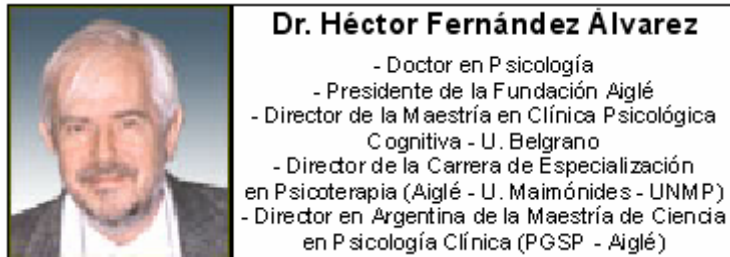


SECCIÓN: ENTREVISTA

## HÉCTOR FERNÁNDEZ ÁLVAREZ



**Psiencia:** Contanos un poco sobre como fue tu formación en psicología y de la historia de la Fundación Aiglé

**HFA:** Estudié Psicología en la Universidad de Buenos Aires y me recibí hace ya cuarenta años. Cuando ingresé, la formación tenía las siguientes características: se estaban graduando los primeros estudiantes, así que no teníamos prácticamente psicólogos graduados todavía. La carrera había sido conformada sobre un acuerdo de dos sectores predominantes: el psicoanálisis y una corriente que se identificaba con la reflexología, con el pensamiento de la psicología soviética y que tenía algunos puntos que hacían de puente entre esto.

Antes de empezar a estudiar psicología había empezado a estudiar letras. Ese fue mi primer ingreso a la entonces Facultad de Filosofía y Letras. Después de haber estado un tiempo, tomé contacto con que existía la psicología; fijate hasta que punto desconocíamos la existencia de la psicología que en realidad la descubrí estando ya en la facultad. Mi comienzo en letras tuvo relevancia a lo largo de mi carrera profesional en dos sentidos. Primero, por la literatura en sí misma, y segundo porque estaba muy interesado en el pensamiento existencial, estaba muy interesado en pensadores, tanto de la literatura como de la filosofía. Así que, cuando decidí seguir psicología me encontré con estas dos grandes líneas, más el background que tenía de interés por el pensamiento existencial. En ese momento tenía una formación bifronte, un interés por dos cosas. Por un lado, al estar interesado en lo clínico me interesaba el psicoanálisis, y por otro lado el estudio, la investigación teórica, el desarrollo del conocimiento; y eso lo encontré en dos lugares distintos.

Me recibo, más o menos por esa época y éramos tan poquitos los psicólogos que era muy fácil -con un poco de suerte- conseguir un trabajo excepcional; y eso fue lo que me pasó. Conseguí trabajo en una institución privada que se dedicaba al autismo. Me contrataron y me pagaban una fortuna para ese entonces, como si hoy vos te recibís y te pagaran un montón de plata por trabajar tres horas a la tardecita. Claro, no había psicólogos que pudieran tomar pruebas, así que es como si hubiera tenido una beca. Yo era psicólogo concurrente en la sala

nueve del Hospital de Clínicas en salud mental y atendía niños en el Hospital Piñeiro. Tenía la mañana y la tarde completamente dedicadas a mi formación. En esa época no había residencias, pero recibí una formación práctica enorme en ámbitos muy distintos de formación. En el Borda estaba estudiando pacientes severos, psicóticos, donde combinaba el psicoanálisis kleiniano con algunos modelos de psiquiatría social; también trabajábamos en Dock Sud y en Isla Maciel con familias. En el Hospital de Clínicas me encontré con una opción que también me marcó muchísimo. El grupo con el que trabajaba tenía una orientación fenomenológica existencial y eso me vino como anillo al dedo para complementar lo que me gustaba mucho: el existencialismo.

Así que te diría que, después de unos años de práctica y de formación personal, me encontré con que tenía tres patas de formación y las tres competían entre sí. Yo buscaba cómo articularlas, no sabía cómo. Pero me pareció que había algo bueno en todo eso. Mientras tanto, había vuelto a la Universidad y llegué a tener una titularidad interina en la UBA cuando, una vez más, vino el gobierno militar. Entonces, la intervención a la facultad me echó con un dictamen de incompetencia académica. Pero yo ya estaba trabajando y en ese entonces, excluidos del ámbito público, decidimos formar Aiglé.

