

# Presentación y esbozo del modelo conductual

**Para mí constituye un honor y una responsabilidad la oportunidad de escribir en El Diario Médico dada la calidad de sus producciones. En primer lugar y en función de su perfil médico, me gratifica enormemente la posibilidad de integrar conocimientos de otra disciplina como es la Psicología, para la comprensión global del comportamiento humano. En tal sentido parte de mis notas estarán encaminadas a ilustrar cómo aspectos del comportamiento se vincularían con afecciones orgánicas, campo éste de la psicología llamado Medicina Conductual; lo cual no irá en detrimento de la exposición de otros tópicos psicológicos. Espero y deseo que las mismas aporten algo y resulten de interés a los lectores.**



PSIC. SUSANA ACQUARONE

## ORÍGENES DE LA PSICOLOGÍA COMO CIENCIA

Quisiera comenzar situando a la psicología como una ciencia con un objetivo y un método particulares de estudio. Considero pues pertinente realizar un breve racconto acerca de sus orígenes. La ciencia, básicamente es un modo de producir el conocimiento, no el único. Un momento decisivo para la constitución de una ciencia lo constituye la definición de un objeto particular de estudio y en virtud del mismo la adaptación de un método particular de investigación. Se dice que la «filosofía es la madre de todas las ciencias», este saber popular guarda un sentido concreto, en tanto en los orígenes de la ciencia fundamentalmente el conocimiento del Mundo se articulaba en una sola disciplina compleja: la filosofía y la ciencia griega. Tras la progresiva complejidad de la sociedad con el transcurso del tiempo, se fueron subdividiendo cinco grandes continentes del saber.

En el S XV con la aparición de la burguesía y los grandes imperios europeos y el procesamiento de los metales preciosos y no preciosos nace la Química. El tercer gran continente lo constituye la medicina a partir de los siglos XVIII y XIX. Posteriormente la historia se desliga como disciplina científica y con el desarrollo de la economía, la sociología, la antropología. El quinto gran continente lo constituye la psicología como ciencia natural y experimental a principios del S XX, la cual surge como «puente» entre dos continentes: la biología y la historia. Cabe mencionar que esta subdivisión en cinco grandes continentes constituirían niveles explicativos de la realidad independientes pero vinculados entre sí y en síntesis complementarios de una única realidad.

## LA PSICOLOGÍA: CIENCIA «PUENTE»

Pero qué quiere decir que la **psicología es una ciencia «puente»**? En primer lugar, la psicología es básicamente una ciencia biológica (natural): con base en el organismo humano; pero, como una parte fundamental de su ambiente lo constituyen otros organismos y en el caso del hombre un ambiente social, construido; la psicología queda inmersa en el continente de la historia. La psicología define así **su objeto de estudio: la conducta**, entendiendo por ello todo lo que hace un organismo, es decir que pensar, sentir y actuar son conducta. En sí el objeto de estudio es una abstracción, en tanto la conducta se configura a través de la **interacción del organismo con su entorno (sea éste físico o social)**.

inferiores. Por otro, la fisiología del sistema nervioso descubre su unidad de análisis, el reflejo y con Sechenov y Pavlov constituyen los primeros intentos de la investigación del sistema nervioso y la conducta. De estos descubrimientos se desprende el desarrollo de una psicología basada en una continuidad entre el comportamiento animal y el humano. Diferenciándose sí en su grado de complejidad, aspecto cualitativo del desarrollo. Otro aspecto relevante a destacar del enfoque conductual de la psicología, es que es una teoría que partió del análisis del comportamiento normal para luego investigar cómo se producía el comportamiento «anormal» o «psicopatológico». Punto de diferencia con otros campos del conocimiento (el psicoanálisis y la psiquiatría). Volviendo un paso atrás, cuando el conductismo define a la psicología como ciencia con un objeto de estudio asequible al método científico, existían ya otras formulaciones psicológicas (W. James «Principio de la Psicología»; el laboratorio experimental en Leipzig creado por Wundt en 1879 y los análisis de la histeria muy difundidos y desarrollados por Freud). A principios del siglo pasado los llamados «trastornos mentales» eran interpretados como expresión inconsciente de conflictos psíquicos. A partir de los cuales se postulaba la existencia de la «mente» y el «aparato psíquico» como factor explicativo de dichos fenómenos.

