

# RET

---

## REVISTA DE TOXICOMANÍAS

---

¿Es el psicoanálisis perjudicial?

---

Romper el círculo vicioso  
de la ansiedad

---

Superar el hábito de posponer:  
una nueva visión

---

Enfrentarse a la depresión

---

La terapia sin excusas

---

¿Es el psicoanálisis perjudicial?

Romper el círculo vicioso de la ansiedad

Superar el hábito de posponer: una nueva visión

Enfrentarse a la depresión

La terapia sin excusas



**F O S C A D**

**DIRECTOR:**

Dr. M. Mas-Bagà Blanc.

**TRADUCCION:**

Susana García

**MAQUETACION:**

Magenta Crom

**EDICION:**

Lydia de Zuloaga

**EDITA:**

Ediciones del Optimismo

**REDACCION:**

Alta de Gironella, 42. Torre.

08017 Barcelona

Tel. (93) 201 49 44

Fax. (93) 201 64 44

<http://intercom.es/masba/ret.htm>

**IMPRIME:**

Grafiques Artex

**TIRADA:**

3.000 Ejemplares

Dep. Legal B-38628-94

ISSN 1136-0968



**CAT/ BARCELONA**  
CENTRE D'ASSISTÈNCIA TOXICOMANIES

# RET

REVISTA DE TOXICOMANÍAS

## EDITORIAL

Cuando hace unos años apareció en la portada de la revista Time la cara de Freud con la frase Freud ha muerto, se hizo popular algo que ya desde los profesionales de la salud mental era conocido: que el psicoanálisis y toda su metodología no tenía base científica y resultaba obsoleta. Y ello se hizo patente desde mediados de los años 50 cuando un psicólogo de Nueva York, Albert Ellis publicó un libro Reason and Emotion que iba a revolucionar toda la historia de la Psicología, y que fue uno de los “culpables” de la muerte del psicoanálisis. Hoy le queremos rendir un homenaje desde este número.

Este año ha cumplido 85 años y algunas de las revistas de psicología y psiquiatría de todo el mundo han querido celebrar su longevidad y su brillante aportación todavía en activo en el tratamiento del ser humano mediante la publicación de artículos sobre sus aportaciones. El cumpleaños se celebró en Nueva York en Noviembre de este año, en el que acudimos profesionales de todo el mundo para celebrarlo. (Posteriormente, y como una prueba mas de su vitalidad, a finales del mismo mes, ha estado en Málaga durante dos días, el solo dando un curso sobre Terapia Racional Emotiva),

A principios de los 90 se hizo una encuesta entre los profesionales de la salud mental de USA en la que se les pedía un ranking de las figuras de la historia en la psiquiatría. Sigmund Freud quedó en tercer lugar. Albert Ellis, en primera posición a gran distancia de los demás. Si esta encuesta se hubiese realizado en España, el resultado no habría sido el mismo. Queremos contribuir con este número a la difusión de los trabajos de Ellis y su Terapia Racional Emotiva y Comportamental. Y lo hacemos con artículos polémicos, como siempre ha sido él alguien que no dudó en enfrentarse a toda la profesión, y sin ningún miedo al rechazo fue capaz de desarrollar y poner en práctica una teoría cognitiva conductual que ha acabado por desbancar al psicoanálisis.

Nuestro homenaje a Ellis, no exento de polémica seguramente, se realiza en este número y como ya es habitual en nuestra revista, mediante la traducción de artículos significativos, en este caso de Ellis, o basados en sus trabajos. En primer lugar publicamos un artículo clásico de Ellis: ¿Es el psicoanálisis perjudicial?, en el que no solamente cuestiona el psicoanálisis como método terapéutico sino que va mas allá y nos demuestra por qué es perjudicial para el paciente. Sabemos la polémica que puede provocar, como lo hizo en su momento, pero consideramos terapéutico que el Lobee del psicoanálisis, que la industria del psicoanálisis, tan asentada en nuestro país sea puesta en cuestión, y así poder contribuir a dinamitar sino en su totalidad, un aspecto que, por otra parte ya era sabido en toxicomanías: sabemos que el psicoanálisis es inútil en las toxicomanías, pero nadie se ha atrevido a afirmar además que es perjudicial. Esa afirmación rotunda nos libera del lastre de una metodología antigua y desde la ruptura, nos abre a nuevas expectativas terapéuticas diferentes.

