

Pensando en el Estrés desde la Epistemología

Pensando sobre o estresse a partir da Epistemología

Thinking About Stress from Epistemology

*Sergio Alejandro Russo*¹.

¹ Lic y Prof. de enseñanza media y superior en Filosofía.
Universidad Nacional de Buenos Aires. Facultades de Medicina. Facultad de Ciencias Sociales.
Correo de contacto: serjeirusso@gmail.com

Fecha de Recepción: 2023-03-09 Aceptado: 2023-03-14



[Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

© 2023 *Pinelatinoamericana*

Resumen

En ciencia siempre se presentan entidades, fenómenos o procesos que ponen en tensión las clasificaciones o particiones disciplinarias usualmente establecidas. El estrés se ubica dentro de esta categoría. En efecto, se trata de una entidad que, en las últimas décadas, ha puesto en evidencia las limitaciones del estudio de la salud humana desde la unilateralidad de las especialidades, centradas básicamente en los diferentes sistemas que componen el todo del organismo. Ahora bien, la búsqueda de una perspectiva integrativa no debe pasar por alto el motivo de la desintegración. Para analizar desde sus fundamentos esta cuestión es preciso incursionar en el terreno de la epistemología. En este trabajo dicha tarea se realiza a partir de la trasposición de algunas ideas y categorías de análisis ofrecidas por el filósofo francés Bruno Latour, tales como las de híbrido, cajanegrización y zona crítica, al estudio específico del estrés. De esta manera, se pretende ofrecer una mirada diferente y novedosa para pensar las conexiones internas y externas del organismo con respecto al medio ambiente.

Palabras Claves: estrés; epistemología; integración; híbrido; zona crítica.

Resumo

Na ciência sempre existem entidades, fenômenos ou processos que colocam em tensão as classificações ou partições disciplinares normalmente estabelecidas. O estresse se enquadra nessa categoria. Com efeito, trata-se de uma entidade que, nas últimas décadas, tem evidenciado as limitações do estudo da saúde humana pelo carácter unilateral das especialidades, centradas fundamentalmente nos diferentes sistemas que constituem o todo do organismo. No entanto, a busca por uma perspectiva integradora não deve ignorar o motivo da desintegração. Para analisar essa questão a partir de seus fundamentos, é preciso aventurar-se no campo da epistemologia. Neste trabalho, essa tarefa é realizada a partir da transposição de algumas ideias e categorias de análise oferecidas pelo filósofo francês Bruno Latour, como as de híbrido, caixa preta e zona crítica, para o estudo específico do estresse. Dessa forma, pretende-se oferecer um olhar diferenciado e inovador para pensar as conexões internas e externas do organismo com relação ao meio ambiente.

Palavras chaves: estresse; epistemologia; integração; híbrido; zona crítica.

Abstract

In science there are always entities, phenomena or processes that put into tension the usually established disciplinary classifications or partitions. Stress falls into this category. Indeed, it is an entity that in recent decades, has highlighted the limitations of the study of human health from the unilateral nature of the specialties, basically focused on the different systems that make up the whole of the organism. However, the search for an integrative perspective should not overlook the reason for such disintegration. To analyze this issue from its foundations, it is necessary to venture into the field of epistemology. In this work, this task is carried out from the transposition of some ideas and categories of analysis offered by the french philosopher Bruno Latour, such as those of hybrid, black box and critical zone, to the specific study of stress. In this way, it is intended to offer a different and novel look to think about the internal and external connections of the organism with respect to the environment.

Keywords: stress; epistemology; integration; hybrid; critical zone.

En nuestro tiempo se escucha y hace uso de la palabra “estrés” casi en forma permanente. Sin dudas, esto se debe a que, por su intermedio, se pretende aludir a cualquiera de los diversos cambios a los que se encuentra expuesta nuestra salud y bienestar. No obstante, es común que la popularización de un término incremente su polisemia, de modo que, no debería sorprender la falta de comprensión mutua en los diálogos donde el estrés aparece como principal referente de análisis.

