

Rafael Euba

122

PSIQUIATRÍA PARA EL NO INICIADO

Crecimiento personal
COLECCIÓN

Serendipit 

Desclée De Brouwer 

ÍNDICE

1. ¿Por qué es el cerebro un órgano tan especial?.....	11
2. Historia de la locura.....	23
3. Tristeza y depresión.....	41
4. La destructiva manía.....	57
5. La esquizofrenia.....	65
6. La personalidad y la psicopatía.....	79
7. El loco peligroso.....	93
8. El miedo, las neurosis y los problemas psicosomáticos..	101
9. Síndromes raros y curiosos.....	117
10. La locura en el cine y la ficción.....	125
11. La psicoterapia y el psicoanálisis.....	139
12. Problemas “orgánicos”: la senilidad y otras cosas parecidas.....	149

13. Lobotomías y electroshock	163
14. El alcohol y las drogas	171
15. Ayuno y atracones: de la anorexia a la bulimia	187
16. Cuando el sueño es un problema	197
Bibliografía	211



1

¿POR QUÉ ES EL CEREBRO UN ÓRGANO TAN ESPECIAL?

Phineas Cage era un capataz responsable y diligente. Vivió en el siglo diecinueve en el Oeste americano, y trabajó en la construcción del ferrocarril *Great Western*, que ha aparecido después en tantas películas del Oeste. Se usaban ya explosivos para construir ferrocarriles, aunque éstos eran primitivos y muy peligrosos. Un mal día, el estallido de la dinamita lanzó una barra de hierro hacia Cage, que le penetró la cabeza por la frente, atravesándole el cráneo hasta salirle por la coronilla. El accidente no le mató. De hecho, Cage volvió a su trabajo después de un período de convalecencia. Parecía haberse recuperado completamente de la herida que sufrió en el accidente, lo que sorprendió a todos los que lo habían presenciado. Sin embargo, Cage no era el hombre de antes. El capataz responsable y diligente se había convertido en un hombre impredecible, insensato, egoísta y vago. La descripción de su caso clínico ante la Sociedad Médica de Massachussetts en 1868 llegaba al extremo de asegurar que Cage se



había permitido “la peor profanidad” tras su accidente¹. En definitiva, sus colegas concluyeron que Cage “ya no era Cage”. Se dio a la bebida, y murió en un ataque epiléptico.

La razón por la que Cage dejó de ser el que había sido, fue lo que la barra de hierro había hecho a su cerebro, y más específicamente, al lóbulo o parte frontal de este órgano (lo que tenemos detrás de la frente). La barra no había destruido ninguna gran arteria o centro vital, pero sí había devastado la parte del cerebro de Phineas que se había encargado hasta entonces de sus funciones “ejecutivas”, tales como imaginar, planear, y llevar a cabo acciones, así como de sus funciones de inhibición en el comportamiento, lo que quizá explicara su cambio de conducta sexual, llegando a cometer “profanidades” en este campo. Cage tenía el primer Síndrome del Lóbulo Frontal que se ha descrito en la literatura médica. Otros síntomas de este síndrome son la pérdida de la creatividad y curiosidad, la apatía, y el deterioro del sentido del humor, que se hace zafio y burdo. Empiezo el libro con esta descripción, simplemente porque lo que le pasó a Phineas Cage es una buena muestra de la íntima relación que existe entre el tejido material del cerebro y lo que nos define como personas. Phineas Cage se transformó *en otra persona* cuando la barra de hierro destruyó su lóbulo frontal. En otras palabras, la respuesta a la pregunta al comienzo de este capítulo –la de por qué es el cerebro tan especial– es que el cerebro es donde reside el individuo, el centro de nuestro universo, donde se representa el mundo exterior y donde registramos y recordamos nuestro mundo interior.

1. Esto es un ejemplo de cómo han cambiado los códigos morales en el último siglo (abarcaremos este tema más adelante en el libro). Afortunadamente, hoy en día no vemos la conducta homosexual como algo patológico, aunque un cambio repentino y radical en comportamiento sexual, como el que tuvo Cage, sí que sería significativo clínicamente.



¿POR QUÉ ES EL CEREBRO UN ÓRGANO TAN ESPECIAL?