También publicamos trabajos de Beck, su colega de Filadelfia, del Beck Institute, reconocido mundialmente por la aplicación de la terapia cognitiva en la depresión. Otro trabajo de Knaus y el posponer como hábito también aplicable en el mundo del toxicómano, que sea dependiente de cualquiera de las drogas actuales tiene en común un patrón de baja tolerancia a la frustración junto con el de Dryden y la ansiedad, todos son útiles y necesarios también en toxicomanías.

Nos ayudan a entender algunas de las causas, los porqués de utilizar los tóxicos, enlazando con las ideas de la toxicomanía como automedicación, así como las consecuencias comportamentales del consumo- la baja tolerancia a las frustraciones y el posponer.

Cuando la Revista RET inició su edición pretendíamos que se pudiera aprovechar la experiencia de los diferentes abordajes psicológico y psiquiátrico en el campo de las toxicomanías. La intervención biológica y su difusión a través de RET mediante la farmacología actual, ha sido una constante en nuestra publicación. Creemos que con ello hemos aportado al trabajo del psicólogo un complemento útil a su práctica diaria. Y sabemos el esfuerzo de reciclaje que hace el psicólogo en la integración de psicoterapia y farmacología.

Con este número queremos ahora que el psiquiatra realice el mismo esfuerzo que se le ha pedido al psicólogo pero en un sentido contrario. Creemos que el psiquiatra no ha hecho quizás en general un esfuerzo de integración complementaria de la psicoterapia estructurada a su práctica clínica biológica. Y esa carencia se constata en la respuesta terapéutica y en lo que podría ser un efecto catalizador y que muchas veces queda a medio camino. Y en el campo de las toxicomanías lo hemos vivido de manera constante desde muchos ángulos. Desde quienes pretendían eliminar toda biología de la enfermedad del adicto y renunciaban a cualquier medicación, hasta los que utilizaban exclusivamente la farmacología o sucedáneos, como única opción sin tener en cuenta la biografía del paciente. Evidentemente, en cualquiera de los dos casos la laguna que se cernía sobre el paciente abocaba en muchos casos al fracaso terapéutico.

En este número no descubrimos la intervención cognitivo conductual. Seguramente el profesional aunque no haya oído hablar de Ellis como autor, ha sido influido por sus trabajos en la práctica clínica. En este número intentamos incorporar nuevas técnicas que proporcionen argumentos terapéuticos para el tratamiento de sus causas.

Todavía queda mucho por inventar afortunadamente. Freud nos dejó, y ya entramos en la era de la epistemología experimental (el estudio de cómo el cerebro representa el conocimiento y el pensamiento) y en la era de la neuropsiquiatría cognitiva (el interface entre los trastornos mentales y físicos del cerebro), ya empezamos a experimentar con los sistemas de pensamiento, consciencia, interacciones mente-cuerpo, y otros contraste del comportamiento humano. Sólo hemos descubierto la dirección adecuada, que no es poco. Ya sabíamos que la integración multimodal desde el abordaje psico-bio-psocial nos lleva ya al éxito. Hoy hemos mostrado un poco más la intervención cognitivo conductual. No es la única, ni mucho menos, pero está mostrando excelentes resultados, y nos puede servir como núcleo con el que, integrando otras herramientas, conformar una metodología sencilla, inteligible y eficaz para nuestros pacientes.

Hoy y ahora, a pocas fechas del nuevo año 1999, renovamos nuestros mejores deseos para todos, que espero estén llenos de éxitos terapéuticos.



DR M. MAS -BAGA BLANC  
DIRECTOR

FOTO DEL DR M. MAS -BAGA CON ALBERT ELLIS.

NUEVA YORK NOVIEMBRE DE 1998