Quienes se han ocupado de estudiar la historia del concepto de estrés (Cooper y Dewe, 2004) suelen ubicar un primer uso científico del término *stress* en el siglo XVII, más concretamente, en un trabajo de Robert Hooke sobre la elasticidad de los materiales y sus cambios de forma debido a la carga a la que son sometidos. Luego de varios desplazamientos, será recién en las primeras décadas del siglo XX cuando dicho término adquirirá un uso específico en el ámbito de las ciencias humanas, más concretamente en el campo de la psicología y la medicina.

Son varios los nombres de figuras y corrientes de pensamiento asociadas con la evolución del concepto. Entre los primeros, resultan insoslayables los nombres de Claude Bernard, Walter Cannon, Hans Selye y Richard Lazarus, mientras que, del lado de los movimientos de pensamiento, se pueden mencionar la escuela funcionalista, el psiconálisis y principalmente una gama amplia de perspectivas que por esos años se interesaron especialmente por el análisis de lo que denominarían “enfermedades psicosomáticas”. Pese a ello la popularización efectiva del término llegaría después de la segunda guerra mundial, como expresión con la cual se intentaría clasificar a una gran cantidad de manifestaciones y síntomas padecidos por la población, principalmente soldados, como consecuencia de las experiencias traumáticas vividas durante esos años.

También, dentro de esta misma historia, es preciso advertir que, si bien genéricamente entendido, el estrés ya se había conformado en un legítimo tema de investigación científica en los años 60 del siglo pasado, existía una fuerte disociación entre los estudios que se centraban en la biología y fisiología del organismo, y los que, por otro lado, atendían o se focalizaban en su aspecto psicológico. Si bien no es un fenómeno excepcional en la ciencia que se escriba e investigue sobre una noción polisémica y cuyo referente sea difuso, tampoco podría afirmarse que se trate de una situación habitual.

En la actualidad, la idea de que el estrés involucra una dimensión psicológica y otra dimensión fisiológica, y que pueden estudiarse en forma paralela, pero disociada, mantiene cierta hegemonía entre los investigadores de ambas esferas (Mc Ewen y Lasley, 2012). Es probable que esto se deba a que, implícitamente, se considere más la especialización y fragmentación disciplinar como un indicador pertinente de avance científico, y menos como una división artificial sustentada por otros fines o intereses. No obstante, podría decirse que la situación ha comenzado a cambiar durante las últimas décadas, a partir del surgimiento de una nueva perspectiva que aboga por un análisis más abarcativo y unificador del estrés. El eje de este enfoque está centrado en la noción de “integración”, pues se trata de abordar la investigación del estrés estudiando las diversas interrelaciones detectadas y detectables entre los diferentes sistemas que conforman el organismo (psicológico, inmunológico, endócrino e inmune), y también con los que se encuentran fuera del

organismo y que hacen a su entorno, sean estos considerados como sociales, económicos, culturales y/o ecológicos.

Lo que esta perspectiva integrativa presupone es la existencia de conexiones entre los diferentes sistemas en los que tradicionalmente se ha particionado el organismo, conexiones que en algunos casos no serían totalmente novedosas, pero que habilitarían una discusión en relación con la autonomía de cada uno de esos sistemas, las especialidades y las disciplinas ocupadas de estudiarlos. En cierto modo, fue la identificación o detección de agentes capaces de atravesar esos sistemas, de interrelacionarlos de un modo novedoso, lo que hizo posible dar sustento a este tipo de propuesta integradora.

Ahora bien, se puede asumir una propuesta integradora (a) manteniendo la autonomía y los límites de cada disciplina, sistema o lindero conceptual, hecho que generalmente expresa muy bien la idea de “interdisciplinariedad” o bien, (b) se puede intentar establecer una integración en la que se busque un lenguaje común, capaz de perforar y desdibujar no sólo los límites disciplinarios, sino aquellos en los que se ha visto fragmentado el cuerpo humano para su estudio. En general, suele olvidarse que la parcelación disciplinaria presupone la idea de que cada una posee un objeto de estudio “naturalmente” definido, y por ende, que la realidad misma se encontraría conformada por entidades pre-constituidas. Si este fuera el caso, se supondría que el estrés tiene cierta estructura definida, que debería descubrirse, y no una configuración abierta, que se iría conformando con el avance del conocimiento.

