

## CLÍNICA del PLACER (recompensa) y de su manipulación

*Desde sus funciones biológicas y evolutivas hasta su irresponsable manipulación*

*El palo y la zanahoria, las dos caras del placer*

*La medicina está en las historias de vida, en las personas reales, no en la mera fisiología.*

- “No puedo, no puedo doctor”, me dice María y baja la cabeza para no mirarme. Se refriega las manos. Se habla a sí misma. “Me propongo no hacerlo más pero me levanto a la noche y me como todas las galletitas de los chicos. Es como si alguien que no soy yo me obligara a hacerlo”.
- Pedro se jubiló hace dos años. Nunca le interesó el juego, pero desde entonces va todos los días al Bingo y gasta allí su propio dinero, el que logra sacarle a su mujer y parte de la ayuda que mensualmente le dan sus hijos. “Yo sé que no debo hacerlo doctor. Pero es algo en el cuerpo, una inquietud insoportable que solo se calma cuando estoy frente a la maquinita. Después me siento culpable, no puedo creer lo que hice. Pero esa “cosa” horrible se me pasa. A mí no me gusta jugar, no me gusta”.
- Luis se agita cuando sube un piso por la escalera. Tiene EPOC severa desde hace cinco años, se internó dos veces. Su mujer me cuenta que se esconde en el baño para fumar. Sabe, pero no puede dejar de hacerlo.
- Inés compra zapatos y ropa. Gasta a cuenta con su tarjeta de crédito, está siempre al borde la bancarrota. Se propone dejar de hacerlo pero nunca lo logra. Cuando no lo hace se siente triste, ansiosa, insomne.
- Laura es médica residente de tercer año de Clínica Médica. Es inteligente y estudiosa. En las clases, en las recorridas de sala, en el comedor: no para de chequear su smartphone. Envía mensajes, revisa sus redes sociales, se pone auriculares y escucha los audios que recibe a cada momento. A veces sale del consultorio, deja al paciente esperando, se esconde de las miradas y vuelve a revisar su celular.

## PARA QUÉ SIRVE EL PLACER O RECOMPENSA

Nuestras experiencias en el mundo son evaluadas en todo momento de acuerdo a un criterio ancestral que la evolución ha grabado en los organismos: qué resulta beneficioso y qué es perjudicial para la especie.

*El mecanismo es asignarle un tono hedónico valorativo a la conducta que incluye a la circunstancia y al contexto.*

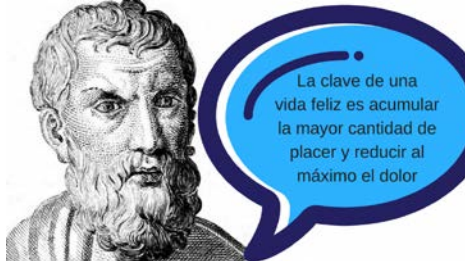


### Evaluación Hedónica

*Esa “valencia” es siempre emocional y puede ser positiva o negativa. En el primer caso aparecerá el placer o recompensa que genera conductas de acercamiento y exploración, mientras que en el segundo será la aversión (dolor, asco) que produce conductas de alejamiento y rechazo.*

**El placer y el dolor están relacionados con los valores de recompensa que guían la forma en que aprendemos configurando nuestras preferencias y prioridades de comportamiento.**

**Este tipo de evaluación hedónica fue llamada "utilidad" por el inglés Jeremy Bentham, siguiendo al filósofo griego Epicuro.**



**Epicuro** apuesta por una vida feliz llena de placeres espirituales. Imagen de Epicuro procedente del libro "Tesoro literario de Ercolano". Stamperia e cartiera del Fibreno, Nápoles (Italia), 1858.

Epicuro fue uno de los grandes filósofos de la cultura griega de su época y fundador de la corriente filosófica que lleva su nombre, el epicureísmo, cuya principal característica fue la identificación de la felicidad con el placer.