Fue como una suerte de exilio interno. Esto se dio junto con algunas otras personas que también habían sido expulsadas, que no habían podido seguir su carrera y teníamos procedencias muy diversas. Lo que nos reunía en común era la idea de que el modelo hegemónico que había en la práctica de la salud mental y de la psicoterapia en particular en Buenos Aires, no nos satisfacía.

El modelo hegemónico era el del psicoanálisis, el tradicional de la Asociación Psicoanalítica Argentina (APA), cuando todavía la APA era una organización unitaria. Ese modelo no nos satisfacía y así es que nosotros empezamos a pensar en otra opción. Empezamos y se dio una coyuntura muy especial. Con este exilio interno que dio lugar a la formación de Aiglé como un lugar para tratar de desarrollar un pensamiento en libertad y potenciar la creatividad fuera del sistema, más esas condiciones tan opresivas en las que vivíamos y tratando de encontrar una alternativa al pensamiento hegemónico en salud mental y psicoterapia, lo que hicimos -que creo que fue lo más inteligente- es empezar a tender puentes como podíamos con el extranjero.

Empezamos a conectarnos con gente de Europa y de Estados Unidos. De esta manera, entre las tantas personas que contactamos estaba Eysenck. Lo contactamos en Londres y lo invitamos a venir a la Argentina. Vino a la Argentina e hicimos un congreso. Para ese entonces yo estaba en la Universidad de Belgrano que, frente a la exclusión que nos planteaba el gobierno militar, fue una opción para poder continuar la carrera académica. Así que se armaron debates apasionantes.

Esto era a principios de los ochenta. Eysenck dio seminarios, nos trajo bibliografía, nos enseñó muchas cosas; aprendimos mucho a partir de su visita. Él nos traía una visión de un abordaje terapéutico totalmente distinto de los que había en la Argentina, este enfoque era el

de la terapia de modificación de la conducta, que prácticamente no existía y lo que había era muy poquito.

Eysenck era un hombre tan sólido que era muy convincente y daba la sensación que uno podría tener una manera totalmente distinta de enfocar la clínica, sobre bases científicas muy potentes. Pero, paradójicamente, era un hombre extraordinariamente rígido y conceptual. Tenía la idea de que el cognitivismo, que recién empezaba en el mundo, era una falacia absoluta y una charlatanería total. Por la manera en que habló de eso nos convenció de que el cognitivismo era la opción. Dijimos: "este es el camino". Pero fue fundamentalmente el camino para poder integrar. Cuando lo empezamos a estudiar, comenzamos a repensar esos principios dinámicos que nos servían en alguna vereda pero no en otra, las bases existenciales que eran tan potentes en nuestro modelo de trabajo, el abordaje sistémico que de a poquito empezábamos a conocer de entre la gente que había ido a estudiar afuera.

Nos parecía que el cognitivismo era lo que podría integrar una practica y ahí empezamos a desarrollar un modelo de integración basado en un enfoque cognitivo. De ahí en más, hasta hoy, lo que ha pasado en estos 25 años ha sido fundamentalmente desarrollo, o sea que para explicarte como fue el asunto, esto es más o menos como se dio la formación. Desde entonces hasta acá, todos esos lazos que habíamos trabajado con el extranjero, primero se tradujeron en un intercambio enorme de figuras que vinieron y nos dieron cientos de seminarios de formación.

**Psiencia: ¿Cómo evalúas la formación académica que recibe hoy un estudiante de psicología en la Argentina?**

**HFA:** Te voy a contar primero respecto a la UBA, y después del resto. Fui expulsado de la UBA por los militares en el 66 y volví en el 83 como jurado de concursos. No me presenté a los concursos porque tenía un trabajo muy asentado en Aiglé, pero sí estaba en colaboración como jurado. A raíz de eso, fui teniendo distintos tipos de aproximaciones y lo que vi en ese entonces fue una formación muy envejecida respecto de lo que yo veía que era la formación de psicología en el mundo y de cuales eran las orientaciones y los contenidos. La veía excesivamente sesgada, con una influencia demasiado grande del pensamiento del psicoanálisis estructural, una influencia casi dogmática y con un desconocimiento muy fuerte de lo que era la psicología en el mundo. Mas allá de que uno pueda decir que le parece bien o que le parece mal que la psicología en el mundo tenga la orientación que tiene, es una orientación definida. Esta orientación la que marcan la mayoría de los centros académicos y organizaciones del mundo.

