

der la vista, que te corten una pierna, ser autista? ¿Tener la vista de un águila, el olfato de un perro, correr como chita? Nagel argumenta que es imposible tener un conocimiento exacto sobre la naturaleza de las experiencias mentales de otros, porque carecemos de una fenomenología objetiva que no dependa de la empatía o la imaginación. Es decir: no sólo nunca podremos acceder a la experiencia subjetiva de un murciélago, sino experimentar cualquier cosa que no sea en primera persona.

Como seres invertebrados, el caso de los pulpos escapaba hasta hace poco de las normas regulatorias contra la crueldad animal y estaba permitido operarlos sin anestesia y otros procedimientos crueles a los que todavía son sometidos millones de seres vivos todos los días. Pero la inteligencia de los pulpos es, en palabras de Godfrey-Smith, lo más parecido a una inteligencia extraterrestre que podemos encontrar en la Tierra. Aunque ha habido avances científicos importantes en los últimos años, aún comprendemos muy poco de fenómenos mentales conscientes, lo cual casi equivale a decir que comprendemos muy poco de lo que nos hace humanos. Mientras lo averiguamos, los pulpos siguen construyendo ciudades, resolviendo rompecabezas y aprendiendo a abrir, desde adentro, los tanques que los confinan. **U**

SALUD MENTAL Y MEDICINA PSICOLÓGICA

JUAN RAMÓN DE LA FUENTE Y GERHARD HEINZE

Adriana Malvido



Mc Graw Hill, Facultad de Medicina, UNAM, 2018

El tema nos compete a todos. Porque todos tenemos un pariente, amigo o compañero de trabajo que padece alguna adicción, un trastorno bipolar, déficit de atención, autismo, Asperger, ansiedad, anorexia, Alzheimer... y, sobre todo, depresión. Y nos atañe porque en México, fenómenos como la violencia, la pérdida y desaparición de personas junto con el dolor hacen estragos en la salud mental de una población donde el estrés postraumático, el miedo y la ansiedad aumentan día con día, sin que sean atendidos.

Habitamos un mundo donde cada siete segundos alguien desarrolla una demencia; en el que muy pronto la depresión será la segunda causa de discapacidad y el 90 por ciento de quienes se suicidan padecen un trastorno psiquiátrico. Por eso se explica que un libro como *Salud mental y medicina psicológica* se reedite una vez más. En la inmersión dentro del misterioso y fascinante laberinto de la mente humana, el

tomo coordinado por los doctores Juan Ramón de la Fuente y Gerhard Heinze es una linterna.

El problema es que en nuestras sociedades “sólo el cuerpo tiene derecho a enfermar, mientras que todo trastorno de la mente es locura”, como advierten Berenzon y Vargas. Y es que a pesar de todos los avances científicos y tecnológicos y de los grandes hallazgos recientes en neurociencias, se siguen cultivando viejas creencias que contribuyen a alimentar el estigma y a discriminar y excluir a todo aquel que no entra en la idea, tan mercantilista como falsa, de que “sólo las personas sanas pueden vivir felices y plenas”. Es decir, la falta de información no sólo conduce al aislamiento de quienes padecen un trastorno, sino que les resta la posibilidad de recibir un diagnóstico y un tratamiento a tiempo que les evitaría sufrimiento a las personas, a sus seres cercanos y a la sociedad en su conjunto, y les ayudaría a insertarse mejor en la vida afectiva, social y laboral.

Si bien el libro está dirigido a estudiantes de medicina y especialistas, los temas que tratan los 48 expertos a lo largo de 34 capítulos son interdisciplinarios, y ofrecen múltiples lecturas. Propongo aquélla que nos remite a la expresión artística y cultural como vía para sensibilizar a la sociedad.

