

## Los sueños en la psiquiatría contemporánea

Reiser F. Morton. *The dream in contemporary psychiatry.*  
*Am J Psychiatry, 158:351-359, 2001*

Conforme al avance tan rápido e impresionante que se ha dado en el campo de las neurociencias en los últimos años, ha surgido también un sinnúmero de interrogantes respecto a los distintos aspectos de la psiquiatría contemporánea; uno de ellos, revisado ampliamente en este artículo, es el que se refiere al lugar que ocupan los sueños en la psiquiatría de estos tiempos. El autor inicia su artículo con una interesante pregunta que nos podemos hacer: ¿Tienen los sueños un lugar en la psiquiatría contemporánea? Esta nos hace reflexionar sobre cuál hubiera sido la respuesta hace 50 años y cuál sería la respuesta hoy en día; al mismo tiempo nos hace pensar en los más de 100 años de cambios que el papel de los sueños ha tenido en la psiquiatría, desde *La interpretación de los sueños* de Freud hasta los estudios más recientes de autores como Jouvet, Hobson o Solms entre otros muchos. En los últimos 50 años, desde que Aserinsky y Kleitman descubrieron el sueño MOR (movimiento ocular rápido), el interés en lo relacionado con ese estado mente/cerebro llamado sueño, que antes se suponía inactivo, ha crecido de forma importante; más aún cuando se le relacionó directamente con el estado onírico. Así, las primeras investigaciones demostraron, en modelos animales, el gato por ejemplo, que el mecanismo biológico (disminución de la tasa de actividad aminérgica a colinérgica) que incita al sueño MOR está localizado en el puente; durante el sueño MOR, descargas excitatorias repetitivas de actividad eléctrica originadas en el puente (ondas occipito-pontogeniculares) ascienden para estimular estructuras cerebrales más altas, incluyendo aquellas asociadas con la visión y el control de movimientos oculares, así como la corteza de asociación con su almacén de rastros de memoria y recuerdos. Se comenzó a teorizar entonces que al haber movimientos oculares y contracciones musculares en los gatos y otros animales durante el sueño, éstos podrían tener experiencias, al soñar durante el sueño MOR, similares a las de los seres humanos, pero como no pueden hablar, no se pueden estudiar los aspectos mentales del soñar, es decir, que en modelos animales es posible estudiar una gran cantidad de procesos fisiológicos en las distintas etapas del sueño pero no los aspectos mentales del soñar. La imagería, los escenarios y la relación con la vida emocional en vigilia son inaccesibles hasta el momento, en el modelo animal. Los científicos asumen que la fisiología del sueño MOR en los humanos debe ser muy similar a la del gato. Estudios no invasivos del cerebro humano onírico apoyan esta proposición aún no comprobada. El autor señala que para declarar el lugar de la actividad onírica en la psiquiatría actual hay que cuestionarnos ¿qué hay acerca de la mente onírica del humano?

La información concerniente a la naturaleza tanto del cerebro onírico como de la mente soñadora en los humanos es extremadamente importante, particularmente para entender la relación mente/cerebro. Este artículo en sí, involucra la exploración de las relaciones entre dos diferentes extremos de información: uno desde “lo profundo hasta lo superficial” (neurobiología) y el otro desde “lo superficial hasta lo profundo” (el psicoanálisis y la psicología clínica). Se plantea entonces, ¿son los dos modelos de aproximación a la mente soñadora vistos como irreconciliables (uno correcto y otro erróneo) o pueden considerarse como complementarios? Esta relación debe ser realmente entendida con el objeto de resolver el problema y definir la naturaleza de la mente/cerebro soñadores y de declarar si esta búsqueda es para correlacionar 1) el contenido y el proceso de la mente onírica y 2) la neurobiología (fisiología y anatomía clínica) del cerebro onírico. Esta aproximación puede parecer relativamente sin desviaciones, pero las complejidades filosóficas del problema mente/cerebro, y la constante sombra de la controversial teoría de Freud (los sueños son incitados por un deseo) complican la tarea. El problema lógico parte del hecho de que el estudio de la mente se encara con un dominio de fenómenos inmateriales (significados y motivos), mientras que el estudio del cerebro lucha con un dominio de fenómenos materiales (materia y energía). Las ciencias mentales y cerebrales pertenecientes tal como son a dos diferentes dominios usan diferentes lenguajes y técnicas; sus conceptos se forman en diferentes niveles de abstracción y sus unidades no son intercambiables. Por ejemplo, un cambio de un punto en una calificación subjetiva de la intensidad de la fantasía suicida de un individuo no puede ser equivalente al cambio de una unidad en el nivel sérico de 3-metoxi-4-hidroxifenilglicol. Así entonces, la parte concerniente al lenguaje del psicoanálisis (significados y motivos) se puede conciliar con el lenguaje material (materia y energía) apoyándose en estudios que permiten tener, por un lado, información sobre el pasado del soñador y sobre sus experiencias de la