Yo veía la formación de la UBA muy de espaldas al mundo y creo que hubo durante unos cuantos años, una cosa muy sectaria en ese sentido, muy de defender un sector, muy poco representativo de la pluralidad. Tengo la sensación de que en los últimos años ha mejorado, que está produciéndose una transformación muy valiosa; aunque, como no estoy

muy en el día a día, no te la podría puntualizar. Veo con mucho entusiasmo el hecho de que la Universidad de Buenos Aires, que siempre es rectora, esté tratando de hacer cambios en cuanto a la amplitud de la currícula, en cuanto a las orientaciones. Me parece que los alumnos, en ese sentido también reclaman y piden que haya una apertura, una visión más completa, más abierta en su formación.

El resto de las facultades es muy variado. Me parece que ha habido dos universidades nacionales que han sido particularmente buenas en cuanto a esto que te estoy diciendo. Estas universidades fueron, la Universidad de San Luis y la Universidad de Mar del Plata. El resto de las universidades nacionales han ido muy lentamente haciendo este proceso.

Con respecto a las universidades privadas, me parece que también es muy variado. El problema de las universidades privadas es que, por la manera en que surgieron, por el modo en que se desarrollaron las carreras de psicología, si bien me parece que intentaron ser una alternativa a ese modelo del que estábamos hablando, creo que han funcionado mucho más con marcas personales, de acuerdo a quién era el rector, de un modo personal, han sido mucho menos institucionalizadas. Creo que si bien ofrecieron esta alternativa -y tal vez ha habido cosas que se pudieron hacer allí que durante años no se podían hacer en las públicas- no lo acompañaron con el nivel de exigencia necesario, para acelerar los procesos de formación de una estructura de distintos niveles, a la velocidad que hubiese sido necesaria.

Me refiero a la formación de posgrado, el cuarto nivel, la estructura de maestría, o de doctorado. Por lo tanto, quedaron atrasadas comparadas con lo que pasó en Brasil o lo que ha pasado en Venezuela o lo que ha pasado en otros países. Recién ahora eso se empieza a dar. Perdimos una oportunidad en ese sentido, porque creo que estaban dadas las circunstancias, pero se recostaron mucho en las estructuras de grado y el sistema casi escolar que tienen las estructuras de grado en las universidades privadas.

**Psiencia: ¿Qué tendría que buscar un estudiante en su carrera para que, cuando llegue el momento de recibirse, tenga una preparación más completa?**

**HFA:** La respuesta que te doy está basada en lo que considero que sería una formación ideal, es decir, en cuales son las opciones. Si yo pensara qué es lo que un estudiante debería tratar de buscar, te diría que son dos cosas. Fundamentalmente, a cualquiera que quiera formarse en la línea de la terapia cognitivo conductual; la psicología en el siglo XXI parece ir siendo marcada por el paradigma cognitivo, y la ciencia psicológica parece ir quedando estructurada dentro del marco de la ciencia cognitiva, en general.

Alguien que quiera formarse me parece que tiene una oportunidad única en la historia de la clínica y de la psicoterapia, que es poder formarse en una disciplina, en el caso de la psicoterapia de orientación cognitivo conductual, que tiene una base científica muy sólida, de ciencia básica, y lo que tendría que tratar de hacer es nutrirse mucho de eso, porque tiene una oportunidad que no tuvo la psicoterapia nunca antes. Cuando uno piensa el psicoanálisis -que

sin duda fue un pensamiento muy fértil- uno ve que no tenía una psicología de base. De hecho, Freud desarrolló la metapsicología veinte años después de hacer el psicoanálisis. Y acaso el conductismo, que sí tenía una ciencia de base, estaba desconectado de la clínica.

