

Quién es quién dentro de la Salud Mental

Patricia Aliu

Muchas veces escuchamos palabras tales como psicólogo, psicoanalista, psicoterapeuta o analista como si fueran sinónimos. Inclusive algunos no conocen la diferencia entre el quehacer de un determinado trabajador de la salud y de un psiquiatra en particular, por ejemplo.

Esta falta de claridad respecto del trabajo y el área de cada uno no es sólo liante para el paciente. También lo es para el público en general y en algunos casos, hasta para los mismos trabajadores del ámbito sanitario.

El objetivo de este artículo es contribuir a esclarecer, hasta donde sea posible, los eventuales malos entendidos. En modo alguno pretende ser el dictamen de la verdad: si alguien opina distinto no sólo es normal sino, incluso, esperable.

Comencemos por definir el campo de un psiquiatra: es un médico que se ha especializado en enfermedades mentales y que está habilitado para medicar a los pacientes que la padecen. Si además se ha formado en tal sentido, también está habilitado para tratarlas psicoterapéuticamente y esto lo convierte en un psicoterapeuta.

Un psicólogo es un universitario que ha estudiado sobre la conducta humana. Puede trabajar dentro del área educativa, institucional, de los recursos humanos, de la publicidad, clínica y otras. Si se especializa dentro del área clínica, esto lo convierte en un psicólogo clínico. Un psicólogo clínico puede dedicarse a tareas como administrar tests, por ejemplo. En ese caso no es un psicoterapeuta. Pero si se formara y dedicara a la psicoterapia, si sería psicoterapeuta.

Dentro de la larga lista de las diferentes líneas de psicoterapia encontramos el Psicoanálisis, la Gestalt, el Cognitivismo conductual, la P.N.L., etc. Esto significa que un psiquiatra psicoterapeuta o un psicólogo clínico psicoterapeuta pueden elegir ser psicoanalistas o gestálticos o conductistas o adscribirse a la línea que deseen y entonces son psicoterapeutas psicoanalistas o psicoterapeuta gestáltico, etc.

En las últimas décadas muchas de las escuelas de las diferentes psicoterapias han abierto sus puertas a personas no tituladas en ninguna carrera con especialidad en clínica. El primero fue Freud quien aceptó dentro de la primera institución psicoanalítica a Melany Klein, que era maestra. Luego sus continuadores pusieron como condición sine qua non para ser psicoanalista, ser médico.

Para zanjar la superposición de incumbencias que esto generó surgió una nueva palabra dentro del ámbito de la salud y es el de terapeuta, sin el "psi". Este vocablo, entonces, incluye a todas aquellas personas que realizan una tarea terapéutica sin tener necesariamente formación en clínica.

Como se deduce de lo explicitado anteriormente puede haber psicólogos que no son psicoterapeutas y psicólogos que si lo son. Psicoterapeutas psicoanalistas y psicoterapeutas gestálticos o de otras líneas.

Y, como dice el dicho, "a río revuelto, ganancia de pescadores"; en otras palabras significa que, entre tanta confusión de títulos y tareas, lo más importante es el propio cuidado de la persona cerciorándose con quien emprenderá un tratamiento, es decir, quien llevará adelante la tarea.

¿Qué se entiende por tarea terapéutica? Es toda actividad que propenda al bienestar de la persona. En ese sentido, todos podemos (y debemos) ser nuestros propios terapeutas y porque no, de los otros.

¿Qué se entiende por tarea psicoterapéutica? Es aquella actividad especializada que trabaja en situaciones donde el conocimiento clínico es imprescindible.

La tarea de definir espacios es, en todo caso, competencia de las autoridades. La responsabilidad de elegir a quien acudir, es del cliente.

Patricia Aliu Navarro
Licenciada en Psicología Col. N° B-1769
Psicoterapeuta Gestalt
Miembro Titular de la A.E.T.G.
Directora de Gestalt Mediteráneo