

CAPÍTULO 1

UNA MIRADA A LA PSICOLOGÍA CLÍNICA

INTRODUCCIÓN

Las oportunidades y los retos que enfrentó el campo de la psicología clínica a finales del siglo XX fueron enormes. Un estudio reciente a nivel nacional en Estados Unidos sobre los trastornos psiquiátricos, la National Comorbidity Survey, encontró que, aproximadamente, a 30 por ciento de los adultos, más de 70 millones de personas, se les diagnosticó, al menos, un trastorno psiquiátrico durante los previos 12 meses (Kessler *et al.*, 1994). Como se verá, más de 10 millones de estadounidenses sufren de diversos trastornos del ánimo, como depresión mayor, desórdenes bipolares y desórdenes afectivos (Kessler *et al.*, 1997). Más de 15 millones de individuos luchan contra trastornos de ansiedad tales como ansiedad generalizada, fobias, trastornos obsesivo-compulsivos y trastornos de estrés postraumático (Kessler *et al.*, 1999). Más de 1 millón de estadounidenses padecen de enfermedades mentales mayores en la forma de trastornos esquizofrénicos. Más de 500 000 personas presentan trastornos de alimentación, sobre todo las mujeres adultas jóvenes. Los problemas de salud mental que afectan a niños y adolescentes son del tipo profundo y tienden a incrementarse; entre ellos destacan los desórdenes disruptivos del comportamiento, los desórdenes por déficit de atención, la depresión y los desórdenes por ansiedad que afectan a millones de personas (Achenbach y Howell, 1993).

Los problemas de salud mental tienen efectos profundos sobre el comportamiento y las habilidades efectivas de las personas en su vida diaria.

El deterioro atribuible a los problemas de salud mental incluyen el pobre aprovechamiento escolar y laboral, los desórdenes y rompimiento de las relaciones interpersonales, así como la disminución de la calidad de vida (por ejemplo, Kessler *et al.*, 1999; Kessler, Walters y Forthofer, 1998). Así, hay casos de personas que por sufrir de agorafobia o de depresiones severas son incapaces de salir de sus casas. Los niños, a quienes se les ha diagnosticado trastorno por déficit de atención, a menudo son incapaces de actuar de manera adecuada en la escuela. El abuso del alcohol y de otras sustancias se asocia con deterioros significativos en el trabajo y en las relaciones maritales. Los problemas de salud mental pueden causar criminalidad y problemas legales, tales como la delincuencia juvenil, el comportamiento antisocial y el abuso de sustancias.

Los problemas de salud mental también pueden provocar efectos profundos sobre la salud física y las enfermedades. Pacientes con cardiopatías, que experimentan síntomas de depresión después de un ataque cardiaco, incrementan sustancialmente el riesgo de un segundo ataque (por ejemplo, Frasure Smith *et al.*, 1999). Fumar cigarrillos, es la causa principal del cáncer de pulmón, uno de los cánceres menos tratables y más mortíferos (American Cancer Society, 2000). Los trastornos de la alimentación, incluidos la bulimia y la anorexia nerviosa, son los problemas de salud más importantes, a corto y largo plazos, relacionados con una deficiente nutrición. La ineffectividad para manejar el estrés en la vida es un coadyuvante para los problemas de salud, incluyendo la hipertensión y el decrecimiento de la capacidad en el funcionamiento del sistema inmunológico del organismo (Adler *et al.*, 1999).

Los objetivos de la psicología clínica son comprender, tratar y prevenir los problemas de la salud mental, así como sus efectos asociados. La psicología