En el caso de la terapia cognitivo conductual, tiene una ciencia base que el estudiante en la facultad, debería tratar de aprovechar. Esto incluye todo lo que tiene que ver con teorías del aprendizaje, del aprendizaje social, desarrollo de la formación de conceptos, estudios sobre pensamiento, lenguaje, teorías atribucionales. Hay muchísimas cosas en el campo de la psicología general, de la psicología social aplicada, por ejemplo, los principios de psicología cognitiva aplicada a lo social son enormes. Esas cosas, después de recibirse, cuando uno se dedica a la terapia, ya no las vuelve a ver; pero no es lo mismo apoyarse sobre esos pilares que no. Eso marca una diferencia enorme. Porque aunque no lo aplique directamente, si uno estudió cosas, hablemos de las cosas más "primitivas", las cosas más básicas -no importa si uno lo aplica directamente o no-, si uno estudia la teoría del aprendizaje social de Bandura, cuando es terapeuta le encuentra una enorme utilidad.

Lo segundo que me parece que es muy importante destacar es que, quien se dedique a la clínica, a la terapia cognitivo conductual, debe cuidarse y tomar muchos recaudos para no caer en la tentación del tecnicismo, de aprender sólo técnicas. Tiene que tratar de estudiar la clínica en un sentido más amplio también, porque es importante que sea terapeuta en el sentido general. Hay una cantidad de cuestiones que tienen que ver con factores comunes, que tienen que ver con el abordaje general de la clínica; si la terapia no los aborda -ya que puede llegar a ser muy potente desde el punto de vista tecnológica- favorece muchísimo la creación de tecnócratas de la terapia.

### **Psiencia: Contanos un poco sobre investigación en psicoterapia y su importancia.**

**HFA:** La investigación en la psicoterapia empezó a desarrollarse en forma sistemática entre los años 1975 y 1980. Hasta entonces, la investigación en psicoterapia era muy primigenia, muy poco desarrollada. Aunque había cosas importantes, como las que hacía Rogers en los años '40, la investigación sistemática empieza más contemporáneamente. Empezó en esos años porque los terapeutas en el mundo se sentían asediados por las críticas acerca de efectividad de la psicoterapia. Arreciaban tanto que no tuvieron más remedio que tratar de obtener pruebas de que la psicoterapia funcionaba; y las encontramos.

Desde entonces hasta acá, la investigación ha progresado de una manera notable y los avances son muy significativos. En los últimos diez años empezamos a asistir a este fenómeno de la validación de tratamientos. Este fenómeno, que en realidad no fue originario de la psicoterapia, ni de la psicología en particular -lo heredamos de la medicina basada en la evidencia- se puso en marcha entre los años 1993 y 1995, con una serie de decisiones que tomaron distintos organismos; fundamentalmente, organismos norteamericanos. Entonces se

establecieron las primeras pautas para la validación de tratamientos psicológicos y farmacológicos.

Un fenómeno apasionante es que en diez años pasamos de hablar de tratamientos "empíricamente validados" a tratamientos "empíricamente sustentados" a "psicoterapia basada en la evidencia", también llamada psicoterapia científicamente basada. El pasaje por estos tres conceptos no es una cuestión de sofisticación nominal, sino que traduce fundamentalmente dos cosas: la necesidad de la crítica al interior del campo de la psicoterapia y cómo progresa la investigación.

Lo primero porque, aun cuando se empezó a hablar en el año 1995 de tratamientos empíricamente validados, hoy nos damos cuenta de que no había manera de validarlos. Nos damos cuenta de que eso era una hipótesis de máxima, que era una soberbia de los científicos. Así que dijimos: "No, validarlos no, sustentarlos", que ya es bastante menos que eso. Después nos dimos cuenta que ni siquiera los podemos sustentar empíricamente, que lo único que podemos hacer es tener ciertas bases empíricas. Podría decirse que en estos diez años hemos aprendido a ser humildes, esto es extraordinario. Pero al mismo tiempo, aprendimos a ser humildes porque sabemos mucho más, las dos cosas. Este fenómeno es un ejemplo magnífico de maridaje entre ciencia y profesión, entre la práctica académica y la práctica clínica. Es extraordinario: "como sabemos mucho más, somos más humildes".

