

## Los problemas psicológicos no son enfermedades: Una crítica radical de la psicopatología

Ernesto López y Miguel Costa  
Madrid: Pirámide, 2014

*Ernesto López Méndez  
Miguel Costa Cabanillas*



### Los problemas psicológicos no son enfermedades

*Una crítica radical de la psicopatología*

PIRÁMIDE

Comentario: [Luis Valero](#)

El subtítulo de este libro define con claridad su objetivo: realizar una crítica al concepto fundamental de la psicopatología, una crítica radical no por lo extremista, sino por abordar la raíz misma del concepto habitual de psicopatología entre los profesionales. El título del libro ya es explícito con la posición de los autores, por lo que no hay sorpresas o grandes revelaciones que lleven al lector a desechar la clasificación psicopatológica y las categorías diagnósticas tan de moda. Lo que sí hay es una presentación de conceptos fundamentales, razonados y fundamentados en la evolución histórica de la psicopatología, que sí llevan a pensar en la vacuidad de psicopatologizar cualquier aspecto de la actividad humana. Las “logomaquias” (como denominan a las categorías diagnósticas) no son sino construcciones lingüísticas aparentemente científicas pero que esconden un vacío explicativo y científico. La enfermedad inventada es una tautología que se contiene a sí misma. Así, llegar a la conclusión de que una

persona tiene una enfermedad llamada “depresión” a partir de preguntarle y observar que no tiene gana de hacer nada, que tiene expresiones emocionales y lenguaje que evoca tristeza, que se pasa todo el día durmiendo o viendo la TV; y a partir de ahí explicar que duerme demasiado y se ve triste porque tiene “depresión” es un circunloquio que no explica nada, no dice nada sobre los factores que llevan a ese estado personal ni sobre las causas que lo mantienen. Solo se les pone nombre, y si son en griego o en acrónimos mejor (agorafobia, dislexia, TDAH, TDA...), así el profesional parece más científico.

El libro plantea en los tres primeros capítulos un repaso histórico y conceptual sobre cómo se han construido las llamadas “enfermedades mentales”, y las diferentes metamorfosis desde la “patología médica” a la “patología psicológica”. En esta parte inicial, los autores realizan una crítica mordaz, y a veces irónica, sobre las “quimeras y simulacros psicopatológicos”. Realizan comparaciones frecuentes entre el abordaje de los modernos psicólogos y el que realizaban los médicos galenos de siglos anteriores. En el cuarto capítulo presentan la alternativa a esa psicopatologización: el estudio de la interacción humana. Un modelo conductual radical de un individuo inmerso en un entorno físico y social con el que interacciona, que cambia y le hace cambiar continuamente. En este modelo, los problemas psicológicos son cambios integrales, de la persona al completo, y no estarían dentro del cerebro ni tampoco en el ambiente, sino en las interacciones mismas, en las transacciones del individuo con su medio (el yo y mis circunstancias).

En los tres capítulos siguientes los autores van explicando los distintos principios que manejan esas interacciones y transacciones, principios conductuales pero explicados en un lenguaje más literario y accesible: “cómo nos afectan las cosas que nos pasan”, cómo lo adquirido transforma lo innato”, “los cuatro caminos de las consecuencias”, “cómo se llega a odiar lo que se amó”, “conflictos que trastornan”, etc. Una forma de ver los problemas psicológicos como parte de las experiencias humanas, realizando análisis funcionales pero en un contexto también evolutivo y adaptativo, con una influencia fundamental del “poder de las palabras” (capítulo 8). En este capítulo los autores abordan cómo el lenguaje cambia el resto de nuestros comportamientos, la conducta gobernada por reglas, la literalidad del lenguaje, etc., también explicados en ese lenguaje cotidiano, y donde nos hacen ver cómo construimos muchos de nuestros problemas psicológicos a través del lenguaje. Precisamente, el último capítulo aborda el tema fundamental del “mundo interior, la mente y la conciencia” que siempre han sido los temas tabú en una explicación conductual, pero que aquí se abordan de forma amena y clara, poniendo los puntos sobre las íes de la explicación de los problemas psicológicos, que no está ni en la mente, ni en el cerebro.