

Mombelli, M., Sánchez Aragón, R., Retana Franco, B., Ruiz Hurtado, L. Mansour, L. y Acero Rodríguez, P. (2009). Emociones Alteradas: celos románticos, adicción a personas, melancolía. Buenos Aires, Ricardo Vergara Ediciones. PP. 89

El libro Emociones Alteradas ofrece un amplio espectro de valoraciones de estos aspectos desde el punto de vista conceptual, metodológico, psicopatológico y, por supuesto, en las conclusiones que plantea. Está compuesto por los capítulos: 1. Desorden por regulación de las emociones: el enfoque de la Terapia Conductual Dialéctica. 2. El papel de la Regulación Emocional en los celos románticos. 3. ¿Es mi tristeza una melancolía? 4. La adicción a personas. 5. Esperanza y Resiliencia. De la respuesta destructiva al crecimiento postraumático.

Son capítulos cortos en los que se trató de condensar una teoría particular y diferenciada de aspectos emocionales que llevan o agravan las situaciones problema, disfuncionalidades o psicopatologías. El capítulo 1. Desorden por regulación de las emociones: el enfoque de la Terapia Conductual Dialéctica, aborda el tratamiento que se hace con personas con trastorno límite de la personalidad que, a juicio de los autores, “es el único *tratamiento* (sic) con eficacia probada para el trastorno límite de la personalidad” (p. 15), lo cual no es exacto en términos de evidencia empírica sobre el tema. El autor trata de llevar a los lectores por un recorrido profundo de las propuestas de la Terapia Conductual Dialéctica en pocas páginas, proponiendo las teorías base elegidas sobre las emociones y los fallos en la regulación de estas que serían la base del trastorno límite de la personalidad. Plantean críticas a otros modelos psicoterapéuticos pero su composición teórico técnica está basada casi eminentemente en el modelo cognitivo conductual (lo cual puede observarse en los planteamientos del texto y en el número de referencias citadas de este modelo).

El capítulo 2. El papel de la Regulación Emocional en los celos románticos plantea una descripción de los celos y sus efectos en la persona que los siente. Sin embargo, también plantea un asunto que ha sido polemizado en diferentes instancias: “Pero también se les puede considerar (a los celos) como una muestra de amor (...)”, posición que no es compartida por un número importante de psicoterapeutas que han encontrado evidencia que la expresión de celos tiene un origen más cercano a la ansiedad, las inadecuadas estrategias de afrontamiento y la incapacidad de impedir la expresión de conductas manipulativas y de controlabilidad, pues los celos no son exclusivos de la relación de amor y se pueden observar como una expresión de miedo ante la pérdida de señales de seguridad. Posteriormente, se plantean los cinco procesos desde la Regulación Emocional que ayudan a las personas a afrontar los celos: selección de la situación, modificación de la situación, despliegue de atención (distracción y concentración), cambio cognoscitivo y modulación de la respuesta, y se respaldan con investigaciones sobre cada uno de los temas.

En el capítulo 3. ¿Es mi tristeza una melancolía? se sigue un planteamiento psicoanalítico sobre el tema y se infiere que la tristeza tiene por objeto reestructurar la relación con lo perdido en la realidad. El resto del texto tiene un desarrollo sobre este tema y las recomendaciones para el psicólogo clínica. Infortunadamente este capítulo se basa en documentos de hasta 94 años de publicación para la sustentación de sus tesis.

El capítulo 5. La adicción a personas, es un capítulo en donde se asume a las personas con ciertas características como adictos a algún tipo de relaciones y personas, e incluso se postula un síndrome de abstinencia producto del distanciamiento de su pareja de la mujer con este síndrome. Propone que la raíz de la obsesión no es el amor sino el miedo y trae la descripción de un caso clínico. Propone la fuente del problema y una estrategia de recuperación. Es un capítulo fresco, ágil y producto de la experiencia clínica, muy útil para psicólogos noveles que se enfrentan con estos problemas en sus pacientes.

El capítulo 6. Esperanza y Resiliencia: de la respuesta destructiva al crecimiento postraumático de Paulo Daniel Acero es el capítulo mejor elaborado y de mayor impacto en el libro, no sólo por su extensión (ocupa casi la mitad del libro) sino por la postura seria, dedicada y profunda que hace su autor. El autor propone una mirada con mayor respeto e inclusión de las emociones como elemento importante en los procesos de aceptación de un evento vital. La Resiliencia como estrategia diferenciadora en la capacidad de afrontamiento es otro elemento valioso del capítulo, con un análisis desde posturas teóricas distintas y su utilidad en contextos de mejoramiento de las personas tras el evento traumático, lo mismo que los elementos distintivos de una persona resiliente. Hay una inexactitud del autor al considerar que la fluoxetina como antidepresivo tiene efectos eufóricos (página 76) pues parece confundirlo con medicamentos ansiolíticos, los cuales tienen efectos cognitivo - afectivos evidentes. La inexactitud está en que la fluoxetina no genera cambios en la conciencia, ni es hipnótico, ni tiene efectos cognitivo - afectivos a corto plazo. Por el contrario, es un medicamento de acción lenta pues puede tardar hasta un mes y medio para observarse una leve (pero creciente) mejoría en los pacientes, con lo cual permite trabajar en pos de la psicoterapia sin los efectos que generan otros medicamentos. Además, múltiples investigaciones evidencian que la terapia combinada (psicoterapia y farmacoterapia con este tipo de medicamentos) tiene efectos de mayor eficiencia y eficacia en el mejoramiento de los pacientes que si se siguen por separado. Es un debate interesante que no se intenta concluir en esta breve reseña. No obstante, el argumento de fondo tiene que ver con la dificultad de la cultura occidental en asumir sin evitaciones el dolor de la pérdida como un elemento más de la vida, y no con la vana y siempre dañina estrategia de anestesiarse el duelo. Por último, el autor propone el concepto de crecimiento postraumático o construcción de sentido en la adversidad, el cual se asocia a la Resiliencia pero permite además observar el impacto en la construcción del crecimiento dándole sentido al dolor.

Es un libro con múltiples miradas e interesantes debates. Vale la pena leerlo para incrementar el debate sobre la psicología clínica en América Latina.

Diego Castrillón
Universidad Católica de Colombia
dcastrillon@yahoo.com