vida actual y, por el otro, sobre las relaciones intrafuncionales entre la memoria, la emoción y la imaginería onírica. Por ejemplo la observación de que la memoria y la emoción en combinación participan en generar la imaginería onírica y, de esta manera, también en el trabajo mental del sueño, hacen suponer que no sería extraño esperar que este tipo de información sirva para suplir y complementar, en lugar de causar conflicto con la información neurobiológica.

Mediante varias investigaciones y por muchos años, se ha tratado de correlacionar el sueño MOR con la actividad onírica. Despertando a los sujetos durante el sueño MOR se ha estudiado la información obtenida de estas experiencias oníricas y se ha tratado de descubrir la relación precisa entre el contenido de los sueños y la actividad cerebral. El autor cita a otros autores como Gardner y cols. que demostraron, por ejemplo, la existencia de una correlación biológica-psicológica durante el soñar; sus datos mostraron una correlación estadísticamente significativa entre los movimientos soñados de los miembros superiores e inferiores y los pequeños movimientos medidos por electromiografía de los músculos de las extremidades, usados en los movimientos que se soñaron. Pero varios estudios de este tipo fueron desalentadores en el sentido de que fallaron al no descubrir relaciones punto a punto, reales y convincentes, entre elementos específicos (por ejemplo imágenes o aspectos de planes) y los informes verbales de la experiencia onírica subjetiva, a la vez que con los eventos biológicos cerebrales demostrados objetivamente de manera concomitante. En otras palabras, los sueños psicológicos subjetivos documentados por la mayoría no estuvieron en sincronía con los registros fisiológicos, ni tampoco las experiencias oníricas fueron accesibles a la observación directa mediante técnicas fisiológicas o instrumentos.

Pero varios experimentos psicofisiológicos clínicos, fueron altamente productivos de manera diferente: lo que hicieron fue tomar en cuenta no solamente la noche del experimento sino también una historia más amplia de las experiencias emocionales de los pacientes. Varios autores encontraron interesantes correlaciones entre lo cualitativo y lo cognoscitivo del contenido de los sueños y de los problemas emocionales que confronta el soñador. Esto es, el tiempo considerado en sus estudios de correlación, gira alrededor de problemas estresantes de la vida tanto actuales como pasados. Estas correspondencias iluminan el rol de la memoria y la emoción en el proceso del soñar. La emoción ocupa ambos dominios (mente y cerebro) y puede, si es lo suficientemente comprensible, proveer una llave para entender los mecanismos que unen la información entre mente y cerebro cada noche.

