

RECENSIONES DE LIBROS / BOOK REVIEWS

Richard P. Bentall (2011). *Medicalizar la mente*. Barcelona: Herder. 526 pp. (Versión original en inglés, 2009).

Richard P. Bentall es catedrático de psicología clínica del University College of North Wales, Bangor (Reino Unido). Es conocido a nivel internacional por sus estudios sobre la etiología y tratamiento del trastorno mental grave. Ha recibido varios premios por sus trabajos sobre psicología clínica, incluida la distinción por su anterior libro *Madness explained: Psychosis and human nature* (2004).

En su libro *Medicalizar la mente*, Bentall aborda los sistemas de atención de la salud mental occidentales desde la óptica de los tratamientos farmacológicos. En el libro, el autor revisa críticamente las consecuencias negativas asociadas al abuso de los enfoques estrictamente biológicos, especialmente los psicofarmacológicos, resaltando que para muchos de ellos no existen actualmente pruebas ni estudios suficientes que justifique su uso masivo generalizado. En muchos casos no parece estar justificado el empleo de los psicofármacos como estrategia de elección, tal y como ocurre, por ejemplo, en muchas depresiones leves o moderadas, en los trastornos adaptativos y en el duelo complicado; tampoco parecen estar justificados científicamente muchos de los tratamientos farmacológicos que, desde la medicina, se aplican a niños y adolescentes.

Centrándose más específicamente en los fármacos antipsicóticos, Bentall subraya el elevado coste personal determinado por los efectos secundarios asociados al consumo de este tipo de fármacos. Cabe afirmar que, históricamente hablando, la mayor parte de los psiquiatras han tendido a infravalorar dicho coste o, incluso, no lo han considerado en absoluto. El autor del libro lleva a cabo una revisión crítica sobre el uso y abuso de los psicofármacos, especialmente los fármacos antipsicóticos, enfatizando las diferentes formas de respuesta a los mismos (hay pacientes que no responden a ningún tipo de antipsicótico).

Otras cuestiones como las relativas a los nuevos fármacos (vs. fármacos antiguos), ge-

neralmente más caros que los antiguos, las dosis a utilizar, y los efectos nocivos asociados a las campañas de la industria farmacéutica, son revisadas por el autor del libro. Bentall aboga por nuevas formas de atención a los pacientes psiquiátricos, que fomenten más la atención personalizada y el intercambio comunicativo, replanteando nuestra forma de entender los trastornos mentales y su tratamiento en el siglo XXI.

El libro está estructurado en tres partes. La primera parte («Una ilusión de progreso») revisa en 4 capítulos algunas cuestiones sobre los éxitos de los tratamientos psiquiátricos, la innovación terapéutica y el fin de la época de los manicomios, y el triunfo de la psiquiatría biológica. En la segunda parte («Tres mitos sobre las enfermedades mentales»), el autor destaca la existencia de tres importantes mitos en la psiquiatría actual: el mito según el cual los diagnósticos psiquiátricos son significativos, el mito según el cual los trastornos mentales son enfermedades genéticas, y el mito según el cual las enfermedades mentales son enfermedades del cerebro. Finalmente, el autor perfila en cuatro capítulos la cuarta y última parte del libro («Medicina para la locura»), reflexionando, a través de ellos, sobre los ensayos clínicos («Ciencia, beneficios y política en la conducción de ensayos clínicos»), sobre los beneficios y costes de los antipsicóticos («Cuanto menos, probablemente mejor»), sobre los beneficios de la psicoterapia («La virtud de la amabilidad»), y sobre una posible psiquiatría a la carta.

Aunque la psicología clínica ha dado respuesta a algunas de las interrogantes que se deducen tras la lectura del libro, las reflexiones que se hacen sobre viejos tópicos (p.ej., que las enfermedades mentales sean enfermedades del cerebro o enfermedades genéticas, los beneficios de la psicoterapia, etc.) se efectúan desde una nueva óptica de mentalidad y de progreso, por lo cual el libro adquiere un valor añadido. Las clasificaciones y diagnósticos psiquiátricos actuales, así como los estudios basados en ensayos clínicos, gozan de relevancia y contrastación empírica, lo cual es necesario para el avance de la ciencia. No obstante, como subraya el

autor del libro, tales aspectos no están exentos de problemas que deben corregirse y, en lo posible, desligarse de los condicionantes e intereses políticos y económicos.

