



## RELACIÓN ENTRE EL STRESS, LOS PADECIMIENTOS MORALES O ESPIRITUALES, Y LOS CUADROS RELACIONADOS CON DOLENCIAS DE ORDEN GÁSTRICO

“Stress”

Hacia los años '30 el investigador Hans Hugo Bruno Selye (Viena 1907 - Montreal 1982), comenzó a dar conferencias sobre un síndrome que había llamado su atención en sus trabajos de laboratorio. Este síndrome era definido por él como *“toda reacción a cualquiera de los estímulos que causan disturbio o interfieren con el equilibrio normal fisiológico del organismo”*.

El organismo mantiene la constancia de su medio interno mediante una compleja regulación neuroendocrina y reacciona a la agresión con una serie de cambios no específicos. El sistema reaccional está constituido por innumerables localizaciones en el diencéfalo, el sistema nervioso vegetativo, las glándulas de secreción interna y los parénquimas. Estos últimos pueden recibir un impacto nocivo en circunstancias en que este complejo sistema se desadapte.

Al denotar el impacto y al exteriorizar una respuesta, el organismo logra una adaptación o puede agotarse. El tipo y la persistencia de la agresión pueden determinar en el tiempo respuestas orgánicas desadaptadas, dejando al sujeto expuesto a gran variedad de influencias nocivas que podrían constituir una causa precipitante, parcial y no específica de muchas enfermedades.

Dentro de los trastornos psicofisiológicos o psicosomáticos han sido descritos la úlcera gástrica, la úlcera duodenal o úlcera péptica, las dispepsias, trastornos intestinales como el colon irritable, alergias y dermatopatías, asma bronquial, hipertensión arterial, coronariopatías, obesidad y anorexia entre otras.

El Dr. Selye, a través de sus investigaciones biológicas, estableció una definición funcional del stress: *“es el estado que se manifiesta por un síndrome específico, consistente en todos los cambios inespecíficos inducidos dentro de un sistema biológico”*. En otras palabras: es la suma de todos los efectos inespecíficos (es decir sobre muchos órganos, sin selectividad) de factores (actividad normal, agentes productores de enfermedades, drogas, etc.) que pueden actuar sobre



el organismo. A estos agentes que pueden producir stress se los denominó **alarmógenos** (stressor agents), para diferenciarlos del resultado de su accionar: **stress**.

Comprobó que el stress en el ser humano se manifiesta mediante una serie de alteraciones (estimulación suprarrenal, involución de los órganos linfáticos, úlceras gastrointestinales, pérdida de peso, alteraciones de la composición química del organismo, entre otras), que juntas conforman un síndrome -una serie de manifestaciones que aparecen al mismo tiempo-, al que denominó **Síndrome General de Adaptación (SGA)**.

Tengamos en cuenta que el stress es un fenómeno normal del organismo, y de hecho necesario, no hay vida sin stress. El stress que se encuentra dentro de los fenómenos normales, y por tanto necesario, cuando supera ciertos límites se torna nocivo y se denomina **distress**. Cabe aclarar que por el empleo corriente del término nos lleva a usar la palabra stress en su manifestación patológica, es por ello que cuando una persona afirma estar estresada está refiriéndose a que presenta distress.

Lazarus (1988) ha desarrollado el concepto de **vulnerabilidad** para definir la tendencia de cada individuo a reaccionar, ante cierto tipo de acontecimientos, con stress psíquico o con un grado mayor de stress que otro individuo. Existen muchas situaciones rutinarias de la vida, incluidas las del contexto laboral, que no son factores estresantes para la mayoría de los individuos que sí lo son para otros.

Este último concepto permite afirmar que en la respuesta que genera vulnerabilidad, debe tomarse muy en cuenta la personalidad del sujeto afectado que tiene gran trascendencia en la determinación de las mencionadas enfermedades.

Tomando en cuenta estos principios, y a partir de estos estudios iniciales de Selye surgió en la psiquiatría el concepto de los trastornos psicofisiológicos y de la medicina psicofisiológica y como un área específica dentro de la especialidad. Inmediatamente apareció el término psicósomático y la idea de la unidad mente cuerpo, cuya relación ha sido motivo de especulación a lo largo del tiempo.

## CONCLUSIONES

Los estudios e investigaciones efectuados desde las presentaciones hechas por Hans Selye, hasta la actualidad, han demostrado al stress como una respuesta general neuroendocrina de adaptación a diferentes estresores.



En algunas personas con determinadas personalidades, con trastornos psico sociales, estas respuestas pueden ser exageradas o desadaptadas constituyendo lo que se denomina distress.

Este síndrome de desadaptación puede generar impacto en distintos órganos o sistemas, dentro de los cuales se incluye el aparato digestivo, generando lo que se denominan enfermedades psicosomáticas.

#### **Bibliografía consultada:**

1. FACULAD DE PSICOLOGÍA - UBA - CATEDRA DE FISIOPATOLOGIA Y ENFERMEDADES PSICOSOMÁTICAS -DR. J. ULNIK- "STRESS" (Claves para interpretar su mecanismo) Lic. Raúl. R Patrono Lic. Alejandra V. Fernández - [http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/electivas/081\\_psicosomaticas/index.php?var=material/descargas.php](http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/electivas/081_psicosomaticas/index.php?var=material/descargas.php) , actualizada al 15/08/13.
2. TRATADO DE PSIQUIATRÍA, FREEDMAN - KAPLAN - SADOCK; Tomo II, 1982.
3. LA CONDUCTA DEL HOMBRE, K. SMITH, W. SMITH; ED. EUDEBA; 1979.
4. PATOLOGÍA QUIRÚRGICA, J. MICHANS Y COL.; ED. EL ATENEO, 1989.
5. MEDICINA FAMILIAR Y PRÁCTICA AMBULATORIA , A. RUBISTEIN Y COL; ED. PANAMERICANA, 2002.