

## Torre de Babel

Foro de  
discusión

*“Para constituirse como una gran nación se propusieron construir todos juntos una ciudad con una torre que fuera tan grande y tan alta que los representara a todos.*

*Y la pudieron construir porque hablaban un mismo idioma<sup>1</sup>.”*

Autor

**Laura Romero**

Licenciada en Trabajo Social.  
Terapeuta Familiar.

Al igual que en el episodio bíblico de la Torre de Babel, para construir la Guía Clínica para la Psicoterapia es necesario acordar un lenguaje común que nos permita entendernos, hablar un mismo idioma.

En el “mundo” de las psicoterapias se multiplican las líneas terapéuticas; cada una con su propio perfil, con su propia escuela, fundamentos teóricos y requisitos de formación. Eso forma parte del bagaje de cada una, es importante que se mantenga y enriquezca. No obstante, a la hora de realizar un emprendimiento colectivo, es necesario acordar puentes que comuniquen entre sí a cada línea terapéutica; unas trabajan a nivel individual, intrapsíquico, mientras que otras lo hacen a nivel relacional, interpersonal. El mantenimiento de las diferencias entre cada una no debe obstaculizar la posibilidad de la construcción colectiva. Cada corriente terapéutica debe continuar con su propio lenguaje, su propia identidad, debe promover su propio crecimiento, investigar acerca de la efectividad de sus resultados; así podrá aportar más elementos, ofrecer nuevas herramientas a la construcción colectiva.

### Sobre el concepto de Guías

Desde la Teoría General de los Sistemas<sup>2</sup>, se conceptualiza la existencia de sistemas reales como entidades percibidas en la observación o inferidas de éstas, que existen y funcionan independientemente del observador y sistemas conceptuales. Los sistemas conceptuales son ante todo construcciones simbólicas integradas

con otros sistemas abstraídos como subclases o subsistemas conceptuales, correspondientes a la realidad, claramente diferenciados entre sí y pertenecientes a niveles de tipos lógicos diferentes.

Ambos tipos de sistemas, los reales y los conceptuales, comparten características comunes. Son totalidades heterogéneas, organizadas jerárquicamente, cuyos elementos constitutivos se mantienen relacionados entre sí de modo interdependiente. Como conjunto tienen capacidad de ejecución, especialmente en referencia a las actividades adaptativas que deben desarrollar para su sobrevivencia.

Parece oportuno resaltar estas características, ya que la Guía Clínica de Psicoterapias se puede considerar como un sistema conceptual. Es una totalidad integrada por elementos diversos (subsistemas), tales como las diferentes corrientes terapéuticas, estructuradas dentro de la Guía de modo tal que le da coherencia a la misma a los efectos de los objetivos que esta se plantea.

Desde el punto de vista de su integración y estructuración y en referencia a los niveles de tipos lógicos, se puede decir que en un nivel se encuentra la Guía Clínica como totalidad. Tiene su especificidad como Guía Clínica: el campo de las Psicoterapias; su presencia se puede considerar como respuesta a una demanda implícita en el medio e intenta aportar información esclarecedora para instituciones y usuarios acerca de las psicoterapias como recurso para la salud mental. En el nivel inmediato inferior se ubican las diferentes modalidades terapéuticas. Cada una de ellas es en sí misma una totalidad, y como tal tiene

autonomía en su funcionamiento; al mismo tiempo debe adaptarse al funcionamiento colectivo. La interdependencia existente entre las diversas corrientes terapéuticas y la Guía se expresa en las pautas que esta última le impone a las otras, las preguntas que debe responder en aras del modelo que se pretende plantear y de encontrar un lenguaje comprensible para los usuarios.

La tecnología y la sociedad modernas se han vuelto tan complejas que los caminos y medios tradicionales no son ya suficientes, y se imponen actitudes de naturaleza holista, o de sistemas y generalista, o interdisciplinaria<sup>2</sup>. Se crean y desarrollan constantemente dispositivos que establecen puentes de comunicación entre elementos de distinto orden. Las propuestas psicoterapéuticas y los potenciales usuarios de las mismas deben interconectarse con la pertinencia y oportunidad que cada caso o situación requieren.