**Psiencia: ¿Cual es tu evaluación de las guías de tratamientos eficaces, qué perspectivas ves en su desarrollo futuro?**

**HFA:** Cuando empezó todo este movimiento, una de las pretensiones que tuvo, una de las formas en que todo esto se manifestó es que, si era posible tener tratamientos empíricamente validados, era posible saber cuales eran esos tratamientos y, por lo tanto, diseñar manuales para cada trastorno, tal como estaban indicados en las nomenclaturas. Y el asunto empezó a rodar. Hoy por hoy, los manuales de tratamiento no dejaron de editarse. Probablemente, haya que ser bien claros en que los manuales de tratamiento sean un gran acontecimiento comercial. No estamos muy seguros de que aporten demasiado a aumentar la eficacia, porque tienen problemas metodológicos, aunque tampoco podemos decir que no hayan contribuido en nada. Pero la efectividad no depende de los manuales necesariamente, porque una de las cosas que los manuales pretendieron -y que no se cumplió- es que, cada terapeuta que los aplicara obtenga los mismos resultados.

La investigación ha demostrado en estos últimos años que distintos terapeutas, usando el mismo manual, obtienen distintos resultados, aunque esto, como decíamos antes, no quiere decir que el manual como tal no sirva para nada. Como fuimos relativizando la cuestión de la validación de los tratamientos, los manuales fueron quedando por un lado y entonces, los organismos, la Asociación Americana de Psiquiatría y la Asociación Americana de Psicología, empezaron a pensar que los manuales están "ahí", que lo que podemos hacer son guías, que

nos den una idea general, de qué cosas se pueden seguir en campos, en territorios, en entidades clínicas y funcionales específicas; guías que nos orienten para ver qué cosas pueden llegar a ser eficaces para condiciones clínicas específicas, para poblaciones y sub-poblaciones específicas.

En este sentido y en dirección a operacionalizar esto, de un modo bien concreto, empezaron a surgir lo que se llaman, tratamientos ajustados al paciente. Estos tratamientos, son tratamientos basados en principios, y es lo que yo creo que es más útil como propuesta psicoterapéutica. "Basados en principios" quiere decir que ofrecen ideas genéricas de qué cosas pueden ser más útiles que otras para abordar determinado tipo de situaciones en las que uno tiene en cuenta, no solo el rótulo psicopatológico, sino una serie de variables, que son componentes fundamentales de una situación de padecimiento. Por ejemplo, variables básicas, como la red social con la que cuenta el paciente, el estilo de afrontamiento que tiene; es decir una cantidad de variables que si uno las pone como un pool, determinan que no hay sólo una forma de abordar a una persona que tiene determinado tipo de depresión o un trastorno de personalidad.

Lo que se proponen, son principios generales, para manejar cuestiones terapéuticas frente a un conglomerado de funciones o de variables clínicas. Esto quiere decir que estamos intentando llegar a un punto que creo que va a ser el gran desafío de la psicoterapia del futuro, en que podamos tener algunos principios generales para combinación de variables, que al mismo tiempo admitan, permitan y prescriban, porque en definitiva siguen siendo validas las dos cosas.

Primero, que la manera en que se expresa la necesidad de ayuda en cada paciente es absolutamente singular y segundo, que la relación terapéutica -y por lo tanto el vínculo- sigue siendo el mejor predictor de los resultados. Esto me parece que requiere por lo tanto, diseños personalizados, pero creo que el tener diseños personalizados, no debe excluir cuáles son esos principios generales, que pueden hacer que nosotros tengamos mayor efectividad en nuestros resultados. La psicoterapia basada en principios creo que es el futuro.