La psiquiatría actual sigue en una posición de dominio respecto a su hermana menor la psicología clínica, pero difiere de ésta en que su principal y casi única arma para combatir los trastornos mentales son los psicofármacos. Bentall insiste, a modo de «alma redentora», en los peligros que encarna el abuso de los psicofármacos. Aunque el autor se centra fundamentalmente en los peligros de los neurolépticos y otras sustancias antipsicóticas, no menos importante es el abuso de las benzodiazepinas y otros fármacos «menores», algo muy común en la sociedad actual (muy prescritas ya desde la atención médica primaria) que ha sido asociado a múltiples problemas psicológicos, incluida la adicción a estas sustancias.

Stefan G. Hofmann (2012). *An introduction to modern CBT*. Chichester (UK): Wiley-Blackwell. xvii + 218 pp.

Stefan G. Hofmann es catedrático de Psicología y Director del Psychotherapy and Emotion Research Laboratory at Boston University. Actualmente es uno de los psicólogos con mayor prestigio internacional en el campo de los trastornos de ansiedad. Es autor de más de 200 artículos publicados en revistas científicas (revisión por pares) y capítulos de libros, y de varios libros, la mayoría de ellos relacionados con la terapia cognitivo-conductual. Es asesor del grupo de trabajo del DSM-V (Development Process), y ha recibido varios premios relacionados con su investigación sobre tratamientos psicológicos. El profesor Hofmann es muy conocido internacionalmente por sus innovadoras investigaciones y publicaciones relacionadas con el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos de ansiedad, en especial sobre la fobia social.

El presente libro sobre terapia cognitivo-conductual es bastante diferente a lo que habitualmente suele publicarse en relación con esta terapia psicológica. No se trata de un manual de tratamiento paso-a-paso sobre un trastorno

Desde mi punto de vista, se trata de un libro crítico de gran valor e interés en el momento actual. No es un libro más sobre problemas de la psiquiatría, o sobre movimientos antipsiquiátricos. Es un libro en el que se ponen de relieve, de forma crítica y equilibrada, algunos problemas derivados de la psiquiatría moderna, que pueden ser compensados recurriendo a estrategias alternativas o corrigiendo los abusos o malos usos de los avances psiquiátricos. Es un libro cuya lectura es imprescindible para los profesionales que trabajan en el campo de la salud mental, y recomendable para cualquier persona interesada por la salud.

ROSA M. VALIENTE

Universidad Nacional de Educación a Distancia,
Madrid

específico, ni sobre protocolos manualizados de tratamiento para abordar trastornos concretos. Tampoco consiste en un manual en el que se describen detalladamente las principales técnicas de terapia cognitivo-conductual. El libro, sin embargo, aborda ambos aspectos, si bien gravitando sobre las intervenciones con apoyo empírico contrastado.

La terapia de conducta, o terapia cognitivo-conductual (TCC), ha demostrado ser una forma de tratamiento altamente efectiva y una alternativa al tratamiento farmacológico. La TCC es una forma muy simple de tratamiento, es intuitiva y es transparente. Nadie duda actualmente que esta forma de tratamiento psicológico sea la alternativa de elección para la mayoría de los problemas y trastornos mentales, siendo claramente superior a cualquier otra intervención psicológica y generalmente preferible a los diversos tratamientos farmacológicos (aquellos suelen tener mejores resultados a largo plazo que y carecen de los indeseables efectos secundarios comúnmente asociados a los tratamientos médicos).

Aunque la TCC es bien conocida, aún existen muchos errores en relación con esta forma de tratamiento psicológico, que sin duda se ha convertido en la alternativa dominante para