“Entendemos por paradigma «sistémico» una visión general del mundo que hace de los sistemas su unidad de pensamiento. Esta visión implica una teoría del ser, del conocer y del devenir, que a su vez sirve como orientación en la práctica del vivir<sup>3</sup>.”

La comprensión del funcionamiento de cualquier sistema requiere, además del conocimiento de los elementos que lo constituyen, el de las reglas que sustentan su interacción. Los elementos constitutivos de esta Guía son fundamentalmente las recomendaciones que formula, la información acerca de los servicios existentes en el medio y todo lo referente a ellos. Para elaborar las recomendaciones se hace necesario buscar evidencias sólidas acerca de la efectividad de lo que se está recomendando, así como también certezas en cuanto a las garantías de solidez y seriedad de las propuestas terapéuticas. Cada una de ellas deviene de una teoría específica, pero también responde en términos concretos a una institución científica que la representa y la valida. En cuanto al método(s) terapéutico(s) si bien son diversos porque están relacionados con la concepción teórica del objeto, deben enmarcarse en una ética común que dé garantías al usuario.

Los sistemas conceptuales, generalmente de alta complejidad, son poseedores de una estructura con características tales que debe asegurar en todo momento la puesta en marcha de mecanismos de retroalimentación e intercambio con el medio a los efectos de que el sistema sea viable y no pierda su utilidad. Para ello no deben apartarse del fin para el cual fueron creados ni perder de vista el contexto al cual pertenecen.

La existencia de una Guía Clínica para la Psicoterapia en nuestro medio, integrando de manera ordenada y estructurada cada línea terapéutica, define su campo de aplicación y contribuye a mejorar la calidad de los servicios de salud, facilitando el acceso de los usuarios a este cúmulo de herramientas diversas.

“El grado en que una forma de comprensión prevalece o se sostiene en el tiempo no depende exclusivamente de la validez empírica de la perspectiva en cuestión, sino también de un conjunto de procesos sociales que se incorporan<sup>4</sup>.”

Es innegable la validez empírica de la Guía Clínica, como perspectiva que se plantea brindar un servicio partiendo de un modelo integrador en un campo donde la diversidad de propuestas es cada vez más amplia.

“La ciencia, los procesos culturales y la subjetividad humana son elementos constitutivos de un sistema abierto que se conectan entre sí de forma recursiva<sup>4</sup>.”

El lenguaje con que se describe la Guía y cada una de las propuestas terapéuticas la construyen y la convocan a ser de una determinada manera. Es un servicio que facilita el acceso de estos recursos terapéuticos a los posibles usuarios, a través de la oportuna derivación de otros técnicos.

## Sobre el concepto de Psicoterapia

Desde el enfoque sistémico se define la Psicoterapia como “El sistema que emerge cuando por lo menos dos personas se encuentran y una o más de ellas buscan resolver uno o más problemas con ayuda de un terapeuta. Para que este sistema pueda ser reconocido como

terapéutico tienen que cumplirse algunas condiciones:

- a) Al menos uno de los participantes debe definirse como terapeuta.
- b) Al menos el otro de los participantes debe aceptar al terapeuta como tal.
- c) Debe ocurrir en un lapso necesariamente limitado.

La Psicoterapia representa el proceso comunicativo generado por personas en los roles de terapeuta y paciente, quienes también se hacen cargo de conservarlo, desarrollarlo y darlo por terminado. Es un sistema que tiene como fin en sí mismo su propia disolución. Es un proceso singular, que no pretende entablar una comunicación durable, sino precisamente evitarla; intenta construir realidades nuevas y al mismo tiempo evita a través del sostenimiento redundante de las reglas básicas de esta relación, que la misma no se atrofie.

Para orientar su praxis el terapeuta necesita un marco teórico y metodológico que garantice su formación, supervisión y evaluación de la terapia<sup>5</sup>.

