

¿EL RETORNO DE LA PSICOTERAPIA?

Rodrigo González-Pinto. Médico Psiquiatra*

Hace ya dos años Alberto Fernández Liria escribía en *Psiquiatría Pública*, un editorial que titulaba *El retorno de la psicoterapia*. Afirmaba Fernández Liria que “desde hace dos años, los trabajos sobre psicoterapia de intervenciones psicosociales han vuelto a aparecer, ocupando un lugar preferente en las publicaciones internacionales”. En resumen, el artículo auguraba el retorno de la psicoterapia tras la importante reducción o casi desaparición de textos y artículos sobre psicoterapia de las principales publicaciones psiquiátricas y de los conceptos derivados de la práctica psicoterapéutica del discurso psiquiátrico dominante durante los años 80. El optimismo del editorial *Psiquiatría Pública* de hace 2 años choca con la realidad que vivimos en la actualidad. Si por ejemplo, revisamos todos los *American Journal of Psychiatry*, los *British Journal of Psychiatry* o los *Archives of General Psychiatry* del primer semestre de 1.999 podremos comprobar que los artículos sobre psicoterapia brillan por su ausencia y salvo 1 ó 2 excepciones del total de todos los artículos, el resto se refiere a investigación psicofarmacológica, genética, a estudios descriptivos o, en general, a todo lo relacionado con la psiquiatría biológica. Por otra parte, los que trabajamos en la psiquiatría pública comprobamos la cada vez mayor dificultad para poder tratar mediante psicoterapia a nuestros pacientes.

Y todo ello, habiendo intentado “retornar la psicoterapia”, en “posición de humildad”, con

eficacia probada, siendo complementaria de otros tratamientos y adaptándose a circunstancias impuestas por la realidad (brevedad de tiempo, etc.).

¿A qué se debe este “no retorno de la psicoterapia”? Como dice Antonio Espino en un artículo en el que escribe sobre la atención al enfermo mental en España, recientemente aparecido en *El País*², “asistimos a una presión creciente sobre las clases medias a favor de ciertos consumos de salud mental, consecuencia, no tanto de la existencia de nuevas necesidades colectivas, sino del avance de una cultura consumista y mercantilizada que sueña con poseer una felicidad continua, indefinida y estable mediante el uso de todo tipo de remedios ante cualquier presencia de ansiedades, tristezas o preocupaciones derivadas de los problemas cotidianos”. Continúa diciendo Antonio Espino: “los medios de comunicación se están convirtiendo en la caja de resonancia ideal desde donde lanzar nuevos y extraordinarios remedios que como *bál-samo de Fierabrás*, tienen propiedades sobre todo tipo de problemas imaginables”... . Lo cierto es que incluso entre los propios psiquiatras han ido cristalizando estas ideas. Hace pocos días un conocido psiquiatra criticaba la utilización del *Prozac* y decía: “Hoy toman *Prozac* hasta los perros”. “Este fármaco muy eficaz como antidepresivo y casi sin efectos secundarios se ha sobreutilizado fuera de los canales iniciales. Las ventas son escandalosas. La gente no piensa, toma *Prozac*. Es decir, incluso, frecuentemente, cuando se cri-


tica el consumo exagerado de psicofármacos, se dan por supuesto falsas ideas como que el producto es “muy eficaz” y la “casi ausencia de efectos secundarios” de los nuevos productos.

Esta presión, que puede interpretarse de diversas maneras, influye en ese “no retorno de la psicoterapia” y está ejercida de una manera importante por la industria farmacéutica que ha conseguido colonizar a la mayoría de las áreas de poder de la psiquiatría y a los propios psiquiatras. En este sentido la revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría publicaba hace 1 año un artículo de Hernández Monsalve³ sobre la controvertida relación de los psiquiatras con la industria farmacéutica. El autor denunciaba el hecho de que habiendo dimitido la administración sanitaria de su función de facilitar formación continuada suficiente, los laboratorios se han convertido en los principales promotores de la investigación farmacológica y la principal fuente de información. Una alianza (Industria farmacéutica-Psiquiatras-Investigación-Universidad) apropiada para el momento histórico en el que vivimos, donde importa menos el conocimiento, la reflexión, el pensar sobre los problemas, que el encontrar remedios rápidos para éstos. Todo es química y todo tiene su píldora eficaz. En muchas ocasiones, el triunfo del pensamiento mágico frente al racional.