clínica juega un papel central en la evaluación, el diagnóstico, el tratamiento y la prevención de estos problemas. Por medio del uso de las pruebas psicológicas, de las entrevistas y de la observación del comportamiento, la psicología clínica ayuda a identificar y a diagnosticar los problemas de salud mental. Mediante la práctica de las diversas formas de tratamiento psicológico (terapia cognitivo conductual, psicoterapia interpersonal, terapia de pareja y de familia), los psicólogos clínicos están en la primera línea en el tratamiento de los problemas de salud mental. Los psicólogos clínicos se involucran cada vez más en el tratamiento de los factores psicológicos y conductuales relacionados con enfermedades tales como el cáncer, las enfermedades cardíacas, la diabetes, el asma y el dolor crónico, por mencionar sólo algunas. Estos especialistas también se han involucrado en la ejecución de programas que buscan prevenir los problemas de salud mental y que promueven la verdadera salud física y mental. Más aún, los psicólogos clínicos han buscado, mediante la investigación, comprender mejor la naturaleza y las causas de los problemas mentales y físicos, con el fin de perfeccionar los métodos de evaluación y diagnóstico, así como para desarrollar y evaluar la efectividad de nuevas técnicas de tratamiento y prevención. Así, los psicólogos clínicos se han comprometido en un trabajo en el cual hay mucho interés, y también oportunidades, por contribuir a los cambios significativos de las vidas de otros. Al mismo tiempo, el trabajo emprendido por los psicólogos clínicos es difícil y excitante, porque aborda problemas complejos y porque el nivel de comprensión de la mayoría de los problemas de salud mental (y de las enfermedades físicas) está todavía en fases tempranas de desarrollo. Este libro es una introducción al intrigante y apasionante campo de la psicología clínica. En cada parte de este texto se usará la investigación en psicología clínica, así como la de otras áreas de la psicología, para proporcionar una interpretación de las bases científicas que fundamentan la práctica de la

psicología clínica. Además, el énfasis sobre la investigación, una importante manera de incrementar la comprensión del campo de la psicología clínica será la consideración cuidadosa de los casos individuales. Para ayudar a ver desde esta perspectiva, se seguirán los casos de cuatro individuos (Jason, Allison, Phillip y María) a quienes se introduce en el cuadro de ejemplo de caso que se encuentra al final de este capítulo (véase cuadro 1.3). Se seguirá a estos cuatro individuos en el transcurso del libro para ayudar a comprender y aplicar el conocimiento y los métodos propios del campo de la psicología clínica.

EL CAMPO DE LA PSICOLOGÍA CLÍNICA

La preocupación, así como la fascinación por los problemas psicológicos humanos, empezó mucho antes del origen de la psicología clínica.. Previo a la consideración de la evolución de este campo, no obstante, es provechoso definir la naturaleza, el campo de acción y el propósito de la psicología clínica. En la tabla 1.1 se presentan cuatro definiciones de la psicología clínica de un periodo que abarca casi 80 años a definición de Lightner Witmer, el fundador de la primera psicología clínica en Estados Unidos en 1896, es considerada por muchos psicólogos como la definición original del campo. Witmer definió la psicología como una disciplina preocupada por el estudio de los individuos, mediante la observación o la experimentación, con el propósito de facilitar cambios en ellos. Debido a que trabajó con niños en edad escolar, con problemas de aprendizaje, Witmer consideró que el tratamiento psicológico era, en esencia, educacional.

