

## RECENSIONES DE LIBROS

---

Luis de Rivera (2010). *Los síndromes de estrés*. Madrid: Editorial Síntesis. 299 p.

Desde que Hans Selye dio uso científico a un término viejo en el lenguaje cotidiano anglosajón, el concepto de estrés ha ido infiltrando todas las ciencias de la vida. Desde la biología molecular hasta la sociología, pasando por la medicina y la psicología, es difícil encontrar un área en la que no proliferen las investigaciones sobre el tema. En compensación de la tendencia a una especialización científica cada vez más minuciosa, el estudio del estrés obliga a una perspectiva transversal a través de campos dispares. Bien es verdad que esta dispersión no favorece la comprensión de un concepto que puede llegar a significar cosas muy diferentes en distintos contextos. Por eso, el propósito de este libro es ofrecer un panorama amplio de los estudios del estrés, adoptando para ello un enfoque inevitablemente multidisciplinar. Sin embargo, y como no puede ser de otra manera, dada la formación y experiencia del autor, el punto central de apoyo que guía el esfuerzo es la clínica humana, de ahí el título de la obra, "Síndromes de Estrés". Los alumnos de varias promociones de Doctorado en Psiquiatría de la Universidad de La Laguna, primero, y, posteriormente, de la Universidad Autónoma de Madrid, han sido testigos y participantes de un trabajo que ha llevado la mejor parte de la última década. A ellos debe el autor su agradecimiento, por su interés, sus comentarios, sus aportaciones y, sobre todo, por el estímulo que han prestado a un profesor que nunca hubiera realizado este esfuerzo sin ellos.

Los 17 capítulos de que consta la obra están agrupados en tres partes. La primera, *los fundamentos*, se inicia con una discusión semántica sobre las diferentes acepciones del término, tanto en su uso popular como en el científico, al filo de la cual se revisan las distintas definiciones fisiológicas y psicológicas, señalando sus complementaridades y solapamientos. Continúa con el justo tributo histórico a los trabajos pioneros, señalando las contribu-

ciones de Cannon, Selye, Mason y Hess, todavía en gran parte válidas, discutiendo su transformación progresiva por múltiples contribuciones hasta llegar a la conceptualización actual. Para los que recuerdan la respuesta del *Síndrome General de Adaptación* de Selye y la de *Lucha-Huida* de Cannon, será interesante saber que al menos cuatro respuestas de estrés más (en total, seis) han sido descritas hasta el día de la edición de esta obra. Termina esta sección con la revisión de los descubrimientos realizados desde la psicología y desde la medicina, con un capítulo dedicado al estrés psicológico y social y otro a la psicopatología del estrés. Mientras que en el primero se explora los conceptos de acontecimiento vital, trauma, crisis y sobrecarga, el segundo se dedica a los no menos importantes de adaptación y alostasis y se presenta la ley general de la homeostasis, que establece la relación entre estrés y enfermedad.

La segunda parte, *la clínica*, empieza con un estudio de la psicopatología reactiva y la clasificación de los síndromes de estrés, distinguiendo entre los *agudos*, producidos por traumas y exigencias improcesables de corta duración, y los *crónicos* producidos por la sobrecarga prolongada de los procesos de defensa y regulación homeostática. Entre los síndromes de estrés agudo, además de cuadros bien conocidos como el trastorno por estrés traumático, se consideran las reacciones psicopatológicas agudas, que pueden llegar a la muerte súbita, y el recién descrito síndrome de autoestrés, que engarza con los mecanismos psicopatológicos de la ansiedad. Entre los síndromes crónicos se incluyen cuadros clásicos vistos desde una nueva perspectiva, como la depresión secundaria a estrés, la transformación de la personalidad y la reacción ante estrés extremo y persistente, junto con otros de nuevo cuño, como el desgaste profesional o "burnout", los síndromes de maltrato psicológico, como el acoso laboral o "mobbing" y el síndrome de Estocolmo, y el recientemente descrito síndrome metabólico. Se incluyen también en esta sección los aspectos clínicos de las

crisis emocionales, de gran interés, porque la intervención terapéutica oportuna y adecuada puede transformar situaciones potencialmente destructivas en estímulos para el progreso personal.

La tercera parte, *las intervenciones*, incluye un importante capítulo sobre “Psicometría del Estrés”, elaborado por el Dr. Manuel Rodríguez Abuin, profesor asociado de psicología clínica y de la salud de la Universidad Complutense de Madrid y tres capítulos sobre tratamientos, uno de ellos específico sobre psicoterapia autógena y otro sobre la recientemente descrita “Psicoterapia Secuencial Integradora”, inicialmente diseñada para el tratamiento de los síndromes de acoso laboral, que ha evolucionado para

encontrar su aplicación en situaciones de crisis y estrés no traumático.

Termina la obra un apéndice que reúne los instrumentos de medida más utilizados para la detección y cuantificación del estrés en sus diversas manifestaciones.

Por deseo expreso de los editores, la bibliografía, que reúne más de 400 referencias, se presenta independiente de la obra impresa en la página web de la editorial, donde puede ser consultada con gran comodidad, aprovechando así las ventajas de las nuevas tecnologías.

CONCEPCIÓN GÓMEZ CANTERO  
Master de Psicoterapia,  
Universidad Autónoma de Madrid