Todas estas circunstancias crean un clima en el que el “retorno de la psicoterapia” es una tarea difícil a corto y quizás medio plazo, a pesar de la “humildad” con la que ha querido volver. En este sentido pienso que son válidas las palabras de Thomas Szasz⁴ escritas hace

ya más de 30 años en *La ética del psicoanálisis*: “Con todo, ayer mismo, el psicoanálisis prometía la liberación del hombre interior, como la sociedad abierta intervino en la liberación del hombre exterior. Ambos son aspectos del individualismo y del racionalismo modernos. Juntos han intentado y aún intentan promover la personalidad autónoma y la sociedad libre. ¿Han fracasado?. Es muy pronto para decirlo. Todavía no ha terminado el juego”

Sigue diciendo Szasz: “Cualquiera que sea el resultado final, el presente tanteo no nos ofrece motivos de optimismo. En la América de la mitad del siglo XX, el bienestar ha desplazado a la libertad, y el individuo autónomo se ha convertido en el hombre superfluo, en el sobrante...”

Sólo la continuidad en lo que ya hace algunos años surgió en el sentido de una aplicación realista de la psicoterapia, el desarrollo de la investigación, la demostración de la eficacia, de la eficiencia y de la efectividad, la utilización de medios que puedan mostrar el trabajo y los cambios (vídeo, nuevas técnicas de neuroimagen cerebral, etc.), la formación seria, etc., pueden condicionar un auténtico retorno de la psicoterapia a medio o largo plazo. 

*CSM de Ercilla. C/ Ercilla, nº4.
48009 Bilbao. Tel.: 94.423.0049.

BIBLIOGRAFÍA:

1. Fernández Liria, A.: “El retorno de la psicoterapia”. Editorial. Psiquiatría Pública, Vol. 9, N° 4: 9-10. Julio-Agosto. 1.997.
2. Espino, A.: Salud Mental: ¿nuevos retos o viejos problemas?. Tribuna Sanitaria, El País, martes 14 de Septiembre, 1.999.
3. Hernández Monsalve, M: El psiquiatra y sus circunstancias en el nuevo mercado del psicofármaco. Revista Asociación Española de Neuropsiquiatría. N° 68: 729-733. 1.998.
4. Szasz, T: La ética del psicoanálisis. Págs. 11-12. Ed. Gredos, S.A., 1.965.

Una vez más, en este mes de Octubre se ha celebrado el Día Mundial de la Salud Mental. Algunas conferencias, folletos, mesas redondas y encuentros reivindicativos, con familiares y usuarios como protagonistas del evento y de su organización nos han recordado la, aún enorme, distancia entre afectados por la enfermedad mental y la normalización social. En medio, demasiada discriminación y desigualdad. También con las personas mayores, aunque las Naciones Unidas expresen el deseo de caminar hacia sociedades para todas las edades, y por ello la oportunidad de haber declarado como centro de atención para esta fecha la “Salud Mental y Envejecimiento”. La Declaración de la Federación Mundial para la Salud Mental queda reflejada en estas páginas de GOZE como muestra de nuestra pequeña aportación solidaria.

Desde la Academia Vasca de Ciencias de la Salud Mental (Gogo Osasunaren Zientzietarako Erakundea) damos la bienvenida a la colaboración de otra asociación profesional, la OME-Asociación Vasca de Salud Mental, cuyo empuje e iniciativas sin duda serán una gran aportación para la consolidación de esta revista -GOZE- que nació para impulsar la actividad científica, fomentar la reflexión, promocionar alternativas, debatir sobre las investigaciones más recientes y ser marco de expresión de inquietudes del acontecer en nuestro campo de intervención, la salud mental de la comunidad. La clínica, la investigación o la gestión tienen su espacio en esta publicación. Y si nuevos profesionales se acercan ofreciendo sus energías, bienvenidos sean. Estos esfuerzos conjuntos, y muchos más, son necesarios para acercarnos al conocimiento de la realidad.