

Más allá de los síntomas: La medicina holística y el paradigma biopsicosocial



Gámez Borbón Ángel
SOCEM UNISON
a223213082@unison.mx

Hace poco, en una de mis clases, tuve la oportunidad de escuchar una frase que logró captar mi atención, en ella, se decía que «la medicina es y debe ser “holística”». Esto me hizo preguntarme, ¿Qué significa exactamente esto?, y aún más importante, ¿Tiene algún sustento dicha afirmación?

Históricamente, el enfoque dominante en la medicina fue el modelo biomédico, el cual tiene sus raíces en la antigua medicina hipocrática y las corrientes renacentistas. Durante siglos, este enfoque permitió que se hicieran avances significativos en el entendimiento de los mecanismos biológicos, sin embargo, también limitaba mucho la comprensión del paciente como un ser integral, al centrarse únicamente en la perspectiva biológica de la enfermedad e ignorando su contexto humano. Con el tiempo, esta visión fue evolucionando lentamente hacia una mayor comprensión de los factores psicológicos y sociales dentro de los procesos salud-enfermedad, lo que impulsó el desarrollo e implementación de nuevos modelos, enfocados en analizar estos fenómenos desde perspectivas más detalladas (1).

Uno de estos modelos, fue el modelo biopsicosocial, también conocido como “Modelo Holístico”, propuesto por el psiquiatra George L. Engel (2), el cual, se basa en la premisa de que los sistemas, en este caso, el cuerpo humano, deben ser estudiados en su conjunto y no solo como la suma de sus partes. Es decir, tratar al paciente como un todo, considerando no solo los síntomas físicos, sino también los aspectos emocionales, espirituales y sociales.

Sin embargo, aunque el enfoque del modelo médico holístico es esencial, todavía existen pocos fundamentos experimentales que

indiquen con precisión qué datos clínicos son necesarios para evaluar adecuadamente un síntoma. Esto se debe a que los síntomas que un paciente describe, a menudo no reflejan la totalidad de las razones por las que busca atención médica. Dado que, si el médico se enfoca exclusivamente en la molestia física reportada, puede no identificar el problema real, lo que podría llevar a diagnósticos y tratamientos incorrectos o innecesarios (3). En este contexto, la colaboración de equipos multidisciplinarios, integrados ya no solo por médicos, sino también por psicólogos, trabajadores sociales, nutriólogos y otros profesionales del área de la salud, se vuelve crucial. Permitiendo mejorar la efectividad del tratamiento, al asegurar una atención centrada en el paciente (4).

Estas ideas “revolucionarias” de las que hablo, no son para nada nuevas, pues fueron propuestas desde 1977. Sin embargo, en la realidad, es difícil notar muchos cambios respecto al panorama que nos plantean, ¿Cuál es la razón detrás de esta falta de progreso?

En este caso, uno de los mayores factores que limitan la transición, es la resistencia a abandonar las arraigadas costumbres del modelo biomédico tradicional, que aún domina en muchas regiones. Esta resistencia se ve agravada por la falta de recursos y financiamiento, ya que especialmente en países latinoamericanos, el presupuesto para salud mental es muy limitado, siendo generalmente inferior al 3% del gasto total en salud. Asimismo, la formación de los profesionales en temas biopsicosociales es insuficiente, ya que la

diversidad sociocultural y económica de la región demanda enfoques más adaptados a las realidades locales. La falta de investigación y evaluación de programas también dificulta la implementación efectiva del enfoque biopsicosocial, lo que hace que el desafío de pasar de un modelo centrado en hospitales a uno que priorice la atención primaria y comunitaria sigue siendo significativo (5).

En conclusión, aunque esta visión ha sido ampliamente reconocida y defendida desde 1977, su implementación sigue siendo un desafío significativo, debido a los múltiples obstáculos que se presentan, especialmente en regiones como Latinoamérica, lo cual, ha limitado el avance de la atención médica hacia enfoques más holísticos. Para avanzar en este sentido, es necesario superar estos obstáculos, solo así se podrá avanzar hacia una atención médica capaz de abordar la complejidad de las condiciones de salud, en un contexto global tan diverso como el que se vive hoy en día.