TABLA 1.1

Definiciones de la psicología clínica: 1912-2000

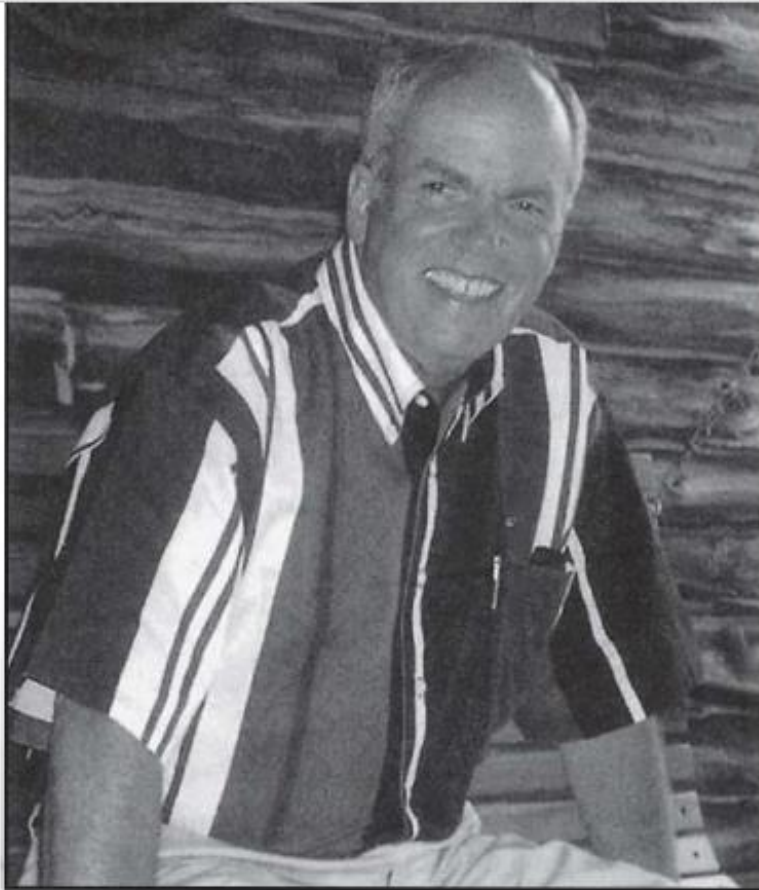
- Lightner Witmer en 1912: "Así pues los métodos de la psicología clínica están necesariamente involucrados siempre que el estado de la mente de un individuo se determine por la observación y la experimentación y por tratamientos pedagógicos aplicados para producir un cambio, es decir, para el desarrollo de la mente." (1907, *Psychological Clinic*, vol. 1, p. 1.)
- American Psychological Association (APA) en 1935: "La psicología clínica es una forma aplicada de la psicología, la cual apunta a definir las capacidades del comportamiento y las características conductuales de un individuo, mediante el uso de métodos de observación , de medición y análisis, los cuales con base en una integración de estos hallazgos y con los datos obtenidos a partir de las exploraciones físicas y de las historias sociales, proporcionan sugerencias y recomendaciones para el ajuste adecuado del individuo ." (Brown, 1935, *Psychological Clinic*, 23, p. 5.)
- APA en 1981: "Un psicólogo clínico es un profesional que aplica principios y procedimientos para comprender, predecir y aliviar los problemas psicológicos, intelectuales, emocionales y conductuales" ("Specialty Guidelines for the Delivery of Services by Clinical Psychologists", Washington, DC: APA).
- Society of Clinical Psychology de la APA en el 2000: "El campo de la psicología clínica integra teoría, ciencia y práctica para comprender, predecir y aliviar los desajustes, las discapacidades y el malestar, así como para promover la adaptación humana y el equilibrio y desarrollo personal. La psicología clínica se orienta al funcionamiento humano, en los aspectos biológicos, intelectuales, psicológicos, emocionales y conductuales durante el transcurso de la vida, en la diversidad de culturas, y en todos los niveles socioeconómicos."

Una definición similar, emitida por la sección clínica de la APA (American Psychological Association) en 1935, destacaba la aplicación de los métodos psicológicos de observación y medición como un medio que facilita el ajuste de los individuos. En 1981 la APA, y más recientemente la Society of Clinical Psychology de la APA, en el año 2000 ofreció una serie de definiciones, en las cuales se encontraban, como si fueran un eco, ternas presentes en las antiguas definiciones. Esas definiciones recientes continúan señalando que uno de los objetivos fundamentales de la psicología clínica es la aplicación del conocimiento para la mejor comprensión y alivio de un amplio rango de problemas sufridos por los individuos. La definición presentada por la Society of Clinical Psychology, vincula, de manera muy explícita, la ciencia psicológica con la práctica clínica.

