



INTERPSIQUIS

Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría,
Psicología y Salud Mental

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

Francisco Javier Cano García

fjcano@us.es

Psicosomatología, Psicología, Medicina Psicosomática, Medicina Conductual, Psicología de la Salud, Psiconeuroinmunología

RESUMEN

Luis Chiozza, uno de los psicoanalistas y médicos psicosomáticos vivos más influyentes en el panorama internacional, postula la redefinición de la Medicina Psicosomática como Psicosomatología, trascendiendo las disciplinas médicas y superando la diferenciación entre lo psicológico y lo somático. La define como "la ciencia que se ocupa de la patología médica, de los organismos vivos y de sus interrelaciones, desde una perspectiva psicosomática" (Chiozza, 2018). Nuestra ponencia pretende enmarcar esta propuesta de la Psicosomatología en la evolución histórica de la Psicología, enfatizando el rol desempeñado por las distintas disciplinas o ámbitos interdisciplinarios específicos que se han interesado por la patología psicosomática: Medicina Psicosomática, Medicina Comportamental, Psicología de la Salud y Psiconeuroinmunología.

INTRODUCCIÓN

El eminente psicoanalista contemporáneo Luis Chiozza ha "rebautizado" la Medicina Psicosomática como Psicosomatología, por dos motivos. El primero, la incorrección de la primera denominación: "*La palabra psicosomática ha sido cuestionada, innumerables veces, con el argumento de que lleva, dentro de sí, en las dos palabras que la componen, la disociación que procura evitar*" (Chiozza, 2018, p. prólogo). El segundo, la idoneidad del nuevo término:

...si tenemos en cuenta que el término "-logía" (compuesto por "logos", que significa palabra, razón, expresión, y el sufijo "-ia", que denota cualidad) funciona como una especie de sufijo que pasó a significar discurso, y después tratado, estudio y ciencia, acerca de lo que designa el término que lo antecede, la existencia de una patología psicosomática nos otorga la posibilidad de utilizar el vocablo "psicosomatología" para designar, de una

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

mejor manera, a la disciplina que indaga en ese territorio. Los actuales desarrollos de la biología (tanto en lo que se refiere a la biosemiótica como a la afirmación de que la biosfera y el sistema ecológico constituyen un "superorganismo") nos permiten sostener, además, que la psicosomatología trasciende los límites de la Medicina. (Chiozza, 2018, pp. 33–34)

En la presente ponencia defenderemos la posición de que la Psicosomatología/Medicina Psicosomática ha contribuido a la fundamentación de la Psicología de la Salud, disciplina psicológica que aborda la salud y la enfermedad como objeto de estudio.

UN POCO DE HISTORIA

Es fácil encontrar referencias remotas de la influencia mutua de lo físico y lo mental en la salud en todo tipo de textos religiosos, literarios y filosóficos. Ejemplo destacado muy influyente en nuestra cultura es la noción hipocrática de que la predominancia de uno de los cuatro humores corporales (sangre, flema, bilis amarilla y bilis negra) da lugar a su correspondiente temperamento (sanguíneo, flemático, colérico y melancólico). La aparición en el Renacimiento de los planteamientos dualistas mente-cuerpo (Descartes, Spinoza) desde la Filosofía ha condicionado el abordaje de estos problemas de salud hasta nuestros días.

Podría decirse que desde el siglo XIX existe un abordaje científico de la salud. Y la Psicología comienza a asomarse a ese ámbito. En 1911, la Asociación Americana de Psicología (APA) auspicia una conferencia seminal sobre la integración de la psicología y la medicina, acerca, concretamente, del efecto placebo, a cargo de un psicólogo, Sehptherd Ivory Franz, director entonces del hospital psiquiátrico público de Washington. Fue el comienzo de la Psicología Médica. En palabras de Bott en su ensayo de 1928, sobre la enseñanza de Psicología en Medicina:

Parece haber una amplia y creciente aceptación de la perspectiva de que los factores psicológicos tienen un rol importante en los ajustes vitales de las personas (y pacientes) en general, y que nuestro concepto de salud debe abrirse para considerar estos aspectos mentales. Debería intentarse mediante la instrucción formal orientar a los estudiantes hacia la consideración de estos factores." (Bott, 1928, p. 291).

