

Nuevas claves sobre los sueños

Controversia sobre la validez de la teoría freudiana en el centenario de 'La interpretación de los sueños'

- El proceso onírico como un proceso psicológico

ERICA GOODE (NYT) , Nueva York (16-11-99)

Este otoño se cumplen 100 años de la llegada a las librerías de Viena de *La interpretación de los sueños*, de Sigmund Freud. Para él, los sueños estaban llenos de significado latente, y sus extrañas imágenes escondían motivos y deseos instintivos de profundas raíces. Desacreditadas por la neurociencia de los años sesenta, los últimos hallazgos sobre las funciones del cerebro han vuelto a rehabilitar en parte las teorías freudianas sobre el sueño. Las nuevas técnicas de observación de la actividad cerebral han aportado nuevas claves sobre por qué soñamos y qué áreas se activan durante la fase onírica

Las teorías de Freud sobre los sueños fueron desautorizadas desde la neurociencia en los años sesenta y setenta. Estudios de laboratorio vinculaban los sueños no a impulsos escondidos, sino a las descargas de neuronas y a la oscilación de sustancias químicas en la parte más primitiva del cerebro durante la aparición de la fase de "movimiento rápido de los ojos" o fase REM, que corresponde a las siglas en inglés de "rapid eye movement". Según esta concepción, soñar era algo aleatorio y caótico, el intento de la mente de controlar la fisiología acelerada del cerebro. Los centros cerebrales superiores respondían pasivamente y hacían "todo lo que podían a la hora de producir una imagen al menos parcialmente coherente de las señales relativamente ruidosas enviadas desde el tallo cerebral", como explicaron en un artículo de 1977 Allan Hobson y Robert McCarley, de Harvard, autores del modelo de "activación-síntesis" de los sueños. En otras palabras, Freud no podía haber estado más equivocado.

O eso parecía. Porque el trabajo de los últimos años ha obligado a los científicos a replantearse su concepción sobre los sueños y el cerebro, dando un papel más activo a partes relacionadas con el sentimiento, la memoria y la visión. Los nuevos hallazgos ni validan los pormenores de la teoría freudiana ni demuestran que la interpretación de los sueños sea, como aseguró Freud, "el camino real hacia el conocimiento de las actividades inconscientes del cerebro". Pero tampoco son incongruentes con el pensamiento psicoanalítico, porque ofrecen una base biológica al menos para parte de las teorías de Freud, según sostiene Mark Solms, profesor de neurocirugía en el hospital St. Bartholomew de Londres.

Actividad cerebral

Allen R. Braun, del Instituto Nacional de Salud de Estados Unidos, utilizó un escáner de tomografía por emisión de positrones para medir el flujo sanguíneo, un indicador de la activación del cerebro. Descubrió que, durante la fase REM del sueño, el tallo cerebral y otras regiones relacionadas con la regulación del despertar desplegaban gran actividad. Pero otras zonas del cerebro responsables de las funciones mentales más complejas también mostraban gran actividad. Entre ellas, las estructuras del "sistema límbico" relacionadas con la formación del sentimiento, la motivación y la memoria, y áreas visuales y auditivas de la parte anterior del cerebro implicadas en el procesamiento de la información sensorial.

Los centros del cerebro "apagados" durante la fase REM también resultan llamativos. Las regiones de la corteza responsables de la mayoría de los procesos mentales complejos, como el planeamiento, la abstracción o el pensamiento lógico, mostraban una disminución de la actividad. Estos descubrimientos establecen un mapa del cerebro durante el proceso onírico que se adapta bien a la experiencia subjetiva de soñar: imágenes floridas, emociones intensas y fragmentos de recuerdos; la falta de secuencia ordenada, de sentido del tiempo, de conciencia propia, que caracterizan la conciencia despierta.

En algunos aspectos, afirma Braun, el mapa también es "consecuente con la teoría psicoanalítica". Por ejemplo, el hecho de que en la fase REM el sistema emocional presente "una actividad desenfrenada", mientras que las regiones cerebrales responsables del pensamiento racional parezcan cerradas, se puede considerar como la relajación durante el sueño del control ejercido por el ego, lo que permite que el inconsciente campe por sus respetos. Y la activación de las regiones asociadas con las motivaciones y los apetitos, aunque más amorfa que los instintos sexuales y agresivos que, en opinión de Freud, subyacían tras las imágenes, todavía deja abierta la posibilidad de que los sueños estén dirigidos por los instintos básicos.