Nacido en Samos (Grecia) en 341 a. C., Epicuro fundó, como también hicieron **Platón y Aristóteles**, su propia **escuela, El Jardín**. Este espacio, dentro de su propio hogar, fue el lugar escogido para desarrollar su filosofía, en las reuniones y charlas que mantenía con sus seguidores y amigos. A diferencia de lo que ocurría con otros filósofos y sus escuelas, estos amigos y seguidores eran de toda condición: hombres, mujeres, ricos, pobres, esclavos, etc. **Para Epicuro existen dos factores que determinan nuestro grado de felicidad: el placer y el dolor**. El primero nos acerca a ella, mientras que el segundo nos aleja de la misma. De este modo, Epicuro determina que la clave de una vida feliz es conseguir acumular la mayor cantidad de placer mientras reducimos al máximo el dolor. De hecho, esta segunda parte de la fórmula es más importante que la primera. El requisito indispensable para una buena vida es la erradicación del dolor. **¿En qué se traduce entonces su idea de una vida feliz?** En una vida sencilla, con sólidas amistades, pequeños placeres y alejada de tensiones innecesarias. Una vida tranquila, sin excesos. Independiente. Autónoma. Autárquica. Una vida basada en el mismo principio de la filosofía estoica: **la ataraxia**. La tranquilidad de ánimo. La paz de espíritu. Y toda su filosofía está enfocada a ello. Para Epicuro, el conocimiento no sirve para nada si no ayuda al hombre a ser feliz.

#### **Palabra de Epicuro**

*"Comamos y bebamos, pues mañana moriremos"*

*"¿Dioses? Puede que los haya. Ni lo afirmo ni lo niego, porque no lo sé y no tengo modo de saberlo. Pero sí sé, porque me lo enseña la experiencia diaria, que si existen ni se ocupan ni se preocupan por nosotros"*

*"El placer es el principio y el fin de la vida feliz"*

*"La muerte es una quimera, pues, cuando yo estoy, no está ella; y cuando está ella, no estoy yo"*

*"Nada es suficiente para quien suficiente es poco"*

*"¿Quieres ser rico? No te afanes en aumentar tus bienes, sino en disminuir tu codicia"*

*"Debemos meditar sobre las cosas que nos reportan felicidad, porque si disfrutamos de ella, lo poseemos todo, y si nos falta, hacemos todo lo posible por obtenerla"*

#### **Jeremy Bentham**



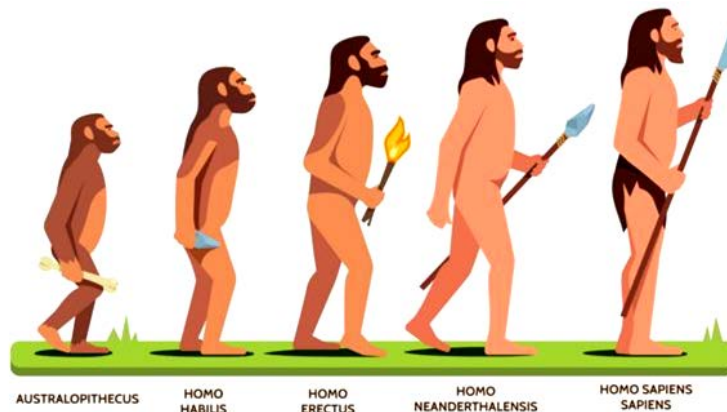
Pensador inglés, padre del utilitarismo (Houndsditch, 1748 - Londres, 1832)

Su obra **"Introducción a los principios de la moral y de la legislación"** es la formulación de la doctrina utilitarista, plasmada en su obra principal: **Introducción a los principios de la moral y la legislación** (1789).

Esta obra fundamental de Jeremy Bentham se abre con una sencilla afirmación: "La naturaleza ha puesto al género humano bajo el dominio de dos dueños soberanos; el dolor y el placer; y a ellos solos corresponde indicarnos lo que debemos o no debemos hacer". La base de la ciencia moral es así "el principio de la utilidad", o, mejor dicho, de la "mayor felicidad" del individuo o de la comunidad. Las cualidades definidas empíricamente como comprobables, como los placeres propios de los sentidos o los de la riqueza, del poder, de la curiosidad, simpatía, antipatía, benevolencia del individuo o de la sociedad, son de este modo aprobados o desaprobados según la tendencia que muestran a aumentar o disminuir la felicidad.

*El placer cumple la misma función en animales y humanos: la optimización de las decisiones de comportamiento. La diferencia entre unos y otros animales consiste en que los animales no saben que sienten placer. En las especies sociales las interacciones sociales son, al menos, tan placenteras como los placeres sensoriales relacionados con la ingesta de alimentos. El placer puede representar una forma extrema de motivación y de aprendizaje de lo que es bueno en nuestro entorno para conducir a los comportamientos complejos y reiterados. La función de los placeres sensoriales y sociales básicos podría ser ayudar a optimizar nuestras decisiones, de modo que la supervivencia y la procreación sigan siendo posibles. La naturaleza del placer opera como un estado de aceptación, sugiere una función general adaptativa.*

*El placer motiva la inclinación a continuar la interacción con el objeto de placer o a persistir en el tipo de acción actual. Una acción que se "premia" con esa recompensa tiende a sostenerse o a reproducirse. El placer es esencialmente afectivo, mientras que la cognición pura no lo es.*