Según Marcelo Pakman<sup>6</sup>, “las terapias implican no solo la creación de alternativas a través de la conversación, sino también la creación de contextos para que se den conversaciones fértiles y vivaces”.

Para Harry Aponte<sup>7</sup>, “La terapia es una relación interpersonal que opera dentro de los parámetros de una estructura profesional. En esencia, la estructura profesional prescribe que el terapeuta y el paciente se comprometan en sus esfuerzos para el éxito de la familia.”

## Sobre la eficacia, efectividad y eficiencia de las Psicoterapias

Tanto para los profesionales como para las instituciones que los representan es muy importante conocer los resultados de las investigaciones sobre la eficacia de la psicoterapia en general y la de cada modelo en particular. Cabe diferenciar, a estos efectos, los conceptos de eficacia, efectividad y eficiencia.

“La eficacia de un modelo o procedimiento terapéutico se establece en condiciones de laboratorio. Por ejemplo, si seleccionamos muestras apropiadas de pacientes y terapeutas y queremos comparar la terapia «A» con la terapia «B», tenemos que contar con manuales muy específicos que detallen exactamente qué hacer en cada caso. De ese modo nos aseguramos de estar comparando procedimientos claramente diferenciados. En esas condiciones, mayor eficacia quiere decir mayor efecto terapéutico.”

“La efectividad se refiere al grado en que esas terapias alcanzan los objetivos deseados en las condiciones en que las aplican los profesionales en el curso de su trabajo cotidiano.

La eficiencia, por último, se refiere a la relación entre recursos y resultados. Por ejemplo, el procedimiento «A» puede ser un poco más eficaz que el «B», pero si éste alcanza su resultado con la mitad de los recursos: es más eficiente.

En general, la efectividad se mide hoy de acuerdo con cuatro parámetros:

1. disminución de la intensidad de los síntomas
2. mejora de la calidad de vida
3. disminución del gasto médico asociado
4. disminución de las recidivas

Por ejemplo, es posible que la persona tenga síntomas fóbicos menos intensos, o que a pesar de seguirlos teniendo sea capaz de hacer algo que antes no podía hacer, o que concurra a practicarse estudios por diversos padeceres menos veces, o que siga bebiendo pero con menos frecuencia. También es necesario tener en cuenta el punto de vista desde el cual se evalúa la mejoría: pacientes, ya que por lo general familiares y profesionales suelen discrepar sobre si hubo mejoría o no, así como también en qué consiste esa mejoría<sup>5</sup>.

## Reflexiones finales

La construcción de la Torre de Babel no se pudo finalizar, porque las lenguas se confundieron y ya nadie pudo entenderse. Su simbolismo nos

confirma la necesidad del lenguaje común y la necesidad de los acuerdos, si pretendemos llevar adelante construcciones colectivas.

### Referencias bibliográficas

1. **Buch PS.** Relatos de la Biblia. Luis de Caralt Editor. España, 1975: p. 31.
2. **Bertalanffy L.** Teoría General de los Sistemas. México: Fondo de Cultura Económica; 1988, p. XIV.
3. **Ludewig K.** 10 + 1 guías o preguntas-guías. Lineamientos de una teoría clínica en el ámbito psicosocial con fundamento sistémico. Rev Sistemas Familiares Año 5 N° 2, 1989.
4. **Gergen K.** Nuevos paradigmas. Ciencia, Cultura y Subjetividad. En: Freid D. Buenos Aires: Paidós; 1994, p. 18.
5. **Hirsch H.** Efectividad en psicoterapia. Rev Sistemas Familiares Año 1998;14 (3).
6. **Pakman M.** El diseño de terapias constructivas en salud mental comunitaria. Rev Sistemas Familiares 1999;15 (2):9.
7. **Aponte H, Winter J.** La persona y la práctica del terapeuta. Tratamiento y entrenamiento. Rev Sistemas Familiares 1988; 4 (2).