva y la autoconciencia corporal hiperreflexiva. Entiende que en la base de los trastornos psicológicos se encuentra principalmente implicada la autoconciencia corporal hiperreflexiva.

En el capítulo 3 se diferencian diferentes tipos de Hiperreflexividad, a saber, la atención autofocalizada, la rumiación y los pensamientos automáticos entre otros. Además se destaca el papel de las habilidades metacognitivas como formas de hiperreflexividad, que se encuentran en la base de pensamientos relativos a la adecuación de determinados pensamientos y/o sentimientos.

En el capítulo 4 se defiende y se aportan pruebas que demuestran como la hiperreflexividad se termina convirtiendo en una condición que se encuentra en la génesis de la psicopatología y el sufrimiento humano, más que como mero correlato de la condición clínica. Se aportan datos procedentes de estudios de correlación, experimentales, de observación y procedentes de la evidencia clínica. Al final de este capítulo se plantea el origen cultural versus orgánico/biológico de la hiperreflexividad, cuestión que se retoma de forma plena en el capítulo 5, donde se plantea el eterno debate filosófico del dualismo mente-cuerpo versus monismo, a la vez que se propone una doctrina filosófica materialista, identificada como “materialismo filosófico”.

fico”. Esta postura se opone tanto al dualismo como al monismo. Distingue tres géneros de materialidad o realidad: materia fisicoquímica (estructuras y procesos neuronales), materia psicológica (experiencia, cogniciones y conductas) y materia de las entidades abstractas (que incluye diversas realidades: lenguaje, escritura...) con lo que se plantea, que para entender al ser humano en su totalidad o cualquier acción que el mismo emprenda, se debe recurrir a una explicación global teniendo en cuenta los tres elementos esenciales que configuran la realidad humana, a saber, cuerpo, conducta y cultura, a la vez que desecha la “moda” actual cerebro-centrista, por la estrechez de miras que supone.

En los capítulos siguientes se analiza de forma pormenorizada el impacto de la escritura en la condición del ser humano moderno. En el capítulo 6 se analiza el mundo antes de la escritura, y se describe como un mundo oral, presidido por el sonido y la voz, más un mundo-como-evento que un mundo-como-visión, en este tipo de contexto la hiperreflexividad no tenía cabida. En el capítulo 7 se dedica a la repercusión que tuvo la alfabetización en la configuración del hombre y su influencia en las tres realidades que configuran el estudio de la psique según el materialismo filosófico: cuerpo, conducta y cultura. Finalmente en el capítulo 8, se hace un recorrido histórico que intenta ver la evolución que ha tenido la hiperreflexividad y la psicopatología que se deriva de la misma, desde la antigua Grecia hasta nuestros días.

La última parte del libro la dedica a dos trastornos clásicos: la esquizofrenia y la depresión melancólica. Son trastornos que han preocupado mucho a los diferentes autores que lo han estudiado, por la resistencia y la complejidad de los mismos. El capítulo 9 analiza la “esquizofrenia” como fruto cultural de la locura conocida en otras épocas, asemejándola a trastornos culturales propios de épocas orales, como el Amok. Posteriormente se analiza la esquizofrenia bajo el prisma fenomenológico, relacionándola con alteraciones en el lenguaje y con alteraciones de la propia autoconciencia. Este análisis sigue en el capítulo 10, conceptuándose dicho trastorno como una alteración de la ipsiedad, a la par que se proponen medidas psicoterapéuticas concretas basadas en la Terapia de aceptación y compromiso, en la activación conductual y en el mindfulness. En el capítulo 11 se realiza un análisis histórico de la depresión, empezando por la melancolía propia de Hipócrates, que sigue con un recorrido por las diferentes épocas históricas hasta llegar al momento actual. Se defiende que al igual que la locura ha derivado a la esquizofrenia por los condicionantes históricos y culturales contemporáneos, la melancolía ha evolucionado a la depresión, entre otras cuestiones por la creciente medicalización de estados reactivos a factores contextuales. De manera que el cambio se sitúa en el propio individuo, en lugar de localizarse en el contexto, verdadero causante de dicho estado. Finalmente en el capítulo 12 se realiza un análisis fenomenológico de lo que hoy se conoce como condición depresiva, proponiendo como principal mecanismo explicativo el denominado “bucle de la desesperación”, característico en la personalidad depresiva. Finalmente propone la Terapia de activación conductual como alternativa terapéutica eficaz para facilitar el cambio en el trastorno.

Por último encontramos un resumen terapéutico, donde se propone, que dado que en la mayoría de las alteraciones psicológicas se encuentran presentes alteraciones en la propia conciencia en mayor o menor medida, se utilicen principios unificados de tratamiento psicológico, que valgan para los distintos trastornos, aunque sin perder de vista la idiosincrasia de cada caso y del trastorno en particular. Estos principios comunes podrían ser: la Logoterapia o Terapia Existencial propuesta por Víctor E. Frank, la Terapia de Aceptación y Compromiso (Hayes, Strosahl y Wilson), la Terapia de activación conductual o el Mindfulness.