La Psicología Médica fue una aplicación de la Psicología Clínica y la Psiquiatría al ámbito médico, centrada en el abordaje de los problemas de salud mental, en la interconsulta de pacientes orgánicos con estrés intenso o condiciones psicopatológicas comórbidas. Estamos de acuerdo con Friedman & Adler (2007) en que, a pesar de este avance, la Psicología todavía no se ha instituido como un componente clave de la educación formal médica ni sanitaria.

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

En la década de los 30 emerge la Medicina Psicosomática como especialidad médica. Sustentada por la teoría psicoanalítica, desde donde el propio Freud abordó claros problemas fronterizos como la histeria de conversión, suele mencionarse como figura representativa a Franz Alexander (1950), quien defendió inequívocamente que diversas enfermedades tenían como causas conflictos inconscientes. Por ejemplo, relacionó las úlceras con conflictos orales y el asma con la ansiedad de separación. Flanders Dunbar (1943) complementó la perspectiva de Alexander, proponiendo que los trastornos mentales frecuentemente influyen en las enfermedades. Y realizó la esencial contribución de fundar en 1938 la histórica revista *Psychosomatic Medicine*. El avance del conocimiento biológico de la salud, a partir de los años 70, amenazó el estatus de la Medicina Psicosomática, obligándola a trascender al psicoanálisis e incorporar teorías y evidencias de otras disciplinas psicológicas y médicas. Fue el caso de la Medicina Comportamental, es decir, la aplicación del Conductismo a los problemas médicos. Paradigmático fue el caso del “descubrimiento” por los cardiólogos Rosenman y Friedman (1964), del patrón de conducta tipo A como predisponente a los accidentes cardiovasculares. La conocida como psicología del abecedario siguió con el tipo C, predisponente al cáncer; y con el tipo D, también predisponente a la morbilidad cardiovascular.

Se necesitó un avance más hasta la emergencia de la Psicología de la Salud. Y este fue la aparición del modelo biopsicosocial. En los años 30 y 40, Meyer (citado en Lief, 1948) propuso que los acontecimientos vitales estresantes podían tener un papel importante en la etiología de las enfermedades, basándose en los hallazgos experimentales en el ámbito de la fisiología, y los subsiguientes conceptos en torno a la homeostasis y los procesos que la componen (Bernard, 1880; Cannon, 1932; Selye, 1956; Wolff, 1953). Esta línea ha sido complementada en tiempos recientes con el concepto de alostasis, como capacidad biológica de alcanzar la estabilidad mediante el cambio. La idea de carga alostática, como deterioro y desgaste debido a la prolongación de los cambios alostáticos converge con la tradición de síntomas y síndromes psicosomáticos. En paralelo, autores como Janis (1958) y sobre todo Lazarus (1966) desarrollaron modelos psicológicos sobre el proceso de estrés y afrontamiento que integraron las evidencias acerca de la respuesta psicofisiológica de estrés. Engel (1977) aunó todas estas aproximaciones en la visión que conocemos hoy como biopsicosocial, esto es, que la enfermedad es fruto de la interacción de estos tres factores en individuos predispuestos. Para completar la escena, neurocientíficos como Miller (1975), Ader & Cohen (1975) establecieron las bases de la Neuropsicoimmunología, que sostiene que el estrés ambiental y psicosocial puede ocasionar enfermedades vía afectación del sistema inmunológico.

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

PSICOLOGÍA DE LA SALUD

En los años 70, los hallazgos descritos en el apartado anterior desembocan en la necesidad de una psicología de la salud. En 1973 la APA instituye el grupo de trabajo en investigación sobre la salud, confluyendo en él todas las disciplinas psicológicas. En 1978 queda establecida la División 38 de la APA, de Psicología de la Salud (<https://societyforhealthpsychology.org/>), con Joseph Matarazzo (1980), un psicólogo del ámbito de la Psicología Médica, como primer presidente. En 1979 se publica el primer manual de esta emergente especialidad, titulado *Health Psychology* (Stone et al., 1979). En él se define la psicología de la salud como la aplicación de la teoría y los métodos de todos los ámbitos de la psicología en la comprensión de la salud física y la enfermedad. En 1982, la creación de la revista *Health Psychology* apuntaló la nueva disciplina.