No hay dudas de que este tipo de discusiones desbordan el terreno propio de las ciencias del estrés y abrevan en el de la epistemología. En efecto, hace ya más de un siglo que este ámbito, junto con la filosofía de la ciencia, se presentan como los más adecuados para analizar a las ciencias y sus prácticas. Sin embargo, dichas áreas del pensamiento se hallan sujetas a controversias tanto o más profundas de las que pueden encontrarse en el campo propio de las ciencias. A excepción del período donde una concepción, hoy denominada clásica, mantuvo cierta hegemonía, período comprendido entre los años 1920 y 1960 aproximadamente, en las sucesivas décadas del siglo XX y lo que va del siglo XXI puede observarse el surgimiento de diferentes perspectivas, que motivaron una amplia reformulación de este espacio disciplinar, al complejizar y enriquecer la visión de la ciencia que ofrecía la perspectiva clásica.

Mientras el programa de la epistemología clásica mantuvo su hegemonía, los criterios para definir el estatus científico de una disciplina, teoría o campo de estudio se encontraban más o menos definidos. Este período coincidió con el predominio del paradigma biomédico dentro de las llamadas “ciencias de la salud”. Según esta visión sólo la observabilidad y objetividad de los datos, que en esencia serían marcadores biológicos, permitirían otorgar un verdadero estatus científico a esta área de estudio. Esto explica el afán por producir una verdadera “biologización” de la medicina, pues sólo de esa manera podría fundarse epistemológicamente como una verdadera ciencia, cumpliendo con los requisitos lógico-epistémicos necesarios para ello.

En consecuencia, para estudiar la emergencia de perspectivas más integradoras y holísticas de la medicina, como es el caso del enfoque PINE/PNIE aplicado al estudio del estrés, y con el ojo puesto en la discusión de su cientificidad,

puede resultar productivo tomar en consideración también diferentes enfoques epistemológicos, que no restrinjan la científicidad a una serie de condicionamientos sólo aplicables a ámbitos de la realidad muy restringidos, y aun en esos casos, con ciertos reparos. En este sentido, el autor de este trabajo considera interesante discutir los aportes que, durante las últimas cuatro décadas, ha realizado el antropólogo y filósofo francés Bruno Latour en el campo de la epistemología y los estudios de la ciencia en general. En particular, encuentra algunas ventajas en su perspectiva de las que carecen otras visiones epistemológicas más estándar, algunas de las cuales se expondrán seguidamente.

En principio, su orientación práctica. En general, hay campos y objetos de conocimiento que se encuentran bastante estabilizados. No ocurre lo mismo en otros casos, como lo es específicamente el estudio del estrés, que aparecen como áreas en pleno proceso de desarrollo y expansión. Según Latour el hacer y estabilizar fenómenos no constituyen acciones diferentes, sino que, por el contrario, forman parte de un mismo proceso cognoscitivo, hecho que puede captarse de manera mucho más clara al estudiar campos de estudio en pleno desarrollo y entidades aún no totalmente establecidas como tales. Complementariamente, aporta una visión crítica de las grandes particiones disciplinarias y clasificatorias, que premoldean nocivamente las capacidades de pensar y configurar diferentes planos del conocimiento. En tal sentido, puede constituirse en una interesante guía para la búsqueda de una genuina integración, que no se reduzca al mero trazado de puentes imaginarios entre territorios preconstituidos. Por último, ofrece una serie de nociones, tales como las de híbrido, “cajanegrización” y zona crítica, entre algunas otras que, extrapoladas al estudio del estrés, podrían coadyuvar a pensar el fenómeno desde un punto de vista diferente y original.

En lo que sigue de este escrito, el autor intentará delinear, en forma muy sintética, el eje vertebrador del pensamiento latouriano sobre el que pivotan las nociones previamente mencionadas, para luego ofrecer algunos argumentos que permitan mostrar la operatividad de estas en el estudio del estrés.

