



Revista Clínica Española

www.elsevier.es/rce



NOTA SINGULAR

Los síndromes de estrés.

Luis de Rivera, Editorial Síntesis, Madrid, 2010, ISBN: 978-84-975671-0-7.

Cuando debajo del logo de la SEMI, allá por el año 2009, la Junta Directiva Nacional de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) decidió colocar el lema «*La visión global de la persona enferma*», asentó para los internistas una ocupación, aunque largamente intuida y solicitada, de hondura insospechada. Se trata de un compromiso más y más amplio, inagotable, abierto a todo lo que en la persona enferma influye y puede llegar a ser decisivo: no solo el hábitat; sus antecedentes familiares y personales; los síntomas relatados; los signos que se observan con los sentidos inmediatos, y con las pruebas funcionales, gráficas, analíticas e histológicas; el apoyo familiar; la formación cultural, la pulsión de vida o muerte¹... ¿No se nos olvida, a menudo, preguntar al paciente por su nivel de exigencia –auto y heteroexigencia–, por su estrés (del latin *stringere*, «comprimir o apretar»), esto es, por el nivel de apertura vital y existencial que acarrea?

Ya no podemos ser internistas completos sin valorar de alguna forma este punto. Y aquí encaja este libro imprescindible que un autor español, Catedrático de Psiquiatría y director del Instituto de Psicoterapia e Investigación Psicosomática de Madrid, nos ofrece, fruto de una amplia experiencia clínica, investigadora, y docente. Hablar de estrés y de psicosomática, es acudir, estudiar y citar la obra de Luis de Rivera².

¿Qué es el estrés? Desde las teorías clásicas de W. Cannon (*Lucha-Huida*), H. Selye (*Síndrome general de adaptación*), J.W. Mason (y la puesta de largo de la *Psicoendocrinología*) y W.R. Hess (*sintonía ergo-trofotrópica*), llega Luis de Rivera en su libro hasta el concepto actual de estrés, de perfil psiconeuroendocrino e inmunológico pero también psicosocial (*acontecimiento vital, crisis, trauma y sobrecarga escalonados*), recorriendo de forma luminosa todas las estaciones y describiendo los principales síndromes de estrés agudo y crónico: Trastorno por estrés agudo; Desregulación neurovegetativa; Autoestrés; Trastorno de estrés post-traumático; Trastornos adaptativos; Síndrome de desgaste profesional (*burnout*), el estrés crónico vinculado al Síndrome

metabólico (y sus consecuencias cardiovasculares); Síndrome de acoso psicológico en el trabajo (*mobbing*); etc.

El libro enseña a medir el estrés de modo que se pueda recoger de forma más objetiva y comunicable la impresión del clínico junto al enfermo (la *aisthesis toû sômatos* o «*sensación del cuerpo*», según la recomendación hipocrática que enseñaba P. Laín Entralgo³), y nos abre a perspectivas más libres y humanas, tareas para aquellos terapeutas que intenten comprometerse más allá de los simples y limitados apoyos psicofarmacológicos.

Al final, leyendo el esquema de su original «*Psicoterapia secuencial integradora*» del estrés, llegamos a entender con Luis de Rivera que siempre hay una esperanza en el horizonte del paciente estresado, algo próximo a lo que nos enseñó Rof Carballo, la transformación del estrés en reto: «*El reto solicita las fuerzas inéditas y escondidas del alma y del cuerpo, hace brotar nuevas combinaciones en los sistemas inmunitarios o neurológicos, crea conexiones hasta el momento no ensayadas; en una palabra, suscita la aparición de más organización allí donde el estrés servía para desorganizar*»⁴. El libro de Luis de Rivera concluye así: «*Una persona que toma responsabilidad por la propia vida, que mantiene la calma, que sabe minimizar el daño, que comprende las situaciones y que actúa de forma proactiva para desarrollar las condiciones más favorables... contempla cada situación de estrés como una oportunidad para su desarrollo personal*».

Bibliografía

1. Marty P. Les mouvements individuels de vie et de mort, 1976.
2. González de Rivera JL. Medicina Psicosomática, 1980-2003; Psicoterapia autógena, 1999; El maltrato psicológico, 2002-2005; Crisis emocionales, 2006.
3. Laín Entralgo P. Enfermedad y pecado, 1961; La relación médico-enfermo, 1964; La medicina hipocrática, 1970.
4. Rof Carballo J. Teoría y práctica psicosomáticas, 1984.

A. Álvarez Fernández
Servicio de Medicina Interna, Centro Médico de Asturias,
Oviedo, Asturias, España
Correo electrónico: angelafb@hotmail.com