Académicamente, la psicología de la salud es el estudio científico de los procesos psicológicos relacionados con la salud y el cuidado de la misma. Todavía en desarrollo, no ha establecido paradigmas de conocimiento e investigación propios, sino que se nutre de los heredados de disciplina como la Medicina Psicosomática, la Psicología Médica o la Medicina Comportamental. En 2001 la APA modificó su misión institucional para dar entrada a la promoción de la salud, acompañando al estudio del comportamiento y de la salud mental. En el sitio web de la Sociedad para la Psicología de la Salud de la APA, mencionado arriba, pueden apreciarse los focos de interés actual de la disciplina a modo de grupos de especial interés: integración en atención primaria, psicología del dolor y salud de la mujer.

ABORDAJE CLÍNICO DE LOS PSICOSOMATOLÓGICO

La clasificación de referencia del psicólogo actual, la DSM-5, dedica un capítulo al trastorno de síntomas somáticos y trastornos relacionados. El principal desorden psicosomático sería el trastorno de síntomas somáticos (300.82), que se diagnostica si aparece uno o más síntomas somáticos clínicamente significativo/s, acompañados de pensamientos, sentimientos o comportamientos excesivos relacionados durante al menos seis meses, y especificando la gravedad, persistencia y el predominio de dolor, en su caso. Relacionado con él se encuentra el trastorno de ansiedad por enfermedad (300.7), caracterizado fundamentalmente por la preocupación por padecer o contraer una enfermedad grave en ausencia de síntomas somáticos o, si existen, con clara exageración de la importancia de los mismos, y especificando si se solicita o evita la asistencia médica.

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

El trastorno de conversión o de síntomas neurológicos funcionales (300.11) se diagnostica por uno o más síntomas de alteración de la función motora o sensitiva voluntaria, incompatibles con afecciones médicas o neurológicas conocidas, en ausencia de otra explicación médica o mental. El diagnóstico de factores psicológicos que influyen en otras afecciones médicas (316) se caracteriza por el agravamiento de un síntoma o afección médica debido a la influencia de factores psicológicos, con especificación de la gravedad. El trastorno facticio (300.19) se caracteriza por la falsificación de los síntomas propios o de otras personas, no explicado por otro trastorno mental e incluso en ausencia de recompensa externa obvia. Existe la categoría diagnóstica de otro trastorno de síntomas somáticos y trastornos relacionados especificados (300.89), en el que se encuentran el trastorno de síntomas somáticos breve (duración inferior a seis meses), el de ansiedad por enfermedad breve o sin comportamientos excesivos relacionados con la salud, y la pseudociesis, o creencia falsa de estar embarazada que se asocia a signos y síntoma de embarazo. Finalmente, existe una categoría residual de trastorno de síntomas somáticos y trastornos relacionados no especificados (300.82).

LO PSICOSOMATOLÓGICO ABORDADO EN LAS DISTINTAS DISCIPLINAS MÉDICAS, PSICOLÓGICAS Y ÁMBITOS INTERDISCIPLINARES

Desde una perspectiva pragmática, nos ha interesado explorar en qué ámbitos (medicina psicosomática, psicología de la salud, medicina conductual o psiconeuroinmunología) se publica sobre psicosomatología. Para ellos hemos realizado una búsqueda bibliográfica en la base de datos Web of Science de los siguientes temas: fibromialgia, alexitimia y somatización. Hemos realizado una depuración de revistas que no se refirieran a las cuatro disciplinas mencionadas, y por tanto, hemos excluido revistas generalistas, de psicología, psiquiatría o medicina, así como revistas específicas, por ejemplo de fibromialgia, o de dolor.

En las figuras 1, 2 y 3 se muestra el número de artículos encontrados por revista.