Cuando yo tenía alrededor de ocho años y estaba en lo que entonces se llamaba Ingreso de Bachillerato, en un Colegio de Jesuitas, los pecados veniales y mortales se representaban con filminas, en las clases de Religión, como manchas negras, más o menos grandes, en una nube blanca –el alma–. Esta nube no estaba en ninguna parte específica del cuerpo, pero uno se la imaginaba en una situación más bien abdominal. Como muchos lectores sabrán, las culturas de la antigüedad situaban el alma, con el entendimiento y las emociones –lo que hoy llamaríamos mente–, en distintas vísceras. En general, el corazón era más importante que la cabeza para los antiguos. Los egipcios, por ejemplo momificaban el corazón del muerto con mucho cuidado, pero desechaban su cerebro. Uno de los cuatro *humores* de Hipócrates, la flema, estaba en la cabeza, donde también residía el intelecto, según este médico griego. Sin embargo, una emoción tan importante como la melancolía –que significa literalmente bilis negra–, se relacionaba más con el abdomen que con la cabeza en la medicina Hipocrática. El pensador francés del Siglo XVII, Descartes, razonó que el cuerpo y la mente eran entidades separadas, y que sólo el cuerpo era material. Esta visión permaneció vigente hasta que Darwin, en su Teoría de la Evolución, integró la mente dentro del funcionamiento biológico del cuerpo. Hoy en día seguimos sin saber dónde está el alma, que por lo tanto podemos continuar imaginando como una nube blanca en la tripa, pero ya sabemos que el sitio más propicio para la mente es el cerebro.

No debería ser de extrañar, por lo tanto, que cuando el cerebro no funciona bien, la mente –es decir, el entendimiento y las emociones– se alteren, y que con ello también se altere el comportamiento, como le pasó a Phineas Gage. Hemos mencionado el lóbulo o parte frontal del cerebro, y también hemos mencionado a Darwin y su teo-



ría de la evolución. Si uno compara el cerebro de un simio –nuestros parientes más cercanos– y el de un ser humano, es inmediatamente evidente que la parte frontal del cerebro humano está más desarrollada. Esta es una de las razones por la que siempre se ha estimado que el cerebro frontal es la parte de nuestra anatomía que mejor nos diferencia de las otras bestias en la naturaleza. El cambio que experimentó Phineas Gage, de responsable a irresponsable, de contenido a desinhibido, etc., evoca un paralelismo entre un ser superior, con un cerebro frontal y su consecuente capacidad de crear y planear, y el ser inferior, el simio, sin ese cerebro frontal. Dado que este desarrollo anatómico fue fruto de un proceso evolutivo, y que la evolución es algo que sigue ocurriendo en entornos naturales, hay quien cree que la parte frontal de nuestro cerebro seguirá creciendo, y que acabaremos pareciendo personajes de película de ficción, con una frente enorme, y una capacidad intelectual proporcionalmente formidable. Para que esto pasara, debería existir todavía una relación entre el tamaño del cerebro frontal y la capacidad de reproducirse, que parece muy improbable. La otra razón por la que esta parte del cerebro tiene tanta relevancia es porque incluye el área llamada de Broca en su lado izquierdo. El área de Broca es el segmento del cerebro que más necesitamos para hablar, que es una característica tan humana. El desarrollo de esta área puede haber sido el paso evolutivo que definió nuestra especie.

Otras partes del cerebro no son menos importantes que el lóbulo frontal. El cerebro, en su totalidad, es un órgano de color rosáceo, de consistencia muy blanda, que tiene un aspecto muy parecido al de una coliflor, y que pesa alrededor de kilo y medio. Hay un mito popular (procuraremos desmentir muchos en este libro), según el cual, sólo usamos un diez o un veinte por ciento de nuestro cerebro,



aunque podríamos llegar a usar un porcentaje mucho mayor con ejercicios y entrenamientos esotéricos. Esto es claramente absurdo y ni siquiera merece que lo comentemos más, salvo decir que es precisamente el almacenamiento de este tipo de fantasías lo que malgasta espacio en el cerebro. Por cierto, el saber *sí* ocupa lugar. Pero sigamos con las distintas áreas del cerebro. Hay algunas que son sobre todo motoras, es decir, instigan y gobiernan movimientos en diferentes partes del cuerpo; hay otras que se ocupan de sentir sensaciones y de recibir y procesar información a través de los órganos sensoriales. Por ejemplo, el área occipital, que está en la parte trasera del cerebro, por encima de la nuca, procesa información visual. Es por esto que uno puede quedarse ciego cuando se daña esta área, incluso si los ojos y los nervios oculares permanecen intactos.

