

CONFERENCIA INAUGURAL:

BASES EPISTEMOLÓGICAS DE LA PNIE. Impacto en la clínica médica y psicoterapéutica.

Prof. Mag. Margarita Douburdieu

Presentación: Dr. Alfredo Ortíz Arzelán

Continuando con las conferencias inaugurales de este congreso, me toca presentar a Margarita Dubourdieu, que es una psicoterapeuta integrativa de PNIE, es Magister en Psiconeuroinmunoendocrinología y Presidente de S.U.PNIE., siendo miembro fundador e integrante de las directivas de F.L.A.PNIE y A.LA.PSI, coordinadora del Postgrado en Integración en Salud, en la Universidad Católica y docente en universidades nacionales y extranjeras, es coordinadora de Psicooncología y Gastroenterología en el Hospital de Clínicas y autora del Libro “Psicoterapia Integrativa Pnie y numerosos artículos científicos, el currículum completo de ella está en el programa, ella nos va a hablar sobre la psicoterapia integrativa y las bases epistemológicas de la Psiconeuroinmunoendocrinología en clínica médica y psicoterapéutica,

Margarita.

Muchas gracias Alfredo por la presentación, antes que nada, en este espacio inaugural, si bien venimos funcionando ya desde ayer y disfrutando de los excelentes cursos que hemos tenido y todos los simposios que hemos tenido hoy, quiero darles la bienvenida a todos los que están aquí, a los de Uruguay, que ha dejado sus trabajos y sus actividades para poder intercambiar acá y a todos los colegas que han venido desde muy lejos, para poder compartir este espacio.

Realmente es muy grato compartir sueños y ver como ellos van plasmando como lo es este encuentro acá, después de mucho trayecto donde al principio habíamos muy pocos y de a poquito fuimos creciendo, en realidad no por mérito de los que comenzamos con todo esto, sino porque realmente a algo que estaba en todos nosotros, que todos lo estábamos llevando adelante en la clínica, en la clínica médica, en la clínica psicoterapéutica y en otras profesiones de la salud, estábamos llevando adelante realmente una clínica que busca considerar al ser humano como un todo y ante una convocatoria todos nos nucleamos, y encontramos aquí un sustento, un aval científico, un fundamento para cosas que intuitivamente veníamos implementando, así que es muy grato compartir sueños y metas y ver como se van haciendo realidad con este encuentro que ha superado ampliamente nuestras expectativas en cuanto a la cantidad de participantes.

Y este encuentro ha sido posible fundamentalmente gracias a la colaboración y apoyo de cada uno de ustedes.

Quisiera referirme a algo que creo que es un gran logro, el haber podido hacer conjuntamente un primer Congreso Panamericano de Psiconeuroinmunoendocrinología, y un Segundo Encuentro Latinoamericano de Psicoterapias Integrativas.

En el Primer Encuentro de la Asociación de Psicoterapias Integrativas en Ecuador, donde estuvimos presentes Argentina, Uruguay, Chile, Ecuador, se designó a Uruguay como el lugar en que se organizaría el segundo encuentro latinoamericano, por otro lado teníamos la inquietud de realizar un Congreso de Psiconeuroinmunoendocrinología, que

trascendiera las fronteras de Argentina y de Uruguay que veníamos con buen intercambio y tratar de convocar a movimientos integrativos de otros países.

Pensamos que no tenía sentido hacer dos encuentros cuando había todo un movimiento, de poder integrar distintas disciplinas médicas que antes funcionaban separadamente, la gastroenterología, la inmunología, y distintas disciplinas del área psi, que venían funcionando separada y esta integración no se da por una sumatoria de disciplinas, sino que desde el paradigma de la complejidad, el paradigma sistémico, veremos que da lugar a una nueva conceptualización, por que cada disciplina se ve enriquecida, ya no es la endocrinología, o la inmunología en sus formulaciones clásicas, sino que están vistas desde una concepción de red. Lo cual es diferente a una sumatoria, conforma, nueva conceptualización que modifica cada parte integrante. Se integran aspectos Biológicos, anímicos, socioculturales, espaciales, y ecológicos, para abordar los procesos de salud y enfermedad.

