

XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2008.

Vulnerabilidad y salugénesis personal: algunas consideraciones para la salud mental.

Grill, Silvina Soledad, Dematteis, María Belén, Sánchez Gallo, María De La Paz, Posada, María Cristina y Castañeiras, Claudia.

Cita:

Grill, Silvina Soledad, Dematteis, María Belén, Sánchez Gallo, María De La Paz, Posada, María Cristina y Castañeiras, Claudia (2008). *Vulnerabilidad y salugénesis personal: algunas consideraciones para la salud mental. XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-032/213>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/efue/2KV>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

VULNERABILIDAD Y SALUGÉNESIS PERSONAL: ALGUNAS CONSIDERACIONES PARA LA SALUD MENTAL

Grill, Silvina Soledad; Dematteis, María Belén; Sánchez Gallo, María De La Paz; Posada, María Cristina; Castañeiras, Claudia

Grupo de Investigación en Evaluación Psicológica, Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina

RESUMEN

En los últimos años se ha producido un aumento significativo de estudios empíricos sobre la evaluación de la personalidad y su relación con otras variables psicológicas, entre los que se destacan aquellas investigaciones que enfatizan los aspectos psicopatológicos de la personalidad (Cano Vindel, A. & Miguel Tobal, 2000) y, por otro lado, las que han aportado resultados consistentes sobre la influencia de la personalidad como potencial de salud (Antonovsky, A. 1988, Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. 2000). El objetivo de este trabajo es presentar una revisión actualizada del estado del conocimiento en el campo de la personalidad, básicamente en lo referido a los hallazgos sobre los aspectos de vulnerabilidad y de potencial de salud o salugénicos en población adulta.

Palabras clave

Personalidad Vulnerabilidad psicológica Salugénesis

ABSTRACT

VULNERABILITY AND PERSONAL SALUGENESIS.
SOME MENTAL HEALTH'S CONSIDERATIONS

In recent years it has been produced a significative increase of empiric studies about personality evaluation and its relation with others psychological variables, between them we can find those investigations that emphasize psicopatological aspects of personality (Cano Vindel, A. & Miguel Tobal, 2000) and, on the other hand, those that has contributed with consistent results about the influence of personality as health potencial (Antonovsky, A. 1988, Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. 2000). The purpose of this article is to expose an updated revision about the condition of personality knowledge, basically in the finds about vulnerability aspects and health potencial or salugenics in adult population.

Key words

Personality Psychological vulnerability Salugenesis

En los últimos años se ha producido un aumento significativo de estudios empíricos sobre la evaluación de la personalidad y su relación con otras variables psicológicas, entre los que se destacan aquellas investigaciones que enfatizan los aspectos psicopatológicos de la personalidad y las que han aportado resultados consistentes sobre la influencia de la personalidad como potencial de salud. (Berdichevsky Linares & González Ramella, 2005)

El estudio de la personalidad cobra especial importancia, debido a la estrecha relación entre los patrones idiosincrásicos del funcionamiento personal y el potencial de salud que presentan las personas. En la literatura especializada se encuentra consenso al conceptualizar el término personalidad para describir y explicar las diferencias individuales, la consistencia transituacional y

la estabilidad temporal del patrón de funcionamiento personal. En el estudio de la personalidad y sus trastornos se han desarrollado diversos modelos (Costa y McCrae, 1985; Millon, 1994) que si bien han tenido distinta evolución, básicamente responden en su naturaleza a propuestas categoriales vs dimensionales de la personalidad.

En este sentido, Millon es probablemente uno de los teóricos e investigadores contemporáneos más representativos en el estudio de los patrones de personalidad normal y anormal. En 1990, Millon propone un modelo evolucionista ecológico a partir del cual, postula que *la personalidad sería el estilo más o menos distintivo de funcionamiento adaptativo que un miembro determinado de una especie muestra al relacionarse con su gama típica de ambientes* (Millon y Everly, 1994). A partir de esta lógica, los patrones de personalidad normal y anormal se pueden diferenciar por el grado de flexibilidad adaptativa, el tipo de circularidad en los comportamientos, el grado de estabilidad emocional y la eficacia del afrontamiento de las situaciones, es decir por su capacidad adaptativa.

La evidencia indica que existen rasgos y/o características personales compatibles con una mayor vulnerabilidad personal, es decir; con un conjunto de factores predisponentes, desencadenantes o que exacerban la probabilidad de desarrollar trastornos psicopatológicos así como enfermedades de naturaleza somática bajo ciertas condiciones y en determinadas circunstancias (Sivak, 2008; Berdichevsky Linares & González Ramella, 2005). Así, la vulnerabilidad personal se relacionaría de un modo significativo con el estilo de afrontamiento del sujeto, con la naturaleza traumática y/o estresante de las situaciones a afrontar y con la red social de apoyo percibida y/o efectiva.