Uno de los primeros motivos por los cuáles la perspectiva de Latour resulta fructífera para indagar la conformación de las ciencias del estrés, se asocia precisamente con el uso que hace de la noción de híbrido. De acuerdo con el diccionario de la Real Academia Española “híbrido” se define como “*una cosa o entidad producida por elementos de diferente naturaleza*” (Real Academia Española, s.f., definición 2). En tal sentido, para identificar, o eventualmente concebir algo como un híbrido, debe reconocerse esta heterogeneidad de constitución. Pero, ¿de dónde provienen estas diversas naturalezas que confluyen en la constitución de una entidad? De acuerdo con Latour, es precisamente el pensamiento moderno el que instalaría este marco de referencia, este modelo de pensamiento, bajo el cual las entidades encuentran su lugar sólo dentro de los espacios clasificatorios preestablecidos por el conocimiento humano.

¿Cuáles serían estos moldes prefabricados por la modernidad? ¿De qué manera se asocia esta idea con el estudio del estrés? Resulta difícil responder estos interrogantes sin antes hacer explícito lo que Latour denomina “acuerdo moderno”. En efecto, por intermedio de dicha expresión, Latour se refiere a una suerte de marco de referencia de acuerdo con el cual la realidad, tomando el término en un sentido muy amplio, se encontraría conformada por polos antagónicos, conjuntos,

recipientes, que oficiarán de puntos de partida del pensamiento. En el plano del conocimiento, esta dualidad se ve ilustrada en la polaridad sujeto/objeto. En efecto, forma parte de la teoría del conocimiento tradicional concebir al conocimiento en estos términos, como el punto de unión entre lo que proviene del objeto y lo que recibe y procesa el sujeto. Latour considera que aquí se encuentra la matriz básica de toda una serie de dicotomías, tales como las de sociedad/naturaleza, local/global, interno/externo, mente/cuerpo, entre muchas otras. Una vez trazadas estas dicotomías la tarea radicaría en distribuir entidades, propiedades o características, según su afinidad con cada polo, para luego proceder a estudiar los vínculos o posibles relaciones entre ellas.

Es innegable que en el campo de la medicina este tipo de pensamiento polar ha ejercido una fuerte influencia. Basta estudiar los diferentes modelos etiológicos de las enfermedades para constatar este hecho (Laplantine, 1999). En general, se piensa que la enfermedad puede producirse por la invasión de una entidad extraña en cuyo caso proviene del exterior, o bien por una desregulación de las funciones normales, en la que se pondría el énfasis en los cambios internos del organismo. Puede producirse por la presencia, o el exceso de algo, o por el déficit y la carencia. Puede ser vista simbólicamente como la consecuencia de conductas negativas, o eventualmente como señales positivas para realizar cambios en los modos de vida, etc. Claro está que pocas serían las enfermedades que podrían encuadrarse absolutamente dentro de estos esquemas clasificatorios, pero precisamente por eso tales esquemas serían los responsables de la proliferación de híbridos. En efecto, ningún médico, en la práctica, toma (o al menos debería tomar) este tipo de escisiones como naturales y estáticas, aunque en teoría, se pretende que de ese modo estarían configurados los organismos. Una de las obras más influyentes de Latour se denomina precisamente “Nunca fuimos modernos”, y alude a este desfase en el modo en que las entidades se piensan, por un lado, y las prácticas que se realizan con tales entidades, por otro (Latour, 2007).

Además, una de las particularidades de este pensamiento es que suele otorgarle primacía a uno de esos polos, convirtiéndolo en protagónico y central, dejando al otro polo en un lugar periférico. Esa matriz permite explicitar los diferentes posicionamientos teóricos e ideológicos en torno a los más variados aspectos del pensamiento científico, moderno y contemporáneo. El caso de la medicina resulta ilustrativo también en este sentido, pues bajo el modelo biomédico se otorga privilegio siempre a aquellos aspectos o parámetros tangibles, medibles y “objetivables”, mientras se otorga sólo un rol periférico a las experiencias, los sentires, en suma, a la enfermedad vivida desde el punto de vista de la primera persona (el paciente). El ejemplo de las enfermedades psicosomáticas es clave en ese sentido, pues tales abordajes se fueron conformando a partir de la imposibilidad de encontrar una explicación en términos puramente “orgánicos” o físicos.

