

PROLOGO

Tiene para mí un doble motivo de complacencia prologar este libro sobre la actualización psicológica de la depresión, que hoy nos depara Aquilino Polaino. En primer lugar, porque su autor es un amigo entrañable, que me honra al poner estas líneas mías delante de su obra. En segundo lugar, porque se pide a un profesor de psicología general que prologue un libro sobre un tema de psicopatología y de clínica.

Del amigo poco voy a decir aquí, baste con señalar que, como decía Cicerón, la amistad es un bien tan alto que los dioses lo conceden a pocos de los humanos. Si quiero decir que nuestra amistad comenzó por una estima intelectual y profesional. Cuando hace ya unos años conocí al autor del presente libro, encontré en él una disposición científica ante los problemas clínicos de la psicología que me llenaron de esperanzas, en el marco español de nuestra ciencia. En el entorno clínico de la psicología, Aquilino Polaino era una bocanada de aire fresco, de puesta al día, de incorporación a la clínica de lo que la psicología científica ha conseguido. Aquellas esperanzas van ahora recorriendo el camino de su realización. Son ya bastantes las obras publicadas por este joven profesor, en las que va certeramente poniendo al día, dentro de nuestro entorno científico y clínico, los diversos problemas de la psicología patológica, enmarcándolos y desarrollándolos dentro de las corrientes científicas de hoy. Así, de este modo, el libro que hoy nos ofrece Aquilino Polaino sobre la actualización psicológica del problema clínico y teórico de la depresión constituye un

cambio de rumbo o golpe de timón dentro del marco de referencia de la psiquiatría tradicional.

En cuanto a lo segundo, es decir, a que un profesor de psicología general escriba un prólogo a un libro que trata de la depresión, aunque me ilusiona, me coloca en una circunstancia comprometida. En este sentido, no sé si pueden trasvasarse aquí, referidas a las diversas ramas de la psicología, aquellas palabras que dijera Shakespeare referidas a los seres humanos: de todos tus enemigos, tu amigo es el peor. Porque la psicología general, como psicología básica que es, escudriña en las bases de cualquier teoría o aplicación de la psicología, con la pretendida exigencia del análisis y verificación propias del laboratorio.

Por todo lo dicho es verdad que, como psicólogo general, mi objeto es el estudio de las funciones y procesos psicológicos del hombre normal y maduro; es verdad que mi mundo más propio es el mundo del laboratorio; pero, quizá por ello, puede haber algo de interés en las líneas con que este prólogo abre la lectura del presente libro.

Puestos, pues, dentro de estas coordenadas, tengo necesariamente que comenzar por establecer una aclaración de una cuestión que puede salirnos al paso. Alguna vez se ha pretendido hacer depender la psicología clínica de las teorías de la psicología de la personalidad. Y esto por no entrar en otras pretendidas dependencias y especialidades. Sin duda, el psicoanálisis depende de la psicología de la personalidad, ya que en Freud hay una teoría de la personalidad, aunque mejor sería decir que la concepción analítica de la personalidad depende del psicoanálisis. Sin embargo, la modificación y terapia de conducta e, incluso, los nuevos avances en terapia cognitiva, se sustentan en los hallazgos del aprendizaje y del estudio de los procesos cognitivos, que constituyen una parte de la psicología general. Todavía más, las técnicas clínicas que hemos señalado son refractarias a conceptualizaciones tales como rasgos o factores, propias de la psicología de la personalidad.

Contra lo dicho podría aducirse el intento de enmarcar un estudio de la depresión en la teoría de la atribución o del «locus of control», cosa que, precisamente, Aquilino Polaino, con gran agudeza y actualización, realiza en este libro. Pero ello nos llevaría a la discusión del feudo que tales teorías tienen con la concepción de la conciencia y de los procesos cognitivos dentro de la psicología general.

Dejando a un lado ya esta aclaración, en la que no pretendo que haya hoy por hoy un punto final, quisiera ahora hacer hincapié en la primera afirmación con que Aquilino Polaino nos advierte al comienzo de su obra. Según el profesor Polaino, de todas las soluciones en que se investiga sobre el problema de la depresión, es la solución bioquímica la de mayores probabilidades. En nada estaría más de acuerdo un psicólogo general, temeroso de perder los niveles de análisis requeridos para estudiar por completo la conducta, que en una afirmación tal. El desarrollo actual de los estudios sobre neurotrasmisión y los avances de las modernas técnicas de «binding» no solamente nos llenan de las mayores esperanzas, sino que advierten claramente de que una psicología que se hiciera de espaldas a tales niveles de análisis correría el peligro de hacer el ridículo.