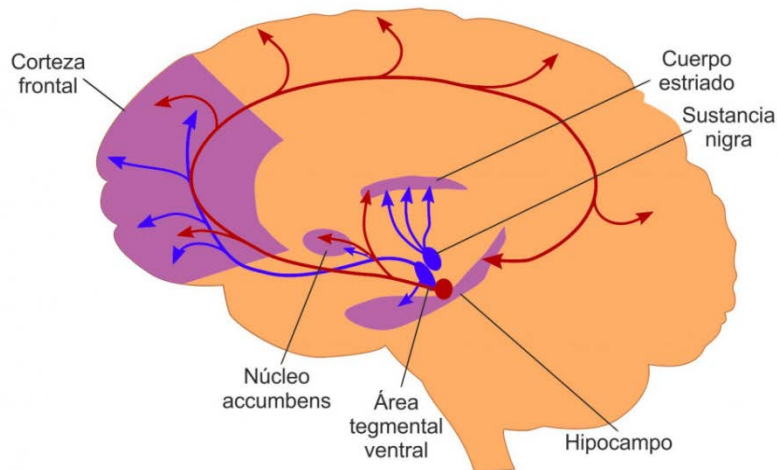
*La memoria almacena los actos junto a sus respuestas emocionales generando un aprendizaje que se hace predictivo en el futuro.*

*Sabemos porque aprendimos, entonces podemos anticipar la respuesta a nuestras acciones intencionales.*

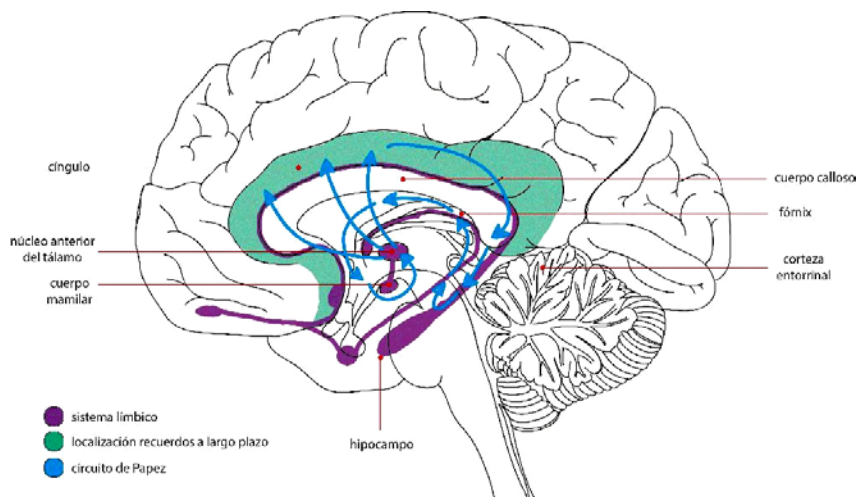
*La larga historia del Homo sapiens sapiens ha estado guiada por estos fenómenos organizados en complejos circuitos que articulan al sistema nervioso central con respuestas somáticas de todo el cuerpo que orientan la conducta.*

*El placer es fundamental para nuestras acciones porque modula la forma en que nuestros cerebros son esculpidos mediante el aprendizaje. Comida, bebida, sexo y refugio son recursos necesarios para la supervivencia.*

*Debido a esa necesidad biológica el SNC evolucionó mecanismos mesolímbicos automáticos muy eficientes que aseguran que los individuos sean fuertemente atraídos por los estímulos críticos para su supervivencia. La evolución propone un fundamento para esta suposición: reconocer los objetos (alimentos, personas) como "agradables" promueve la capacidad reproductiva, al igual que el reconocimiento de objetos "dañinos" o aversivos preserva la supervivencia y la reproducción.*



### Vía mesolímbica



### Circuito de la Memoria

*El placer no es solo una sensación, es una evaluación compleja. Es la consecuencia de la acción del circuito cerebral hedónico que transforma una sensación (Ej: percepción del dulce) en algo "agradable".*

*Las señales hedónicas dependen del estado fisiológico y ecológico del organismo que las experimenta. Informan sobre el valor de los actos, permiten ajustar las variables clave de decisión, como el apetito y el grado de riesgo a tomar para obtenerlo.*

**IntraMed: médicos, medicina y salud**

a19 ideS 0u8goctu94sbo7mr0e dree 20196 ·

<https://www.intramed.net/92924>

<https://www.facebook.com/intramed/posts/10157029163328439/>

Al artículo original citado, se han incorporado ampliaciones diseñadas por

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)