Entonces, los híbridos no son problemáticos en sí mismos, sino que, por el contrario, son los que ponen en evidencia las limitaciones del pensamiento moderno, al que Latour considera encorsetado y limitativo. El estrés es sin dudas un híbrido más, una entidad que se resiste a ser apresada por un pensamiento abroquelado en las disciplinas, que se caracterizan por hacer distinguos especulativos, pero que los asume como si fueran naturales. Muchas de las dificultades surgidas en el proceso de adquirir conocimiento del estrés pueden

asociarse con la unilateralidad de enfoque, unilateralidad que al mismo tiempo ha producido una limitación en la comprensión de la vida humana y su salud

En sintonía con lo dicho previamente, Latour hace uso de la expresión “cajanegrización”, término que reconoce haber tomado de la sociología de la ciencia, para designar el modo en que el trabajo científico y técnico queda invisibilizado a causa de su propio éxito (Latour, 2009). Este punto merece una aclaración. En relación con el fenómeno del estrés, se considera un avance importante el descubrimiento de las conexiones entre el sistema nervioso central, el sistema inmune y el sistema endócrino, pero no debe olvidarse que esto supuso una ruptura de la autonomía con la que cada uno de estos sistemas resultaban concebidos anteriormente. En efecto, sólo podía resultar sorprendente o controversial la incidencia del papel de las hormonas en el cerebro para quienes habían “cajanegrizado” su funcionamiento. Si bien es habitual que esto ocurra, lo nocivo es el olvido de que se trató de un proceso cognoscitivo, y no del descubrimiento de una naturaleza previamente establecida (Revisado en Bottaccioli y Bottaccioli, 2023).

El estudio de la conexión entre sistemas, de la manera en que estas conexiones se producen, presupone una “descajanegrización” de tales sistemas. Es interesante advertir que el estudio de una red no implica, pero tampoco supone *per se*, un seguimiento de la acción de cada uno de sus componentes. En tal sentido, habría que encontrar el lenguaje más adecuado para describir esas conexiones. Latour tiende a pensar que puede resultar más productivo hablar de “actantes”, que se definen por sus acciones, más que por su pertenencia a un sistema definido. En ese sentido, y nuevamente extrapolando esta idea al tema específico del estudio del estrés, se pensaría que entidades tales como la adrenalina, las citoquinas o los neurotransmisores, sólo por mencionar algunas, serían actantes de una red, a las que habría que seguir en sus acciones, sin presumir *a-priori*, o meramente adscribir su pertenencia, a uno u otro sistema orgánico. El rastreo de conexiones, o mejor dicho, el reconocimiento de la presencia de agentes capaces de atravesar transversalmente tales sistemas, habilita la posibilidad de discutir límites entre especialidades, disciplinas, y los propios sistemas, límites que no podrían considerarse arbitrarios, pero mucho menos como trazados por la propia naturaleza de las cosas. El estudio del estrés puede resultar oportuno por encontrarse, en este momento, en el punto común donde se empiezan a repartir las funciones, acciones y competencias que poseen cada uno de los actantes involucrados. Asumir un vocabulario centrado en actantes desnaturaliza la idea de que cada proceso debería considerarse como inherentemente endócrino, inmunológico o neurológico. No es conveniente, sostiene Latour, precipitarse a afirmar que se conoce ya la lista de todo lo que existe y la manera en que estas existencias se encuentran ligadas. Se trata de una lista que nunca debería estar clausurada, como tampoco la multiplicidad de modos de conexión posibles.

Por último, quien esto escribe querría hacer una breve mención a otra expresión que considera operativa para esta temática, sobre todo por sus implicancias a la hora de pensar en la adaptación. Está claro que entre el organismo y su medio ambiente se produce cierta interacción, y que el estrés suele considerarse precisamente como una señal de desajuste del organismo en relación con esos cambios producidos en el entorno. En el prólogo al texto de Mc Ewen, mencionado anteriormente, éste afirma que la homeostasis no se ha puesto al día con la evolución.