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

Figura 1

Número de artículos publicados en Web Science sobre el tema **fibromyalgia** en revistas de Medicina Psicosomática, Psicología de la Salud, Medicina Comportamental o Psiconeuroinmunología

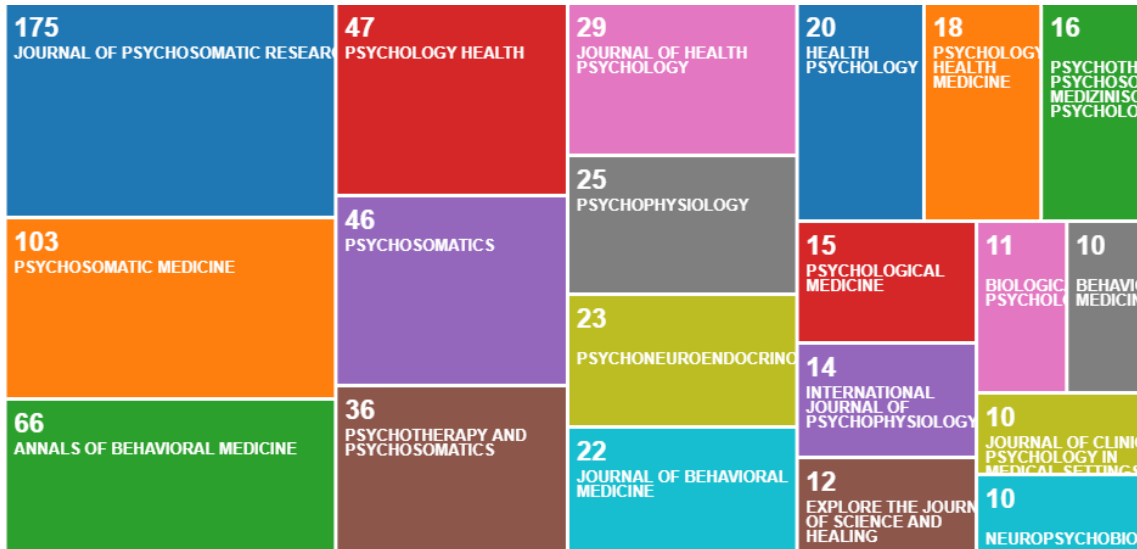


Figura 2

Número de artículos publicados en Web of Science sobre el tema **alexithymia** en revistas de Medicina Psicosomática, Psicología de la Salud, Medicina Comportamental o Psiconeuroinmunología



PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

Figura 3

Número de artículos publicados en Web of Science sobre el tema **somatization** en revistas de Medicina Psicosomática, Psicología de la Salud, Medicina Comportamental o Psiconeuroinmunología

