



KEYNOTES



Entrevista a NATALIA OJEDA (25/02/2011)

I.F. ¿Cuál es tu bagaje profesional?

Soy doctora en psicología por la UD, profesor titular, psicólogo especialista en psicología clínica por la American Psychological Association y por el Ministerio de Educación y Ciencia Español. Psicoterapeuta acreditado por la European Association Federation Psychotherapy, y por el EuroPsych. Después completé la especialidad de neuropsicología en EEUU en Johns Hopkins Medical Institutions, y desde entonces considero esta área mi ámbito de especialidad. Soy presidente de la Sociedad VascoNavarra de Neuropsicología, Asesor de la Sociedad Internacional de Neuropsicología, y mi trabajo académico, investigador y clínico se centra en esta disciplina. En el año 2007 fui Chair del congreso mundial de neuropsicología celebrado en Bilbao.

I.F. ¿En qué estás trabajando actualmente?

A nivel de investigación, dirijo un Equipo acreditado por el Gobierno Vasco como Tipo A y formamos parte de la Red de investigación en Salud Mental del CSIC, en la que participan diversos profesionales y centros. En los últimos 10 años, en el ámbito de la investigación, estoy



trabajando en el papel que ocupa la cognición en el desarrollo y organización cerebral en personas sanas, y también en personas con enfermedad mental grave (en especial con personas que debutan con el primer episodio psicótico, y también con esquizofrenia crónica) y en cómo el deterioro cognitivo incide en el diagnóstico clínico y el pronóstico funcional, en suma, la calidad de vida en los siguientes años. También hemos desarrollado el programa Rehacop para intervenir y poder modificar esos patrones de alteración.

I.F. ¿Cómo fue para ti recibir la petición de participación en el Congreso Mundial de AT?

En un primer momento, me sentí sorprendida ya que mi campo de trabajo, a pesar de tener un trasfondo clínico, no está ligado al Análisis Transaccional, pero después me pareció un reto. En nuestro equipo hemos intentado mantener contacto y compartir entre diferentes profesionales nuestro trabajo, porque pensamos que es una forma de avanzar en el conocimiento sobre lo complejo del ser humano, así que mi participación en el congreso es también una oportunidad para encontrarnos y poder trazar puentes.

I.F. Me has dicho que tienes un bagaje clínico ¿crees que existen estos puentes también entre la clínica y las neurociencias?

Completamente. Tengo formación clínica de base y me gusta poner la cara real a aquello que investigamos. Las personas somos un todo, no somos cerebro por un lado y mente por otro. Incluso evaluando el trastorno mental grave, aislar la cognición de los demás aspectos como la emoción o la conducta, es un importante sesgo, porque la comprensión de la persona que tengo delante me va a exigir que antes o después me acerque y trate de entender el resto de su contexto, historia... La División 40 de la APA describe la neuropsicología clínica como el estudio de las relaciones cerebro conducta, y ésta incluye la conducta cognitiva, emocional y la expresión de la singularidad personal.

I.F. Teniendo en cuenta el título del congreso, ¿Qué es “crecer” en términos cerebrales, neurológicos?

Implica muchas cosas. Lo primero que tenemos que entender es que el cerebro está constantemente cambiando, en positivo y en negativo. El ser humano es el animal que nace con el cerebro menos desarrollado, lo cual permite que, en las primeras etapas de vida, el entorno incida mucho más en su fisiología, y por tanto en los componentes que serán esenciales en el futuro para el cambio y el crecimiento. Esto permite al sistema nervioso ser



participe de las variables del contexto. Hay hitos en el crecimiento del cerebro y más tarde en su deterioro pero continuamente los cambios son bidireccionales, el cambio cerebral se manifestará en unas conductas, y al mismo tiempo su experiencia vital y las interacciones con el entorno y las personas, se van a fijar en cambios neuronales.

I.F. ¿Entonces el sistema nervioso está en relación?

Constantemente. Se nutre de oxígeno y glucosa, pero sabemos que en función de cómo haya sido esa interacción con el entorno, esto tendrá repercusión o bien en el tamaño de ciertas estructuras, o bien en la manera en que las redes neuronales se configuran en el cerebro, lo que es singular en cada individuo. Esta influencia ocurre a lo largo de toda nuestra vida.

I.F. ¿Para el cerebro el cambio es un desafío?