Mediante esta afirmación Mc Ewen expresa técnicamente una idea muy difundida y bastante aceptada, que supone que los organismos se estresan en virtud de la indebida preparación para afrontar los avatares que la vida moderna les impone. No obstante, el autor de este trabajo piensa que tal idea presupone una distinción entre organismo y entorno mucho más nítida de lo que en verdad podría pensarse.

Latour, sobre todo en sus últimos escritos publicados, donde manifiesta un interés especial por la cuestión ecológica, se apropia de la expresión “zona crítica” para describir un espacio del planeta Tierra que señalaría no sólo la zona hasta la cual el ser humano podría desplazarse, sino, además, y principalmente, un espacio vulnerable a su propia acción. Una cosa es habitar el universo, espacio abstracto delimitado por cálculos y coordenadas cartesianas, y otra cosa es habitar en Tierra, espacio al que estamos confinados, cuyas condiciones de habitabilidad son tanto encontradas como producidas (Latour, 2021). En tal sentido, vivir en una zona crítica significa habitar un espacio condicionado por, y condicionante de, nuestras acciones, un espacio estresante y al mismo tiempo estresado, sujeto y sujetado a las circunstancias que la propia vida produce.

En tal sentido, la extrapolación de esta expresión al análisis del vínculo entre el organismo y su entorno puede resultar productiva para configurar otro pensamiento en relación con la adaptación. En general, suele asumirse que la piel oficia de límite, de frontera entre lo propio y lo ajeno, entre dos órdenes del ser o modos de existencia diferentes. Pero vista de este modo, la adaptación quedaría atrapada en el dualismo de lo interno y lo externo, nuevamente como si se trataran de esferas claras y naturalmente delimitadas. Sin embargo, ¿no es acaso el individuo un producto de su entorno, y el entorno un producto del individuo? ¿no hay entorno en el individuo e individuo en el entorno? ¿cómo no asumir la superficialidad que supone la idea de que es medible con precisión la influencia del entorno en el individuo y del individuo en el entorno? La noción de zona crítica puede servir para reformular esa relación del afuera y el adentro de otro modo.

En conclusión, aceptar que hay en esta relación una zona crítica, que es preciso estudiar con más amplitud y menos prejuicios, ayudará a descentrar el prejuicio de que la adaptación se juega exclusivamente en el terreno del organismo, y que se trata de un fenómeno de estabilización de alcances muchos más amplios y profundos que el autor profundizará en próximas contribuciones.

Bibliografía

Bottaccioli, A. G. Y Bottaccioli, F. Gli stati psichici si traducono in molecole biologiche: le conseguenze per la medicina e la psicologia. *Pinelatinoamericana*, 3(1). <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/pinelatam/article/view/40624>

Cooper, C. y Dewe, P. (2004). *Stress. A Brief Story*. Blackwell Publishing.

Mc Ewen, B. y Lasley, E. (2012). *The end of stress, as we know it*. Ed Dana Press.

Laplantine, F. (1999). *Antropología de la enfermedad*. Ed Del Sol. (1° ed. 1965)

Latour, B. (1999). *La esperanza de Pandora. Ensayos sobre la realidad de los estudios de la ciencia*. Gedisa.

Latour, B. (2007). *Nunca fuimos modernos*. Siglo XXI. (1° ed. 1991).

Latour, B. (2021). *¿Dónde estoy? Una guía para habitar el planeta*. Taurus.

Real Academia Española. (s.f.). híbrido, da. En *Diccionario de la lengua española*. (23 ed.). Recuperado el 10 de febrero de 2023, de <https://dle.rae.es/h%C3%ADbrido>.

Limitaciones de responsabilidad:

La responsabilidad de este trabajo es exclusivamente del autor.

Conflicto de interés:

Ninguno

Fuentes de apoyo:

La presente investigación no contó con fuentes de financiación.

Originalidad del trabajo:

Este artículo es original y no ha sido enviado para su publicación a otro medio en forma completa o parcial.

Cesión de derechos:

El autor de este trabajo cede el derecho de autor a la revista *Pinelatinoamericana*.

Contribución de los autores:

El autor se hace públicamente responsable del contenido del presente y aprueba su versión final.