En 1977 Hobson y McCarley mostraron que el sueño MOR es incitado por cambios fisiológicos en el puente, internándose en la hoy ya bien conocida "hipótesis de la síntesis-activación" del soñar, la cual refuta acertadamente la teoría de Freud de que el sueño es incitado por un deseo. En el sueño MOR, dicen ellos, el cerebro está en un alto estado de activación, en el cual las ondas excitatorias ascendentes occipitales genículo-pontinas estimulan los centros corticales del cerebro anterior y medio, produciendo movimientos oculares rápidos y activación, esparciéndose al azar sobre la corteza de asociación, en la cual los rastros de memoria son almacenados (activación: la primera mitad de la teoría). De acuerdo con esta teoría, las imágenes y experiencias oníricas han sido generadas de forma casual, casi al azar y por sí mismas no tienen significado ni sentido lógico. Para dar sentido a la experiencia del soñar, el soñador al despertar "edita" la historia y el guión para darle por lo menos un mínimo de sentido (síntesis: la segunda mitad de la teoría). El afecto en el sueño es considerado como una respuesta secundaria al contenido de la experiencia onírica (la parte de la teoría compartida con el afecto ha sido ya modificada por Hobson). De acuerdo con la segunda parte de la teoría, el informe onírico es observado puramente como una muestra del trabajo, reflejando la manera que tiene el soñador de contender con las ideas afectivas y problemáticas. Siguiendo en esta línea, el sueño puede ser útil secundariamente para el clínico, en sus intentos por entender la forma de trabajar de la mente de un paciente (estilo cognitivo, defensas y gusto) pero no tiene relevancia para los eventos o significados inconscientes, según afirman estos autores. Ante tal postura, surgieron controversias que no están conformes con esta teoría pues se insiste en que la experiencia onírica no sólo tiene un origen anatómico-fisiológico sino que su peso emocional es prominente y que juega un rol en la generación y definición tanto del proceso como del contenido del soñar.

J. Allan Hobson y Mark Solms (ambos muy citados por el autor) en un encuentro del grupo de Neuropsicoanálisis del Instituto Psicoanalítico de Nueva York, que tuvo lugar en noviembre de 1998 plantearon sus posturas divergentes sobre la actividad onírica aumentando más la controversia. Mark Solms, un neuropsicólogo de la escuela de Freud, defiende el concepto del deseo como incitador del sueño, planteando que un deseo puede tener un origen mucho más complejo, relacionándolo con el instinto y las necesidades biológicas. Así, por ejemplo, se plantea que la sensación de tener sed puede originar sueños relacionados con el acto de ingerir agua para saciarla, creándose así todo un escenario alucinatorio sin la presencia de la actividad motora. Freud llamó a esto la "conveniencia del soñar".

¿Podría haber otro *loci* cerebral y otros mecanismos involucrados en esta compleja tarea? Solms apunta que los sueños, indistinguibles del sueño MOR, pueden ocurrir en ausencia de este último. Documentó las experiencias oníricas de 25 de 26 pacientes que presentaban extensas lesiones destructivas del puente y una ausencia de sueño MOR, ante lo cual Hobson expresó la duda de que los pacientes con extensas lesiones pontinas, suficientes para eliminar el sueño MOR, pudieran estar suficientemente concientes como para describir experiencias oníricas.

En los estudios clinicoanatómicos de Solms (los cuales incluyeron a 332 pacientes con lesiones cerebrales), sólo hubo en dos sitios lesiones cerebrales anteriores que se encontró que estaban asociadas con la suspensión del soñar. Una fue localizada en la unión occipito-temporo-parietal. La otra, en el cuadrante ventro medial bilateral de los lóbulos frontales interviniendo en la interrupción del sistema dopaminérgico mesocortical-mesolímbico del cerebro ventro-medial anterior. Este sistema de tractos de fibras es el que identificó Panksepp como el sistema de comando de la “curiosidad-interés-expectancia”, sistema asociado con los estados instintivos de apetencia, en el cual mediante varios estudios de tomografía por emisión de positrones (PET) se ha encontrado que presenta una gran actividad durante el sueño MOR. Se cree que este sistema es el que provee la actividad de búsqueda, y con base en esto, Rotenberg propone que el soñar y el sueño MOR proveen un mecanismo psicobiológico para contender con los problemas cotidianos de la vida. Solms señala que esta área cerebral es la misma que antes se resecaba quirúrgicamente para tratar la esquizofrenia y otras enfermedades psiquiátricas graves y según los informes recibidos, estos pacientes se tornaban muy anhedónicos, faltos de iniciativa y perdían la capacidad de soñar aunque aún presentaran sueño MOR. Con base en esto, Solms le otorga mucho mayor peso a este sistema de “curiosidad-interés-expectancia”, postulando que el sistema apetitivo dopaminérgico podría actuar como “sistema de demandas sobre la mente de trabajo” durante el dormir onírico y servir como subordinado para la generación de sueños llenos de significado emocional. También arguye que aún no está clara la forma en que tanto el puente como este sistema del cerebro anterior ventromedial se conjugan para producir la actividad onírica, poniendo de manifiesto así su desacuerdo con Hobson y defendiendo el postulado de Freud sobre los deseos como incitadores de la actividad onírica.