En cuanto a la relación entre personalidad y malestar subjetivo, representado básicamente por la presencia de emociones negativas como ansiedad, depresión e ira, se constata que existen ciertos rasgos y/o características de personalidad relacionadas con una mayor vulnerabilidad personal para la psicopatología ansiosa y depresiva (Millon, 1976; Clark, Watson & Mineka, 1994; Millon & Davis, 2000; Berdichevsky Linares & González Ramella, 2005). De hecho el carácter universal y adaptativo de las emociones -tanto negativas como positivas- ha sido destacado por diversos autores y tradiciones teóricas (Cano Vindel & Miguel Tobal, 2000). Estas emociones, que pueden manifestarse con variada intensidad y frecuencia como estados transitorios y/o como rasgos, son experimentadas por todos los seres humanos en diversas situaciones y se considera que preparan al individuo para responder a las demandas de la situación. Asimismo, las emociones constituyen una importante fuente para el bienestar y/o malestar de los individuos, y están íntimamente relacionadas con distintos sistemas fisiológicos que influyen sobre la salud y la enfermedad. En la actualidad los hallazgos de investigación confirman que las emociones positivas (alegría, felicidad) potencian la salud (Lefcourt y Martin, 1986; Nezu, Nezu y Blissett, 1988, en Cano-Vindel & Miguel Tobal, 2000), mientras que las consideradas emociones negativas, como la ansiedad, la ira y la tristeza-depresión, tienden a disminuirla (Martínez-Sánchez & Fernández Castro, 1994; Fernández-Abascal & Palmero, 1999; Cano-Vindel, Miguel-Tobal, González e Iruarrizaga, 1994, en Cano-Vindel & Miguel Tobal, 2000).

Destacando los aspectos positivos, en la psicología contemporánea han surgido desarrollos que fueron consolidando progresivamente un modelo denominado salugénico (Antonovsky, 1970, 1979, 1988, en Contini de González, 2001). Este autor observó que algunos sujetos, aún con una alta carga de estresores en sus circunstancias vitales, lograban manejar adecuadamente la tensión generada y además sobreponerse de manera saludable a la adversidad. En la misma línea de pensamiento, Seligman (2000, 2005) busca comprender los procesos que subyacen a las cualidades y emociones positivas del ser humano, y se propone potenciar las fortalezas humanas para que funcionen como amortiguadores ante la adversidad. Este nuevo enfoque que se conoce como "Psicología Positiva", tiene por objetivo aportar nuevos conocimientos no sólo para ayudar a resolver los problemas de salud mental en los individuos, sino

también para alcanzar una mejor calidad de vida y bienestar, como aspectos que promuevan una disminución de las probabilidades de enfermar. Así, la Psicología Positiva busca comprender y promover en cada ser humano sus fortalezas y el potencial psíquico con el que cuenta, y postula que su desarrollo puede lograrse mediante una adecuada educación y entrenamiento. Estas emociones y capacidades favorecen el funcionamiento resiliente, entendido como la capacidad que tienen las personas para enfrentar situaciones difíciles, sobreponerse a ellas y salir fortalecidas. Por lo tanto, el abordaje de estos factores y su relación con la salud psíquica permitirá entonces conocer con mayor precisión conceptual y metodológica las variables que posibilitan un desarrollo saludable en las personas y contar con recursos para su promoción en la comunidad.

BIBLIOGRAFÍA

- ANTONOVSKY, A. (1988). *Unraveling the Mystery of Health*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- BERDICHEVSKY LINARES, F. & GONZÁLEZ RAMELLA, G. (2005). *Personalidad. Estilos y trastornos*. Librería Acadia Editorial. Buenos Aires. Argentina.
- CANO VINDEL, A. & MIGUEL TOBAL, J.J. Emociones Negativas (ansiedad, depresión e ira) y salud. I Congreso Virtual de Psiquiatría 1 de Febrero - Marzo 2000; Conferencia 28-CI-A: [29 pantallas]. Disponible en: http://www.psiquiatria.com/congreso/mesas/mesa28/conferencias/28_ci_a.htm
- CLARK, L.A.; WATSON, D. & MINEKA, S. (1994) Temperament, personality and the mood and anxiety disorders. *Journal of abnormal Psychology*, 103, 103-106
- CONTINI DE GONZÁLEZ, N. (2001) Hacia un cambio de paradigma: de la psicopatología al bienestar psicológico, *Acta psiquiátrica y Psicológica de América latina*, vol. 47 (4) pp. 306-315.
- COSTA, P.T. Jr y MCCRAE, R.R. (1985). *The NEO Personality Inventory Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- MILLON, T. (1976) *Psicopatología Moderna. Enfoque biosocial de los aprendizajes erróneos y de los disfuncionalismos*. Barcelona. Salvat.
- MILLON, T. y EVERLY, G. (1994). *La personalidad y sus trastornos*. Capítulo I y II.
- MILLON, T y DAVIS, R (2000). *Personality disorders in modern life*. New York: Wiley.
- SELIGMAN, M. & CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000). Positive Psychology. *An Introduction*. *American Psychologist*. January, 55(1): 5-14.
- SELIGMAN, M.; STEEN, T.; PARK, N. & PETERSON, C. (2005). Positive Psychology Progress. Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, (5), 410-421.
- SIVAK, R. Clínica de la Vulnerabilidad. Extraído el 8 de abril del 2008, de: <http://www.gador.com.ar/iyd/vulner/sivak.htm> - 44k -