## DOS MANERAS DE COMPRENDER EL COMPORTAMIENTO

Aún hoy en día no existe una sola psicología, sino básicamente dos maneras de comprender el comportamiento del individuo. Una la conductual o Conductista, la otra la psicodinámica o psicoanalítica (de la cual derivan otras escuelas).

Quisiera mencionar algunas diferencias que me parecen pertinentes.

Un corte sustancial con la corriente psicológica interpretativa y psicodinámica lo constituyó la postura de evitar apelar a causas internas

como traumáticas nos pueden suceder a cualquier edad de la vida y el impacto que tenga sobre nuestra individualidad variará muy probablemente en función de la historia interactiva previa. La explicación del comportamiento parte de una multicausalidad de factores o más precisamente una interdependencia de factores; dentro de los cuales se adjudica mayor peso a los factores actuales como determinantes del comportamiento. El peso del pasado, tan importante para otros marcos terapéuticos, queda superado a la coyuntura de elementos presentes. Lo cual no significa que una persona en la actualidad pueda estar presentificando aspectos de su pasado a través del discurso. Cabe destacar que **la historia interactiva del organismo con su entorno** configura una individualidad única que hace que esa persona actúe de una forma particular. El **concepto de aprendizaje** es un elemento clave en la explicación y adquisición del comportamiento. Se han postulado **leyes o principios del aprendizaje** que explican bajo qué condiciones se posibilita o modulan los ajustes entre la persona y el ambiente. Algunos puntos a destacar del concepto de aprendizaje son: por un lado, que las mismas leyes que explican el comportamiento normal son las que explican el inadaptativo, inconveniente o patológico para el sujeto; por otro, los factores de inicio de un problema no son siempre los mismo que aquellos de mantenimiento de la problemática en el presente; y en tercer término el que aprende es el organismo en su totalidad y no una parte de él. Esto viene a desmitificar la idea de que todo aprendizaje o conocimiento tenga que pasar por el cerebro o la mente.

## LA PSICOLOGÍA CONDUCTUAL Y SUS ÁREAS DE INTERVENCIÓN

Yendo al plano aplicado de la psicología conductual, son varias las áreas de intervención, no limitándose éste al quehacer clínico exclusivamente. Así por ejemplo se trabaja

el abordaje de otras problemáticas: cefaleas tensionales, dolor premenstrual, trastornos por dolor y toda la gama de trastornos orgánicos funcionalmente relacionados con la ansiedad (taquicardia, mareos, náuseas, dolores difusos, etc.). Respecto a la conjunción con los abordajes psiquiátricos se han implementado cambios molares en Instituciones de internados entre el personal de asistencia y los internados.

Un punto que no es de menor importancia consiste en el gran impacto que ha tenido más recientemente el enfoque pese a lo incipiente de su desarrollo aplicado (década del 60 y recién a partir de los '80 en Uruguay cuenta con inserción académica). Este fenómeno se ha producido en parte por la efectividad de sus tratamientos. La modificación de conducta, terapia del comportamiento terapia cognitivo-conductual (términos usados como sinónimos) basa su estrategia de intervención en lo que llamamos el **análisis funcional de la conducta**, a través del cual una vez definidos de común acuerdo los objetivos o metas a lograr paciente-terapeuta, se busca analizar la interrelación entre antecedentes, consecuentes y otras variables significativas de las que el comportamiento depende. Otro elemento que se desprende de esta línea refiere al hecho de que el saber o entender un problema si bien es necesario, no es suficiente para cambiarlo. Así como también el crear un buen vínculo de trabajo es un elemento importante pero tampoco basta. Para culminar quisiera agregar que cuando una persona consulta porque se siente «mal» por ejemplo, uno de los primeros pasos a dar es mostrarle cómo es hasta normal y esperable su estado en virtud de ciertos circunstancias que se están dando y que cambiar este estado va a depender de realizar cambios concretos y desarrollar habilidades específicas para el manejo de situaciones específicas. Desde la teoría conductual se han investigado **técnicas** que ayudan en el logro de los objetivos propuestos. Así por ejemplo se destacan las técni-

## Calma natural sin alterar la atención o memoria

Tras el desarrollo incipiente de la física con el estudio de la materia se comienza a centrar el interés por el espacio, los volúmenes, la trayectoria de los astros, lo que viene a dar origen a la matemáticas y la geometría (Tales de Mileto y Pitágoras).