**Psiencia: ¿Cómo crees que se puede trasladar todo esto de lo que venimos hablando al ámbito de la regulación en psicoterapia?**

**HFA:** En nuestro país, ante todo, tenemos una deuda muy grande que es lograr una regulación con respecto a las exigencias básicas de la formación. Antes de pensar en qué tratamiento es mejor, tenemos que regular unas cuantas cosas previas, y esto es regular la formación de los psicoterapeutas. Todavía estamos muy pegados al hecho de que una persona termina sus estudios de grado y ejerce la psicoterapia y yo creo que eso no es una buena opción. Tenemos que regular qué formación es necesaria para poder habilitar un buen ejercicio de la psicoterapia, necesitamos regular el entrenamiento continuo, necesitamos regular la reacreditación, porque otro de los problemas que nosotros tenemos acá es que alguien

empieza a trabajar en psicoterapia hoy y nadie controla si aumentó, mejoró o perfeccionó su formación al cabo de veinte años. Esto lo planteo sin ánimo de ser discriminatorio, ni nada que se le parezca -al contrario- no tengo más que un espíritu inclusivo en lo que digo. Pero acá hay muchísimos terapeutas que siguen haciendo terapia con lo que se acuerdan de lo que estudiaron muchos años atrás. La psicoterapia, como un procedimiento científico, hoy tiene muchísimas cosas que puede ofrecer para que los pacientes mejoren que no teníamos ni diez años atrás, ni veinte, ni treinta.

Nosotros estamos todavía necesitando todo eso que tiene que incluir el hecho de que el terapeuta aprenda a cuidarse a sí mismo, porque esta es una práctica muy tóxica y hay que garantizar ese tipo de cosas. Creo que una vez que tengamos todo esto va a ser más fácil empezar a pensar qué tipo de terapias funcionan para cada cosa. Pero a lo que yo más apostaría hoy en día es a esto.

**Psiencia: ¿Cuál es tu visión del futuro de las psicoterapias, en cuanto a la investigación y la integración?**

**HFA:** Da la sensación de que la psicoterapia, según los datos que dan los expertos en cuestiones socio-lógicas, referidas a la prestación de servicios, va a ser para los próximos veinte años una de las disciplinas que más demanda va a tener. Hay muchas razones por las cuales la psicoterapia en el mundo actual probablemente sea muy demandada cada vez más. Por un lado, la investigación está ayudando a que aumente su efectividad. Por otro, es barata, porque básicamente se hace todo "hablando". Y no está mal que sea barata; si una cosa es buena y barata, mejor. Y que sea barata no implica que los terapeutas tengamos que ganar poco, que son dos cosas diferentes; justamente, como es barata tendríamos que poder ganar mucho.

La psicoterapia, no sólo se aplica hoy a las perturbaciones, llamadas "mentales", sino también en el campo de las enfermedades físicas. Prácticamente todas las enfermedades físicas están recibiendo una ayuda enorme de los desarrollos en psicoterapia. Por ejemplo, el cáncer, las enfermedades cardiovasculares, las enfermedades inmunológicas y también los problemas sociopáticos, las cuestiones vinculadas con violencia. La demanda, indudablemente va a crecer muchísimo, porque además la psicoterapia cada vez es más efectiva.

Así que los psicoterapeutas nos vamos a encontrar con un panorama muy facilitador en cuanto a ser demandados. Creo que será una excelente oportunidad para mejorar la calidad de la oferta. Pienso que mejorar la oferta tiene mucho que ver con la integración en el sentido de que, cuando una disciplina alcanza semejante grado de desarrollo proliferan los modelos y al proliferar los modelos pasa algo bueno, que es que van apareciendo opciones, pero también se va haciendo necesario, por una serie de cuestiones que hacen a la teoría y que hacen a la práctica, tratar de encontrar puntos en común. Por eso, cuando hablamos de la integración, no hablamos de disolver las diferencias, hablamos de integrar, de crear un campo en el cual haya

ciertos patrones básicos, comunes, que sirvan para definir los alcances de la práctica, para que se pueda definir la científicidad de la práctica, los criterios de evaluación que usamos y por eso creo que va a progresar hacia la unificación.

Particularmente, porque hay un punto muy importante y es que, mientras está ocurriendo todo esto, hay un gran movimiento en el mundo para que los psicólogos puedan prescribir medicamentos. Esto es un hecho. ■

**Buenos Aires, julio de 2007**