A grandes temas globales como el suicidio o el uso de drogas ilegales y el debate de la despenalización, Juan Ramón de la Fuente agrega otros que en los últimos años han intensificado su presencia como el “síndrome de Ulises”, que sufren los migrantes a nivel físico y emocional. En ese sentido, el documental *Human Flow (Marea humana)*, de Ai Weiwei, aborda la crisis mundial de los refugiados y, sobre todo, lo indolentes que nos hemos vuelto al sufrimiento humano. Esta obra muestra cómo el arte tiene un enorme poder para sensibilizarnos y encender de nuevo las neuronas espejo que producen la empatía y después, quizá la compasión que “agrega el deseo de cambiar la situación penosa del otro”, como explica el doctor Francisco Pellicer. *Carne y Arena* de Alejandro González Iñárritu va más allá porque no vemos a los demás a través de una pantalla, sino que su pieza nos sumerge en un espacio virtual donde caminamos al lado de los migrantes para sufrir con nuestros cinco sentidos lo mismo que ellos: el miedo, el frío, la incertidumbre, el abandono del resto del mundo en medio de un desierto fronterizo.

Una de las revelaciones más interesantes que se desprenden de la lectura es que las dicotomías mente-cuerpo, biología-ambiente, fármacos-psicoterapia, han quedado atrás y en la salud mental de las

personas “todo importa” para comprender al individuo como un ser biopsicosocial. Es decir que “si bien existe una predisposición biológica en cada individuo, será la interacción de ésta con los aspectos ambientales la que dé forma a la expresión final de la conducta”. En resumen: “el cerebro se construye socialmente”.

Otra de las virtudes del libro es la inserción del tema de la salud mental en el contexto histórico y social de México y el mundo. Encuentro un término nuevo para nuestro país: “epidemiología de la violencia” y además, una gran radiografía de los niveles que ésta ha alcanzado, desde la perspectiva de género, como un problema de salud pública. Aborda los homicidios comunes y los vinculados con el crimen organizado, las diferentes formas de violencia contra la mujer, desde la doméstica y laboral, hasta el acoso sexual y la violencia feminicida y los factores que operan para que eso suceda, como los estereotipos de masculinidad y feminidad, las normas y la falta de leyes contra los que hay que luchar día con día, o bien, la impunidad y los sistemas de justicia permeados por la normalización de la violencia hacia la mujer. Una de las propuestas más desarrolladas es la construcción de masculinidades menos dañinas.

Dentro de la próxima década, nos informa Gerhard Heinze, la depresión se proyecta como la segunda causa de discapacidad en todo el mundo. Desgraciadamente, sólo 50% de los pacientes que la sufren reciben el tratamiento que podría darles la posibilidad de llevar una vida dentro de la normalidad. Nos reitera que este trastorno es mucho más frecuente en mujeres en una proporción de 2 a 1; que a nivel mundial 400 millones de habitantes padecen un episodio depresivo durante el último año de vida y que cada día más jóvenes, inclusive niños, la experimentan con mayor frecuencia.

Cómo el ser humano vive y experimenta su salud mental y cómo la pierde en los diferentes procesos asociados con el curso de la vida ambiental y biológica y cuáles son los métodos mediante los que el cerebro y sus facultades cognitivas imponen orden en el caos, es un tema fascinante y complejo. Al abordar el libro entendemos los eventos clave en el desarrollo cerebral de las personas, cómo actúa la resiliencia frente al estrés; cómo la serotonina, la adrenalina y diversos neurotransmisores, como la dopamina, son tan importantes en la adolescencia; qué sucede durante la pérdida y el duelo, los padecimientos más frecuentes en el cerebro del adulto, los trastornos de la conducta disruptiva en la infancia y la adolescencia, y cómo el organismo humano lucha por adaptarse y sobrevivir. Visitamos las bases neurológicas



Alejandro Pérez Falconi, *Anatomische les van Dr. Nicolaes Tulp*, 2009

de la emoción y la conducta y los rincones cerebrales donde se generan el placer, las adicciones y la empatía, pero también donde se enferman las emociones.