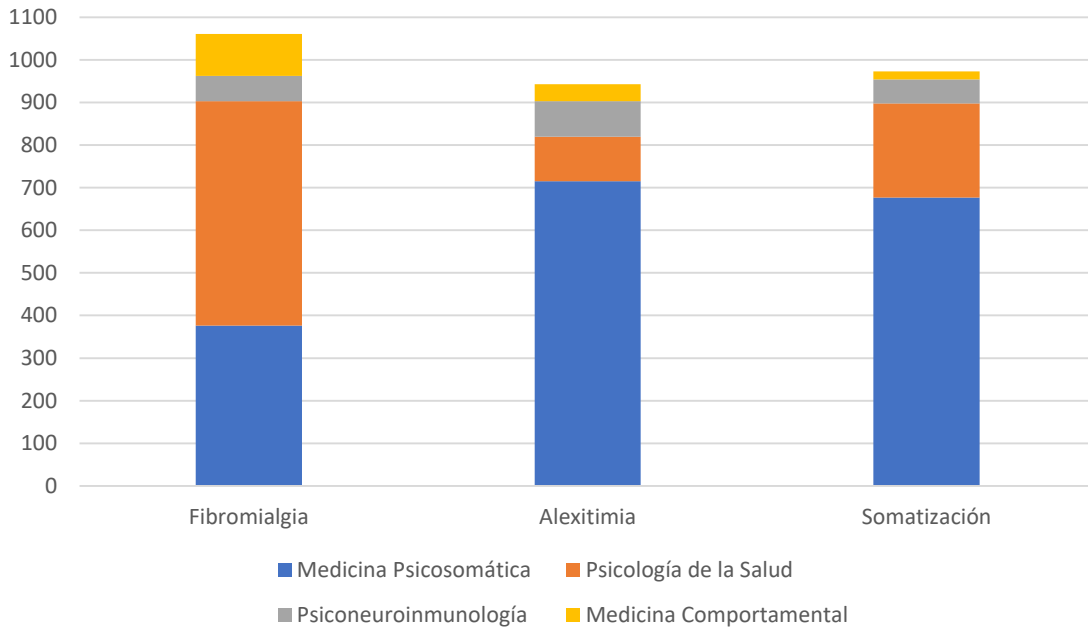


La Figura 4 contiene el sumatorio acumulado de los artículos publicados sobre estos tres temas claramente psicosomatológicos en las revistas de las cuatro disciplinas. Se puede apreciar, en primer lugar, que se consigue en torno al millar de artículos para cada temática. En segundo lugar, que se publica sobre estos tres temas en todas las disciplinas. Finalmente, que la Medicina Psicosomática y la Psicología de la Salud encabezan el número de publicaciones con gran diferencia. Los temas más clásicos de alexitimia y somatización son más publicados en la primera disciplina, pero un tema más emergente como la fibromialgia se aborda más en la segunda disciplina.

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

Figura 4

Número de artículos publicados en Web of Science según temática en cada una de las disciplinas "psicosomáticas"



CONCLUSIONES

Tres son las conclusiones que obtenemos en la presente ponencia.

La primera, que, desde nuestro punto de vista, la psicosomatología no es una nueva disciplina, sino una nueva denominación propuesta para la Medicina Psicosomática original, es decir la aplicación estricta del Psicoanálisis al estudio de la enfermedad.

La segunda es que la psicología, directa o indirectamente, explícita o implícitamente, siempre ha estado presente en el ámbito de estudio psicosomatólogo.

La última, que la realidad actual de las publicaciones científicas muestra que lo psicosomatólogo es un ámbito de estudio multidisciplinar al que aportan especialmente la medicina y la psicología, pero que se ha originado, y se sigue fundamentando en disciplinas humanísticas como la filosofía y la antropología.

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

BIBLIOGRAFÍA

1. Ader, R., & Cohen, N. (1975). Behaviorally conditioned immunosuppression. *Psychosomatic Medicine*, 37(4), 333–340.
2. Alexander, F. (1950). *Psychosomatic Medicine*, New York: W. W. Norton & Co. Inc.
3. Bernard, C. (1880). *Leçons de pathologie expérimentale et leçons sur les propriétés de la moelle épinière*. J.-B. Baillière et fils.
4. Bott, E. A. (1928). Teaching of psychology in the medical course. *Academic Medicine*, 3(4), 289–304.
5. Cannon, W. (1932). *The Wisdom of the Body*. New York: WN Norton & Company.
6. Chiozza, L. (2018). *Sí, pero no de esa manera: los fundamentos de la psicosomatología*. Libros del Zorzal.
7. Dunbar, F. (1943). *Psychosomatic diagnosis*.
8. Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136.
9. Friedman, H. S., & Adler, N. E. (2007). The history and background of health psychology. *Foundations of Health Psychology*, 3–18.
10. Janis, I. L. (1958). *Psychological stress: Psychoanalytic and behavioral studies of surgical patients*. Academic Press.
11. Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*.
12. Lief, A. (1948). *The commonsense psychiatry of Dr. Adolf Meyer*.
13. Matarazzo, J. D. (1980). Behavioral health and behavioral medicine: frontiers for a new health psychology. *American Psychologist*, 35(9), 807.
14. Miller, N. E. (1975). *Fact and fancy about biofeedback and its clinical implications*. American Psychological Association.
15. Rosenman, R. H., Friedman, M., Straus, R., Wurm, M., Kositchek, R., Hahn, W., & Werthessen, N. T. (1964). A predictive study of coronary heart disease: The Western Collaborative Group Study. *Jama*, 189(1), 15–22.
16. Selye, H. (1956). *The stress of life* (Issue v. 5). McGraw-Hill.
<https://books.google.es/books?id=DvJqAAAAMAAJ>
17. Stone, G. C., Cohen, F., & Adler, N. A. (1979). *Health psychology: A handbook*. Joseey-Bass.

PSICOSOMATOLOGÍA Y PSICOLOGÍA

18. Wolff, H. G. (1953). *Stress and disease*.