Por otro lado, dentro la Psicología, también se había iniciado un movimiento de integración de distintos enfoques, distintos modelos, Cognitivo-conductual, Psicoanalítico, Humanístico, Existenciales, bueno hay como trescientas corrientes, pero justamente, tomando aportes de estos distintos modelos, no como una sumatoria de los mismos. Al integrar aportes de otros modelos, los modelos de origen, se ven transformados en una nueva reformulación de todas estas disciplinas.

Pero además, esta integración trasciende la articulación médico psicológica, va más allá. Para comprender los procesos de salud y enfermedad, además de la Medicina y la Psicología y las profesiones tradicionalmente vinculadas a la Salud, que nos ayudan a comprender al ser humano y del proceso de salud enfermedad. Se incorporan aportes provenientes de otras disciplinas, la antropología, sociología, filosofía, física, entre otras.

Una breve mención a los factores predisponentes, las llamadas “facilitaciones”, por ejemplo, en aquel chico o en aquella una persona adulta que hoy está deprimida, muchas veces vemos la facilitaciones y experiencias tempranas, y decimos, hay antecedentes familiares genéticos de depresión, bien es una de las predisposiciones, pero además hay que tener en cuenta lo que significa vivir con una madre depresiva, entonces, no son solamente los factores predisponentes genéticos sino también las experiencias tempranas que de alguna manera permiten emerger estas predisposiciones,

Y dos palabras sobre la incidencia de la dimensión socio cultural. Vemos en la clínica que muchas consultas que antes tenían mucho que ver con la historia personal de la persona, con las facilitaciones de respuestas, hoy están muy embargadas por el estilo de vida actual, que está generando cuadros crónicos de ansiedad generalizada. y otra serie de patologías que estamos viendo en la clínica, La otra incidencia de la dimensión sociocultural se manifiesta en estados de ansiedad, y sabemos que hay un continuo de ansiedad depresión, y correlatos con patologías como el hipotiroidismo, alteraciones gastrointestinales, por estados de distrés crónico, esta dimensión sociocultural, nos lleva a reforzar la biopsicoeducación y aprendizaje de herramientas para manejanos con este distrés proveniente de esta dimensión y a abordar la cultura de la vida cotidiana, el enfoque laboral, el tiempo libre y el descanso, todo lo relacionado con las conductas alimentarias, con las conductas de sueño, hoy no pudo acompañarnos el Dr

Cardinalli que siempre nos transmite mucho conocimiento con respecto a las conductas saludables de sueño, también es importante considerar el uso de sustancias, las relaciones interpersonales, aspectos psicoemocionales, espirituales, trascendentales. Incidentes en los procesos de salud y enfermedad.

Las respuestas de estrés, en la prehistoria, tenían una función adaptativa, pero una vez que desaparecía el estresor, estas respuestas se apagaban, funcionaban estos mecanismos de feedback, de autorregulación. Pero en el mundo moderno los estresores persistentes son psicosociales y muchas veces que estos estresores no cesan o no hay posibilidad de descarga como existía en la antigüedad, donde se corría, se descargaba físicamente. Hoy si estamos en un atasco del tráfico no podemos dejar el auto y salir corriendo, o golpear a alguien, ... no tenemos la posibilidad de la descarga, muchas veces estos estresores psicosociales perduran y tienen que ver más con los vínculos humanos, laborales, familiares, etc. Y esto produce una modificación del tono habitual de ansiedad que es uno de los parámetros internos detectados como demanda adaptativa. Como dice Andrea López Mato, lo que motiva a un organismo a adaptarse es ese desequilibrio endógeno producido por estímulos externos e internos y este estado de ansiedad está incluido en la 1ª fase de respuestas de estrés mencionadas por Seyle