El lugar que ocupa el saber, es decir, la memoria, está en varias partes del cerebro, quizá porque hay distintos tipos de memoria y de almacenar información en ella. Es difícil imaginar la vida sin memoria. El recordar otorga a la vida la dimensión del tiempo, lo que pasó y lo que hubo, lo que fuimos. El escritor británico James Barrie dijo que Dios nos dio la memoria para que pudiéramos tener rosas en Diciembre. Nuestro conocimiento del mundo y los recuerdos de nuestra vida se almacenan con la ayuda de una zona del interior de los Lóbulos Temporales de la corteza cerebral, que se encuentran a ambos lados del cerebro (detrás de las orejas), llamada el Hipocampo, mientras que cosas como el saber andar en bicicleta, o tocar el piano, que no es algo consciente, se graban en ganglios de la base del cerebro y en el cerebelo. Cuando en los años cincuenta se comenzó a extirpar quirúrgicamente trozos del cerebro a enfermos de epilepsia grave para mejorar su dolencia, se notó que la extracción de los Lóbulos Temporales, incluyendo el Hipocampo, a veces curaba la



epilepsia, pero le dejaba al paciente con amnesia, sobre todo para información nueva, recibida después de la operación. Otras partes del cerebro también están involucradas en los circuitos de la memoria: la ya mencionada parte trasera del cerebro (Occipital) se ocupa de almacenar y procesar memorias visuales, que forman una gran parte del total de nuestros recuerdos, y asimismo necesitamos el Lóbulo Frontal, que ya conocemos bien, para evocar o despertar memorias². Un neuropsicólogo ruso famoso, llamado Luria, describió el caso de un periodista que vivió en Moscú en los años veinte, y que tenía una habilidad poco usual: parecía ser capaz de recordarlo todo y de no olvidar nunca nada. Nunca necesitaba tomar notas en su trabajo. En realidad, el periodista en cuestión simplemente había desarrollado reglas “mnemotécnicas” muy eficaces, que le permitían recordar largas listas de números y datos, asociándolos en su memoria con cosas fáciles de recordar. Parece ser que también tenía lo que se llama sinestesia; es decir, era capaz de asociar una sensación de un sentido con otra de otro sentido, por ejemplo, un color con un sabor. Esta capacidad adicional de asociación también le ayudaba a recordar cosas. Ninguna mente podría funcionar sin la capacidad de olvidar información superflua. La memoria de este periodista de Moscú era muy poderosa, pero su intelecto era concreto –no era capaz de producir pensamientos abstractos– y su salud mental era frágil y vulnerable. No hay acuerdo entre los que estudian esta área sobre si el dormir tiene algo que ver con el recordar, aunque muchos creen que tiene más que ver con el olvidar cosas banales, que de quedar ahí, contaminarían lo que queremos retener. Sí que parece ser que lo que

2. Recordará el lector que el Lóbulo Frontal tiene funciones “ejecutivas”, así que no es de extrañar que lo necesitemos para discernir y evocar información específica, que está yacente en la memoria.



se aprende justo antes de ir a la cama, se recuerda mejor después. Como siempre se ha dicho, “lección dormida, lección sabida”. Las cosas se olvidan o recuerdan dependiendo de factores y procesos complicados, tales como la importancia de la información y la carga emocional que se le otorga. Por ejemplo, un estudio realizado en Japón demostró que pacientes con demencia, aparentemente incapaces de recordar ningún suceso reciente, sí recordaban sin embargo todos los detalles del terremoto que habían sufrido en la ciudad de Kobe, durante el que, naturalmente, habían pasado mucho miedo. En este caso, el miedo había ayudado a *fixar* los sucesos del terremoto en la memoria. Más adelante en el libro, hablaremos del Síndrome de Korsakoff, que a veces afecta a los que abusan del alcohol, y que consiste en la incapacidad de registrar y recordar información. Hay quien bebe para olvidar, y de verdad consigue olvidarlo todo.