A temas emergentes como el uso adictivo del celular, las redes sociales o los videojuegos, corresponden libros como *Superficiales*, de Nicholas Carr o series como *Black Mirror*. Quien leyó *El curioso incidente del perro a medianoche*, de Mark Haddon, narrado desde la perspectiva de un niño con síndrome de Asperger, sabe de qué hablan los médicos en el capítulo "Trastornos del neurodesarrollo". Que personas con el Trastorno Obsesivo Compulsivo pueden llevar una vida plena bien acompañados, lo sabemos al ver jugar al tenista Rafael Nadal o al futbolista David Beckham. La anorexia nerviosa como trastorno reciente irrumpió en la conciencia de mi generación con Karen Carpenter. A quienes nos marcó *Atrapados sin salida*, el capítulo "Terapias de estimulación eléctrica cerebral aplicadas a la psiquiatría", no sólo sacude el trauma, sino que da esperanza. Y aquél relacionado con el genoma humano remite a un libro entrañable: *Born to Run*, la autobiografía de Bruce Springsteen y el capítulo en el que describe sus crisis depresivas: "Está en mí, química, genéticamente, llámalo como quieras, y como he dicho antes, debo estar muy atento. El único baluarte real contra aquello fue el amor". Recordé la importancia del amor en la cinta interpretada por Russell Crowe, *Una mente brillante*, biografía de John Forbes Nash, matemático prodigio, premio Nobel de Economía, que sufría esquizofrenia paranoide.

En ningún reporte oficial he leído un informe tan riguroso como el capítulo del libro dedicado a las "Adicciones". Y éste nos dice que la dependencia es una enfermedad del cerebro, moldeada por el medio

ambiente, de naturaleza crónica, por lo que es el tratamiento y no la cárcel, la respuesta adecuada. Inolvidable la cinta *Réquiem por un sueño*.

A lo largo de este libro cargado de propuestas y caminos de prevención, se respira sabiduría y el afán de una vuelta al humanismo en la práctica médica con lugar para la autocrítica, y la idea de que el manejo del paciente psiquiátrico implica consideraciones éticas y jurídicas. De ahí los capítulos dedicados a la iatrogenia, a los aspectos éticos y legales de la salud mental, al médico y a la comunicación humana, a la bioética, y al médico ante el tema de la muerte.

Al terminar, me sigo preguntando qué sería de Camille Claudel, Van Gogh, Nijinsky, Jackson Pollock, Edvard Munch, si vivieran en el siglo XXI. Si podemos seguir hablando de "locos iluminados" o si artistas con trastorno bipolar pueden realizar genialidades bajo tratamiento farmacológico.

Lo cierto es que, en la inmersión dentro del misterioso laberinto de la mente humana, este libro es una linterna que un grupo de mentes brillantes pone en nuestras manos. **U**

Versión resumida del texto leído durante la presentación de *Salud mental y medicina psicológica*, tercera edición, en el marco de la Feria Internacional del Libro del Palacio de Minería, el 24 de febrero de 2018.

ASÍ SUELE SER LA VIDA. MICRO HOMENAJES

JOSÉ WOLDENBERG

LA VIDA ENTRE POLÍTICA, LITERATURA, ACADEMIA, CINE

Ciro Murayama



Cal y Arena,
México, 2018

Así suele ser la vida. Micro Homenajes de José Woldenberg continúa el ejercicio que vio la luz en el volumen *Nobleza obliga. Semblanzas, recuerdos, lecturas*, publicado hace siete años.

El libro se divide en cuatro grandes apartados que son en buena medida los puntos cardinales de la actividad vital, intelectual y creativa del autor: la política, la literatura, la academia y el cine. En estas páginas escuchamos el eco de la voz de aquel joven sindicalista universitario, del constructor de la unificación partidista de la izquierda mexicana, del consejero electoral más emblemático y más conocedor del tránsito democrático del país, del maestro e investigador universitario, del analista político semanal y del polemista elegante que ha sido José Woldenberg a lo largo de cuatro décadas.