En lo que respecta a la memoria y a su papel en la actividad onírica, numerosos estudios le han dado un peso muy significativo al papel de la memoria sobre todo en lo que refiere a la imaginación onírica. Tales resultados, sugieren firmemente que las experiencias de la vida significativamente emocionales se codifican en la memoria por medio de las percepciones sensoriales que se registraron durante la codificación de la misma experiencia (amígdala). Se piensa que tales percepciones pueden aparecer después como imágenes en los sueños, y cuando lo hacen, sirven como referencias mnésicas para esas experiencias significativas. Mishkin y Appenzeller mediante varios estudios han postulado que las experiencias perceptuales que se registran inicialmente en la corteza visual primaria, mediante varios procesos complejos, no han pasado a la memoria hasta que estos procesos se unen por las estructuras límbicas y paralímbicas a los circuitos de la memoria por las cortezas prefrontal y de asociación. El punto importante es que al pasar a través de las estructuras límbicas que generan y regulan la emoción, el rastro de codificación perceptual está estrechamente unido al afecto que acompaña su proceso en la memoria, lo cual hace suponer que hay una estrecha relación entre las experiencias pasadas almacenadas en la memoria y el significado emocional de los sueños.

En lo referente a los estudios psicoanalíticos, según el ejemplo del sueño de Freud “*dream of the botanical monograph*”, pareciera ser que algunos sucesos emocionalmente intensos que ocurren en nuestras vidas, dejan una huella que puede ser evocada repetidas veces sin que se trate exactamente de la misma experiencia, es decir, una determinada nueva experiencia nos podría hacer sentir de manera similar a como nos sentimos cuando ocurrieron aquellos sucesos ya experimentados como emocionalmente intensos. Esto, a su vez, puede evocar un complejo de imágenes oníricas iguales, cuyo origen contextual es distinto pero emocionalmente similar o igual al ocurrido en experiencias pasadas, y producir así un sin número de asociaciones libres. Han sido documentados anteriormente ejemplos detallados de redes de memoria de algunos pacientes, observándose que los conflictos actuales de la vida, correspondieron a los recuerdos relevantes de ciertas situaciones problemáticas pasadas que han sido codificadas en la memoria del paciente por imágenes registradas durante las experiencias estresantes. Se ha postulado que estas imágenes oníricas pudieron haber sido retomadas de la memoria por ciertos afectos que las conectan con los conflictos actuales. En otras palabras, las imágenes pudieron haber sido sensitizadas por estimulación ponto-genículo-occipital por afectos relevantes, a diferencia de lo que plantea la teoría de Hobson respecto a que la aparición de imágenes en el sueño es el resultado de una estimulación desordenada y casi al azar, durante el sueño MOR.

Retomando el punto de la relación del sueño MOR con la memoria, una de las funciones del sueño MOR parece ser la de depurar la información que recibimos a diario a través de los diversos estímulos, permitiendo retener sólo aquella que es relevante, que tuvo una carga emocional y que nos parece útil o importante, dejando espacio para el almacenamiento de nueva información. Sería catastrófico que todos los estímulos que perciben nuestros sentidos a diario, se quedaran registrados en la memoria de nuestro cerebro. Parece entonces, que es gracias al sueño MOR que cada noche se realiza un “barrido” de toda la información que no nos es útil y al mismo tiempo es posible reintegrar y organizar aquella información que sí es importante para nosotros. Se trata de aparentes funciones de reforzamiento del aprendizaje y de consolidación de la memoria, funciones que según Panksepp son producto de un complejo proceso de evolución en los sistemas de despertar desarrollado por los mamíferos.

(Alejandro Nenclares Portocarrero)