Aunque hay elementos comunes en estas definiciones, ellas también reflejan los grandes cambios que, en los últimos 80 años, se han dado en cuanto a cómo han considerado su campo los psicólogos clínicos. Primero, ha habido una expansión gradual del rango, o campo de acción de la psicología clínica. Witmer (1907) definió primero el campo cuando focalizó los problemas del funcionamiento intelectual y del aprendizaje, a los que, en su terminología, denominó problemas de la mente. Esta definición contrasta con la más reciente ofrecida por la APA Society of Clinical Psychology (2000), que incluye problemas a múltiples niveles del funcionamiento humano-intelectual, emocional, biológico, psicológico, social y conductual. Como puede verse, estas definiciones sugieren que, en el área de competencia de la psicología clínica se han incluido un mayor número de problemas. Originalmente la psicología clínica se interesó por los problemas que caen en el dominio del aprendizaje y de la educación; sin embargo, en la actualidad se interesa por

la psicopatología, y por la salud y la enfermedad física (por ejemplo, Compas *et al.*, 1998). Segundo, el énfasis puesto sobre la *observación y comprensión* del funcionamiento humano, así como sobre los esfuerzos por cambiar el comportamiento humano, se han transformado por medio de estas definiciones. Este cambio se refleja en el creciente compromiso de la psicología clínica en la intervención psicológica (psicoterapia y otros métodos de modificación de la conducta) comparado con la evaluación psicológica.

Sin embargo, para los autores del presente texto estas definiciones fallan por no enfatizar la característica más importante de la psicología clínica que la ubica en un lugar aparte de las otras profesiones de la salud mental. La psicología clínica implica no sólo la generación de conocimiento científico de los problemas psicológicos y el funcionamiento humano, sino también la aplicación de la ciencia de la psicología con el propósito de comprender y mejorar el bienestar de los individuos. Éste es el vínculo estrecho que hay entre la ciencia de la psicología y los esfuerzos por comprender y aliviar los problemas psicológicos de los individuos. Este vínculo es la piedra angular de la psicología clínica. El psicólogo clínico **Richard McFall** (1991) ofreció una de las más sólidas argumentaciones al respecto en su "**Manifiesto por una ciencia de la psicología clínica**" (véase el cuadro 1.1). El principio fundamental de este manifiesto es: "La psicología clínica científica es la única forma legítima y aceptable de la psicología clínica" (p. 76). McFall sostiene que la alternativa a esta forma de psicología clínica, la no científica, es inaceptable porque con ella predominan la intuición y el juicio subjetivo. La ciencia psicológica proporciona bases más objetivas para la práctica de la psicología clínica, ya que su conocimiento proviene de numerosos estudios realizados con rigor científico y que ofrecen evidencia clara para la práctica de la psicología clínica.



El doctor Richard McFall, psicólogo clínico en la Indiana University, ha sido un fuerte defensor del enfoque científico en la práctica de la psicología clínica. El doctor McFall es un activo investigador en el área de competencia social. A lo largo de su carrera se ha ocupado de las relaciones entre investigación clínica y práctica. El doctor McFall ha sido presidente de la Academy of Psychological Clinical Science de 1995 a 1998. *(La foto es cortesía de Richard McFall.)*

Para el propósito de este texto, la **psicología clínica** se define como la rama de la psicología dedicada a la generación del conocimiento psicológico, y su aplicación, desde la ciencia psicológica, en la comprensión y el mejoramiento del funcionamiento y bienestar físico y mental de un individuo o de un grupo de individuos. Esta definición no sólo refleja lo que la psicología clínica es, sino también lo que debe ser; es decir, el énfasis se ha colocado en la

aplicación del conocimiento científico existente y en la generación de nueva información. La psicología clínica contribuirá a expandir el campo de la psicología y de la ciencia de la conducta, y, también, servirá a las necesidades de la gente sólo si sus esfuerzos se someten a las bases científicas.

Aunque son pocos los psicólogos clínicos que asumen por igual las funciones de científicos y de practicantes, la psicología clínica es un campo donde ambas funciones contribuyen al conocimiento básico de la psicología y se benefician de él. Gracias a la generación y aplicación de la ciencia psicológica, los psicólogos clínicos aspiran a mejorar el funcionamiento mental y el bienestar de los individuos. Los psicólogos clínicos se orientan hacia las personas que experimentan significativa aflicción emocional, que padecen de angustia y cuyo comportamiento es motivo de preocupación para los otros, o cuyos problemas se manifiestan en un trastorno psicológico identificable (Strupp y Hadley, 1977).