La psicología general enseña que toda conducta puede analizarse dentro de tres niveles: el bioquímico, el fisiológico y el conductual, y ninguno de ellos es absolutamente independiente de los otros. Esto motiva que Aquilino Polaino, citando a Brown y a Ryall, se apresure a afirmar que, sin embargo, la neurofisiología puede ser modificada por la conducta. Yo me atrevería a decir más: en ciertos casos de depresiones reactivas, el problema es originaria y fundamentalmente conductual, aunque también pueda la conducta modificarse por la neurofisiología. Porque, por otra parte, si algo hay en la psicología que haya alcanzado un establecimiento científico, es la psicofísica y el aprendizaje. Y una corroboración de ello, precisamente, es que por estos caminos se llega a las mismas conclusiones que las alcanzadas por la fisiología.

En cualquier caso, este libro habla de la actualización psicológica de la depresión y es, por tanto, el nivel conductual el elegido para enfrentarse con semejante problema. Problema, por otra parte, tan acuciante que, como dice Aquilino, puede considerarse que constituye la enfermedad de nuestro siglo, al menos desde ciertos puntos de vista.

Verdad es que el autor, acostumbrado a tenérselas que ver con la realidad del enfermo, no adopta la postura, un tanto monolítica, de que acostumbramos a revestirnos los psicólogos del laboratorio. Por ello, ateniéndose a la realidad de hoy, el Profesor Polaino prefiere hablar de depresiones y terapias de la depresión. Por ello, no titubea en afirmar que la Behavior Therapy se adapta mejor a cierto tipo de trastornos, la Cognitive Therapy a otros e, incluso, no tiene inconveniente en

creer que construcciones como la teoría de la atribución o la del «locus of control» pueden presentar posibilidades no desdeñables.

En este sentido, es un excelente acierto el libro que nos ofrece Aquilino Polaino. En él hay un esfuerzo enorme por enseñarnos de una manera profunda, estructurada y ponderada, todo lo que la psicología de hoy aporta al conocimiento y tratamiento de la depresión. Cualquiera estudioso del tema va a encontrar un buen desarrollo histórico de las teorías sobre la depresión, una extensísima exposición del modelo de la indefensión aprendida, desde sus primeros fundamentos en los estudios de modelos animales, y también la constante referencia al modelo cognitivo de Beck y al conductual de Lewinsohn. Todo ello, para terminar con un enjundioso estudio de las diversas terapias.

A todo esto, el psicólogo general sólo puede apuntar las esperanzas, que hoy día constituyen los estudios experimentales de laboratorio sobre la respuesta emocional, no sólo bajo el paradigma de la supresión condicionada, sino en el estudio de las respuestas emocionales adyacentes y subsecuentes. Esto en lo que respecta a los modernos desarrollos dentro de la psicología del aprendizaje. En el marco de la psicología cognitiva las esperanzas están en la expectación que producen los estudios psicofísicos sobre los procesos cognitivos de la función perceptiva. Pero, hoy por hoy, en el campo de la depresión todo ello no es más que una fundada esperanza.

No quiero terminar sin señalar que en este libro se aúnan el conocimiento de las funciones y procesos que a las conductas anormales compete, el conocimiento de las técnicas terapéuticas derivadas de las leyes generales de conducta y, finalmente, el conocimiento de las definiciones y clasificaciones psiquiátricas de las anormalidades conductuales. Tres tipos de conocimientos necesarios para salir airoso de esta empresa.

Finalmente, ni el profesor Polaino ni nadie piensa que la psicología ha llegado ya a desentrañar el espinoso problema de la depresión y ha dicho la última palabra. Hoy por hoy lo que se sabe es lo que aquí se dice. Para el futuro los psicopatólogos y psicólogos clínicos han de tener que seguir habiéndoselas con el problema diario del enfermo, luchando por encontrar mejores modelos explicativos y mejores tratamientos. Mientras tanto los psicólogos generales, situados en el seguro pero lento camino de analizar las naturalezas complejas en sus elementos

simples, han de esforzarse en el estudio experimental de las respuestas emocionales, con la esperanza de que sus hallazgos serán de utilidad en las aplicaciones que de ellos haga el psicopatólogo.

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ TRESPALACIOS
Decano de la Facultad de Psicología de la Universidad
Nacional de Educación a Distancia