Los mecanismos de autorregulación llevan a recuperar el equilibrio

Pero si esto persiste ahí es que se produce la carga alostática y hoy en día estamos asistiendo a lo que un autor Kenneth Gergen, plantea el fenómeno de la multifrenia, el fenómeno de la saturación, social, el fenómeno de la hiperrealidad, donde el individuo toma múltiples investiduras del yo, múltiples roles donde el día libre que empezamos con optimismo de pronto empieza a ser invadido por una sensación abrumadora de responsabilidades de necesidades de cosas que compiten entre sí, y el día libre se transforma en una libertad restringida. Tiene una alta incidencia en esto el fenómeno de la tecnología que todos estamos disfrutando y disfrutamos de una mayor calidad en la vida cotidiana, pero también hay que ser conscientes de ciertos efectos que no siempre son saludables. Depende de nosotros como manejamos estos avances tecnológicos que han transgredido las limitaciones de tiempo y espacio, por

que si no los demás y sus deseos... se vuelven nuestros "debo" nuestros "necesito", nuestro "quiero", nos invade una exigencia notoria sobre todo en lo profesional surge una angustia ante la invasión de información, una autoexigencia, creo que todos tenemos experiencia de abrir nuestros mails y ver 354 mails para responder y encontramos 1200 artículos por tema y esa sensación de insuficiencia genera ansiedad. Hoy sabemos esa brecha entre lo que abarcamos y lo que deberíamos abarcar, oficia como puente a trastornos de ansiedad. Hay un continuo entre ansiedad y depresión, muchas veces se pasa a trastornos de ansiedad con síntomas depresivos, cuando uno siente que no puede, y que los otros si pueden, cuando hay una sensación de insuficiencia, y se afecta la autoestima. La saturación social, multiplica los factores de comparación del yo y este es el concepto que se llama hiperealidad y la imposición de la realidad sobre la vida personal. En la comunidad tradicional, bastaba con ser tranquilo, buena gente, pero hoy hay nuevos criterios para la autoevaluación y hay una necesidad de producir efecto social, y esto es un factor que está incidiendo en nuestra subjetividad, hay un nuevo estilo de subjetividad que es fruto de esta sociedad de la comunicación y del consumo, un nuevo estilo de subjetividad, donde hay una omnipresencia de la información, imperativos inmediatos, una violencia cotidiana, como dice la psicoanalista argentina Sonia Abadi, y fundamentalmente una necesidad de frenar cantidades, estamos urgidos muchas veces por vigilar nuestras fronteras, dando lugar a defensas no saludables. Por eso es importante hacer biopsicoeducación, cómo

manejarnos en una cuestión de equilibrio, requerimos también de una adaptación al estilo de nuestra sociedad actual, no podemos marginarnos hay que de instrumentar herramientas para poder participar manteniendo un equilibrio saludable, sino muchas veces se implementan defensas que son disfuncionales, como rasgos fronterizos o fragmentos del yo. Hay que trascender en el área psi el enfoque centrado en la represión, integrar otros aspectos para entender la subjetividad, continuando citando a Sonia Abay “evaluar las formas inéditas de presentación de lo traumático, por que si no los impulsos son expulsados hacia la acción y muchas veces como consecuencia del estilo de vida actual por el consumo compulsivo que es una versión metaforizada de robo y del saqueo”, dice Sonia Barbi, psicoanalista argentina. Y muchas veces ante vivencias de desintegración, hay una compulsión a ocuparse de lo estético como una restitución a la manera que lo sería el delio, en el área del pensamiento aparece un pensamiento muy operatorio, donde hay fallas en esta función metafórica, simbólica, se libra del afecto y surgen entonces a raíz de estas defensas no saludables, las patologías de escisión, de fronteras, los derrumbes de personalidades narcisistas, los trastornos en el yo por hiperrealidad, por saturación como decíamos las personalidades saturadas, si si nosotros abusamos de una forma de ser en el mundo ella se constituye en parte de nuestro ser, surgen trastornos de ansiedad, ataques de pánico compulsiones, adicciones, o todo tipo, depresión, soledad, desamparo y finalmente, como decíamos, la ansiedad puede llevar a ese continuo ansiedad- depresión. Ambas tienen características diferenciales pero también tienen características comunes y la percepción de falta de control es una de ellas, y esto genera vulnerabilidad al desarrollar ambos trastornos, por supuesto tienen sus diferencias a nivel de manifestaciones.