Podemos asumir que las emociones no son exclusivamente humanas. Todos reconocemos las expresiones de alegría o de miedo en un perro, por ejemplo. Sin embargo, son las emociones las que nos motivan, las que nos *mueven* (de aquí viene la palabra), y las que nos inhiben. Gran parte del lenguaje psiquiátrico se refiere a las emociones. De hecho, gran parte del lenguaje coloquial también se refiere a las emociones, aunque los idiomas usados en sociedades pre-industriales³ a veces no tienen palabras específicas para emociones sutiles, quizá porque estas sociedades necesitan funcionar, y por lo tanto también comunicarse, de una manera comparativamente más utilitaria. El Sistema Límbico, así llamado porque está en la frontera (limbo) entre dos segmentos evolutivos del cerebro, gobierna nuestras emociones. Es una estructura más bien redonda, como un anillo, por

3. Primitivas, para entendernos, aunque no por ello inferiores.



debajo de la superficie del cerebro, que recibe conexiones de todos los órganos sensoriales y también manda conexiones al resto del cerebro. El sentido del olfato está en relación particularmente íntima con el Sistema Límbico. Se han realizado experimentos en los que el Sistema Límbico de una rata de laboratorio se estimula con pequeñas descargas eléctricas, y la rata aprende que ella misma puede provocar la descarga al empujar una palanquita. Las ratas de estos experimentos empujan la palanquita constantemente, incluso más que las palanquitas que les dan comida, por lo que sabemos que la descarga eléctrica en el Sistema Límbico les produce una sensación placentera. También se han hecho experimentos parecidos con cerebros humanos, en los que el sujeto está despierto y es capaz de describir lo que siente cuando el investigador estimula zonas del Sistema Límbico. Así sabemos que hay áreas en este sistema que, cuando son estimuladas, el individuo siente rabia, mientras que con otras se siente un placer general, o incluso un placer específicamente sexual.

Sin embargo, la mayor parte de las emociones humanas (y quizá también las de otros animales) son complejas y no inmediatamente reducibles a puro placer, miedo, rabia o tristeza. Muchas religiones y filosofías han propugnado el distanciamiento de las emociones, como manera de evitar la infelicidad y el vacío interior. Todos sabemos que la alegría no es lo mismo que la felicidad. No las confundimos. Lo que pasa es que el encontrar la alegría, aun siendo difícil, es más fácil que el encontrar la felicidad, que es algo más etéreo y elusivo, menos tangible y menos pasajero que una mera emoción. Pero el lenguaje sí confunde estos conceptos: hablamos de estar *contento* para definir un estado de alegría, cuando en realidad esta palabra originalmente significaba que uno limitaba o *contenía* sus deseos a lo que uno tenía –receta clásica para la felicidad, o por lo menos para



evitar el sufrimiento—. En cualquier caso, el alcanzar un estado de satisfacción interior, quizá incluso de gozo mantenido, si es que existe tal cosa, es algo para lo que no hay una receta psiquiátrica. Dicho así, parece evidente, y sin embargo, no falta quien ve la infelicidad como algo que merece tratamiento médico, algo aborrecible por ser insalubre y feo, como tener mala dentadura. La realidad es que un cerebro que no funciona bien puede producir, por su mal funcionamiento, enorme sufrimiento e infelicidad, mientras que un cerebro que funcione perfectamente bien —desde el punto de vista psiquiátrico—, es seguramente necesario, pero no suficiente, para el bienestar psicológico. Reconozco que esto es una simplificación, pero ayudo a explicar la relación entre las emociones y la felicidad.

Sigmund Freud, quien antes de inventar el psicoanálisis había trabajado como neurólogo, y por lo tanto era capaz de entender el cerebro como un órgano biológico, popularizó el concepto del *inconsciente* (o como se ha dado en llamar en la psicología popular, *subconsciente*). Desgraciadamente, es fácil confundir el inconsciente con *lo* inconsciente. Lo primero se refiere al material psicológico que, según Freud (y otros antes que él) yace enterrado en las profundidades de nuestra *psique*, mientras que lo segundo es un adjetivo que se puede aplicar a cualquier proceso mental que no alcanza la conciencia, es decir, del que no nos damos cuenta. Dejaremos a Freud a un lado por ahora, aunque volveremos a él más adelante en el libro. Hay muchísimos procesos mentales de los que las partes del cerebro que “piensan” no saben nada. Por ejemplo, ya hemos hablado del tipo de memoria que usamos para recordar cómo andar en bicicleta o tocar el piano, y que es inconsciente. El pensar le da más que suficientes preocupaciones a la mente consciente, así que las funciones vegetativas, el gobierno de las vísceras, el equilibrio, el procesa-