Claro. El estado natural del cerebro es el cambio. De hecho el cerebro que mejor vive es el que mejor se adapta a los cambios. La búsqueda de estabilidad la tenemos asociada a la seguridad como animales de hábitos que somos. Aún así, el reto de crecer está en llegar a los hitos de los que hablaba antes, en los que el cambio se impone, y superarlos con éxito biológico y con éxito en la tendencia que estos cambios marcarán para la vida futura de la persona.

I.F. Estamos hablando de adaptarnos a circunstancias internas y externas, pero el concepto de potencial y búsqueda del crecimiento es importante en el AT. ¿Cómo se entiende esto desde las neurociencias?

Esto se concreta por ejemplo en el concepto de reserva cognitiva. Sabemos que alguien que ha sido inquieto en la búsqueda del crecimiento, cuenta con una reserva cognitiva con reflejo biológico, que le asegura un mayor potencial y que le va a proteger en el caso de cualquier incidencia. Lo que nos dice que cuando alguien ha adoptado un rol activo y comprometido con su crecimiento personal, la biología responde a eso también. En términos preventivos tenemos que cuidar aspectos de nuestra vida mental, y entre otras cosas necesitamos buenas fuentes de estimulación, lo que va a depender de la inquietud que tengamos cada uno. También el oxígeno que respiramos, la alimentación, el sueño, el nivel de estrés y otros hábitos influirán.



I.F. ¿En que podríamos fijarnos en el cerebro para tener constancia del crecimiento personal?

No creo que haya una respuesta clara a eso. El crecimiento es un proceso continuo y complejo, no se limita a un tiempo transversal concreto, y medir estos procesos es más difícil. Tampoco las técnicas de neuroimagen funcional permiten una observación prolongada, e incluso aunque observáramos un cerebro en un periodo de diez años, los cambios difícilmente podrían adscribirse a una única causa concreta. Sí hay sugerencias experimentales, porque los hábitos cambian el cerebro y el recorrido experiencial está íntimamente relacionado con el desarrollo de nuestro sistema nervioso.

I.F. Y en este desarrollo del potencial, ¿cuál es el papel de las relaciones?

Los estudios en la última década han sido intensos a este respecto, por ejemplo en las neuronas espejo y la teoría de la mente, cómo en la relación con el otro, ese reflejo se recoge biológicamente y se sella. El nivel relacional es esencial para el crecimiento, necesitamos al otro para crecer; incluso antes de nacer la calidad afectiva tiene una repercusión en el feto y su cerebro, fijándose y estableciendo una preprogramación, favoreciendo o suponiendo una limitación para el crecimiento en un momento dado.

Es tan esencial, que cuando esta estimulación desaparece completamente, puede suponer la muerte; no hay supervivencia sana sin eso.

I.F. Para ir terminando, ¿Qué puede aportar tu trabajo y la neuropsicología al crecimiento personal?

En general el conocimiento del cerebro y la toma de conciencia de la importancia de cuidar nuestra vida física pero también la psíquica; esto sería una lección vital para mantener una vida lo más sana posible durante el mayor tiempo posible. Si comprendemos esta conexión, más allá del entendimiento técnico, probablemente todos haríamos lo necesario para cuidar este órgano.

I.F. El AT tiene aplicaciones en otros ámbitos que no son eminentemente clínicos, como la Educación y Organizaciones. ¿Qué aplicaciones podría tener la neuropsicología en estos ámbitos?



En educación tiene una gran repercusión: en estimulación sintónica del desarrollo infantil, estimulación académica, en trastornos infantiles como el TDAH, o trastornos del aprendizaje. En organizaciones hay dos tendencias principales, en publicidad con la inclusión de la Inteligencia Emocional, y en el neuromarketing, en la comprensión de la manera de tomar decisiones o conductas de riesgo en inversiones.

Sin embargo, hoy por hoy, la neuropsicología y las neurociencias tienen una mayor incidencia en áreas clínicas.

I.F. Por mi parte esto es todo, ¿Quieres añadir algo más?

Agradeceré la invitación para participar en el congreso, porque no siempre es fácil encontrar la oportunidad de trazar puentes entre disciplinas, y por darme una oportunidad para crecer. Aunque creo que crecer siempre supone cierto riesgo, será interesante asumirlo y ver cómo lo que conocemos desde ambos campos puede integrarse. Al fin y al cabo, también es una posición activa y de responsabilidad para con el crecimiento.