Pero también aparecen incongruencias entre las exploraciones cerebrales y el pensamiento freudiano, según Braun. Freud afirmó que los deseos inconscientes que hay tras los sueños estaban censurados y disfrazados. Pero, en el estudio, las partes del cerebro esenciales para la generación de símbolos permanecían inactivas durante la fase REM. Este descubrimiento se adapta mejor a la teoría de la "activación-antítesis", que no necesita un encubrimiento del significado, y que Hobson y McCarley han revisado para explicar los nuevos hallazgos. En una entrevista, Hobson indicó que no veía necesidad de acudir al psicoanálisis para comprender el papel de las emociones en los sueños.

"La ansiedad, el enfado, la euforia que aparecen en los sueños están entrelazados con la supervivencia", señaló. "Y la ansiedad no es un síntoma", afirmó. "No es algo que uno experimente porque no quiere aceptar alguna verdad sobre sí mismo".

Aunque Solms y Hobson siguen en desacuerdo, la nueva investigación ha acercado en algunos aspectos sus valoraciones sobre los sueños. Solms, por ejemplo, admite que todavía no hay pruebas para sostener la afirmación de Freud de que los motivos del subconsciente están disfrazados y censurados para evitar su intrusión en la conciencia. Ésta es la parte de la teoría freudiana que, por el momento, parece menos convincente.

Cuñas significativas

Hobson, por su parte, ha indicado que nunca afirmó que los sueños careciesen de significado; ha llenado 109 volúmenes con sus propios sueños durante años, un acto difícilmente propio de alguien que rechaza el proceso onírico por carecer de importancia. "Los sueños son cuñas claramente significativas", afirmó Hobson, "llenas de importancia emocional".

No se opone a la idea del proceso mental inconsciente, pero pone en duda que "haya partes de mi mente inconsciente que me sean inaccesibles y que resulten tan importantes para comprender mi comportamiento". Y rechaza la idea de que el cerebro anterior actúe por sí solo en la incitación de un sueño.

Aun así, parece que las posiciones están cada vez más cerca, como subraya Braun: "Hobson, un consumado psiquiatra biológico, rechaza ahora el reduccionismo y defiende apasionadamente el estudio de la experiencia consciente subjetiva. Solms, psicoanalista, intenta volver a escribir la psicología dinámica desde el punto de vista neuroquímico. Me parece que estos dos caballeros se aproximan a un terreno común. Quizá es simplemente el fantasma de Freud el que se interpone entre ellos".

El proceso onírico como un proceso psicológico

"¿Dónde se originan los sueños?". En el modelo de Hobson y McCarley, los sueños equivalen, a todos los efectos, a la fase REM, que tiene lugar con predecible regularidad a intervalos de 90 minutos en una noche de sueño normal. De hecho, está demostrado que el REM es la fase del descanso en la que hay más probabilidades de soñar. El 80% de las personas despertadas durante la fase REM afirman que estaban soñando, mientras que sólo lo hacían el 10% de las despertadas en otras fases. Dado que la fase REM se activa por el cambio de las sustancias químicas neurotransmisoras en una zona del tallo cerebral, era lógico pensar que el mecanismo de "encendido" del REM también provocaba el proceso onírico. Pero si las floridas imágenes nocturnas están desencadenadas por un interruptor químico, ¿qué espacio les queda a los deseos inconscientes, a la reinterpretación de los traumas de la niñez o a la representación del conflicto psicológico de la teoría freudiana?

"Creo que la evidencia demuestra que la fase REM no es necesaria o suficiente para soñar", afirmó Gerald Vogel, director del Laboratorio de Investigación del Sueño de la Universidad de Emory. Separar la fase REM y el proceso onírico significaría que los sueños podrían producirse en otras áreas del cerebro, afirmó Solms, incluso en partes del cerebro anterior íntimamente unidas a los instintos, los impulsos y los apetitos.

Solms sugiere que los sueños están producidos por varios tipos de activación del cerebro. La actividad REM en el tallo cerebral es el activador más habitual. Pero también pueden estar estimulados por un aumento de la actividad en otras fases del sueño: los periodos anteriores al despertar en la mañana o inmediatamente después de dormirse por la noche.

Tal sistema, sostiene Solms, sería más compatible con un enfoque psicológico de los sueños, incluida la afirmación de Freud de que todo sueño está salpicado de deseo con raíces profundas, o, a la vista de los conocimientos actuales, de emociones y apetitos, conscientes o inconscientes. "Mi propuesta es la siguiente. Los sueños se pueden producir como resultado de cualquier cosa que despierte al durmiente", escribe Solms, pero sólo cuando el estímulo en cuestión "excite los sistemas motivacionales del cerebro anterior y por tanto inicie una intención dirigida a un objetivo". Según William Domhoff, profesor de investigación en psicología de la Universidad de California en Santa Cruz, los estudios "legitiman de nuevo el proceso onírico como un proceso psicológico, al demostrar que es necesario para tener una mayor capacidad cerebral".