El momento histórico en que nace la psicología es clave para comprender su surgimiento. Por un lado la biología, bajo la influencia de las tesis evolucionistas de Lamarck y Darwin, establece la continuidad entre el hombre y los organismos

y a procesos inconscientes o subyacentes a la persona para explicar el comportamiento.

## EL CONDUCTISMO

El conductismo considera el **desarrollo del comportamiento como un proceso continuo**, no existiendo a priori «anclajes» a edades evolutivas predeterminadas. Lo cual no quiere decir que aquellas agudas observaciones hechas desde este otro marco conceptual, carezcan de valor desde un punto descriptivo. Así por ejemplo es cierto que muchos de los problemas de la infancia guardan relación con la relación que se establece con los progenitores, pero el punto de análisis que se hace de éstas observaciones es lo que hace a la diferencia de enfoques. Asimismo, se podría presuponer que durante los años tempranos de vida, las experiencias pueden tener un efecto más determinante en la conducta posterior del individuo, dado que no existen «inscripciones» previas; sin embargo experien-

cias de inoculación y afrontamiento del estrés, técnicas de relajación muscular, técnicas de reestructuración cognitiva, técnicas de resolución de problemas, técnicas de autocontrol, etc. No obstante, no son las técnicas por sí solas las que producirán los cambios si quien las aplica no conoce en profundidad y con seriedad el marco teórico del cual se desprenden.

cas de inoculación y afrontamiento del estrés, técnicas de relajación muscular, técnicas de reestructuración cognitiva, técnicas de resolución de problemas, técnicas de autocontrol, etc. No obstante, no son las técnicas por sí solas las que producirán los cambios si quien las aplica no conoce en profundidad y con seriedad el marco teórico del cual se desprenden.

DR. ANDRÉS FLORES COLOMBINO

## Destacado entre los hombres más del año 2003

En el marco de la tercera edición de Los Hombres Más Destacados del Año, de Juan Herrera Producciones, evento que premia a los 35 hombres en sus distintas categorías que se han destacado en el año 2003 en todo el Uruguay, fue elegido por toda la prensa nacional, universidades, asociaciones, federaciones y fundaciones, (unos 600 votos) en la Categoría Mejor Investigador Académico y Comunicador científico del año 2003.

La ceremonia de premiación se realizó con una Cena Show para 500 personas el día lunes 29 de marzo en el salón Flamingo del Complejo Riviera.

Entre los méritos que resaltaron la personalidad del Dr. Flores Colombino, figuró su carácter de columnista de EL DIARIO MEDICO y los aportes que sobre su especialidad como sexólogo realiza desde nuestras columnas.

Reiteramos al distinguido profesional, nuestras más calurosas felicitaciones descontando que con sus entregas, seguirá honrando las páginas de esta publicación.

**EL DIARIO MEDICO** enriquece desde hoy sus columnas con los aportes de la **Psic Susana Acquarone** de cuyo extenso currículum destacamos

Egresada de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República. Terapeuta Cognitivo-Conductual. Egresada de la Sociedad Uruguaya de Análisis y Modificación de la Conducta (SUAMOC). Co-fundadora del Centro Conductual Montevideo (C.C.M.). Coordinadora del servicio de Asistencia Psicológica Conductual a Demanda en SE.ME.CO (Depto. de Florida). Ex-integrante del Equipo de Asistencia e Investigación en Psicoterapias de la Policlínica Psiquiátrica del Hospital de Clínicas. Cursos de Educación Sexual. Participación en diversos Congresos y Jornadas Científicas en el Uruguay y en el exterior. Publicaciones diversas y extensa actividad docente, clínico-asistencial y de difusión sobre temas de salud, entre otros.