Pero el riesgo que la cronicidad de estos estados de ansiedad, impulsividad, hostilidad, indiferencia o falta de energía pasan a conformar una nueva subjetividad característica del hombre del SXXI.

Finalmente, quería plantear como el tono serotoninérgico se correlaciona con el tono ansioso. Un mayor tono serotoninérgico, tiene su relación con la activación de circuitos. Cuando tenemos experiencias de bienestar, experiencias gratificantes, ese mayor tono serotoninérgico, que hoy Gustavo Tafet también relacionaba con las personalidades resilientes, produce menor reactividad, y por el contrario, un menor tono serotoninérgico produce irritabilidad, intolerancia, hiper agresividad, insomnio, impulsividad, una mayor sintomatología ante el requerimiento adaptativo, ello significa que el tono serotoninérgico, las experiencias gratificantes, las experiencias diarias de bienestar, ese tono basal estable serotoninérgico funciona como un amortiguador de las respuesta de estrés y va a condicionar nuestras respuestas.

Proponemos entonces, un enfoque multidimensional del ser humano, en todas las dimensiones que lo conforman, superando de la multidisciplina, aparece como un avance la interdisciplina, donde, hay un trabajo más comunado. Eso ya es un avance, pero tenemos que dar todavía un paso más y de la interdisciplina pasar a la transdisciplina, y por eso hemos integrado aquí en este Congreso/ encuentro de integración integrativo en psicología, representado en la Asociación Latinoamericana de Psicoterapias Integrativas, y todo este movimiento de integración de las disciplinas médicas, que incluye a la psicología, al igual que la psicoterapia integrativa incluye a la biología y ambas dese la vision de red Psiconeuroinmunoendócrina: Cuerpo Mente Entrono.

Justamente lo que proponemos es compartir un supraparadigma, como dice el Dr. Opazo, que no sea una sumatoria de paradigmas, sino un supraparadigma en el cual todos participamos, y participan los distintos aportes de todas las disciplinas, para tener

una comprensión integrativa, una mayor eficacia terapéutica entre todas las áreas. Al considerar al ser humano en su condición multidimensional.

Quería agradecer la oportunidad, de esta instancia de intercambio, de actualización, de compartir experiencias. Este Encuentro ayuda a ir forjando un camino en este sentido, y quiero agradecer a todo el comité organizador y por supuesto a los compañeros de FIAPNIE y ALAPSI, juntos hemos construido este marco, de pertenencia, que agrupa a quienes deseamos seguir profundizando en este camino, y quería agradecer especialmente, a todos mis compañeros de SUPNIE, que diariamente trabajaron para hacer esto posible. Ha sido un gusto compartir la organización de este evento, porque hemos respirado realmente un espíritu de equipo junto también con la organizadora de Eventos, y quiero agradecer especialmente a la Dra. Adriana Pesce, que es secretaria de este evento con quien hemos trabajado mancomunadamente junto con el resto del equipo, a todos, a la industria farmacéutica, al hotel NH Columbia, a todos quienes con su apoyo contribuyeron a la realización de este evento que hoy estamos disfrutando, a todos los pacientes que confían en nosotros y tanto nos han enseñado y nos enseñan sobre la vida, sobre los afectos, y a todos ustedes que están aquí presentes, algunos venidos desde muy lejos,

A todos gracias porque juntos cobramos más fuerzas, para contribuir al logro de una integración en salud que considere al ser humano en su integridad y potencie la calidad de vida en todas las dimensiones, es muy grato como decíamos al principio, compartir sueños y metas, y ver cómo se van haciendo realidad y este Logroño hubiera sido posible sin la ayuda, la colaboración, la calidez y la valiosa amistad de cada uno de ustedes. Muchas gracias.