miento de las señales que llegan de los sentidos, etcétera, las manejan la base y el tronco del cerebro, sin que nosotros tengamos que llegar a saber que nos estamos haciendo cargo de estas cosas. Es algo así como un electrodoméstico con muchas funciones automáticas. Otro concepto relacionado es el de la conciencia de uno mismo, que es algo terriblemente misterioso y que no se puede decir que esté en ninguna parte específica del cerebro, como la mayor parte de sus funciones más elevadas e interesantes. Los que comparan el cerebro con un ordenador, y ven a este órgano como una mera máquina de pensar, no consiguen diseñar un modelo que replique la conciencia, ni siquiera un aproximación lejana a ella. Otro mito: el de que la ciencia informática está avanzando tanto, que se puede ya vislumbrar el momento en el que se pueda diseñar una mente artificial. No. El problema no es que haga falta un incremento cuantitativo en nuestra capacidad de entender la auto-conciencia para que seamos capaces de imitarla; lo que necesitaríamos es un avance cualitativo, es decir, todavía no sabemos dónde *empezar*, así que sería imposible decir cuándo lo vamos a conseguir. Un ordenador piensa muy rápido, pero no sabe que está pensando. El ordenador consciente, quizá incluso con personalidad y ambición, como el de la película *2001 Odisea del Espacio*⁴, todavía pertenece a la ciencia-ficción. Una frase citada con frecuencia es la de que el cerebro es un órgano que no se entiende a sí mismo. Sin embargo, sí es consciente de sí mismo, lo que seguramente tiene mucho más mérito. Dijo Schelling en el siglo XIX que la naturaleza duerme en las piedras, sueña en las plantas, se despierta en los animales, y alcanza la conciencia en el hombre.

¿Tienen conciencia de sí mismos los animales?, ¿quizá sólo los mamíferos, o acaso la conciencia sea una dimensión, una cantidad,

4. Dirigida por Stanley Kubrick en 1968.



algo de lo que nosotros tenemos mucho, un simio bastante, una gallina menos, y una hormiga muy poquito? Quién sabe, puede que un ordenador tenga una cantidad infinitesimal de conciencia de sí mismo... aunque, la verdad, no lo creo.

Como vamos viendo, no todas las cosas que hace el cerebro se pueden situar en puntos “geográficos” específicos de este órgano. A comienzos del siglo XIX, alguien llamado Spurzheim inventó la Frenología. Esta pseudo-ciencia, que llegó a interesar incluso a la Reina Victoria de Inglaterra, consistía en describir las características de una persona, y sus posibles problemas psicológicos o morales –era una época muy moralista– a partir de la forma de su cabeza. Cosas como la capacidad de sentir esperanza, o la intuición, se situaban de manera muy arbitraria en relieves concretos del cráneo. Hoy todo esto ya está olvidado. Ahora sabemos que estos relieves del cráneo, que es sólo un hueso, tienen poco que ver con el cerebro que contiene, y que, en cualquier caso, nadie sabe dónde se encuentra la intuición en el cerebro, porque seguramente está en muchos sitios a la vez. El cerebro es un sistema de circuitos complejísimo, compuestos por neuronas (las células del tejido nervioso) y sus *axones*, o los “cables” que las neuronas usan para conectarse entre ellas. Nuestros pensamientos, así como nuestras características personales, o las funciones cerebrales de las que ya hemos hablado, son el producto de estas conexiones y circuitos. En otras palabras, la psique, o la mente, es la esencia del difícilísimo entrelazado celular del cerebro, y está esparcida a lo largo de él. De hecho, una de las cosas más importantes que hace el cerebro es el *integrar* lo que procesa en todos sus circuitos y todas sus áreas, de tal manera que el producto final es algo coherente y útil. Algunas de las enfermedades mentales de las que hablaremos más tarde tienen su origen, al menos en cierta medida, en un



fallo en los mecanismos de integración del cerebro. Por ejemplo, el oír “voces” puede ser el resultado de que el individuo no es capaz de reconocer (o procesar) sus pensamientos (o “discurso interior”) como suyos, y los atribuye de manera inconsciente a voces exteriores a él. En otras palabras, un sistema de circuitos específico del cerebro ha “producido” un pensamiento, pero el sistema que se debería haber encargado de reconocerlo como propio no lo ha hecho, y esto ha creado una alucinación. En este caso, la integración de dos funciones cerebrales ha sido defectuosa.

Desgraciadamente, el cerebro, ese órgano que no siempre se entiende a sí mismo, funciona muchas veces de manera defectuosa. Por eso necesitamos psiquiatras.

