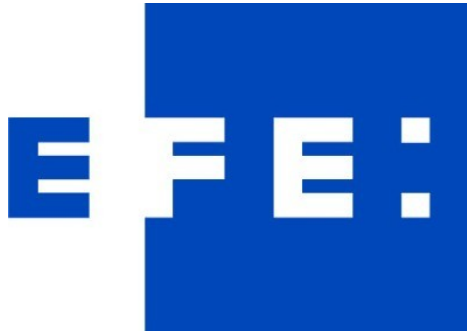




## **Un experto advierte de que proyectar pasado y futuro mantiene una inflamación psicológica constante**

El investigador afiliado al Centro de Investigación en Enfermedades Neurológicas de Madrid, Emiliano Bruner, ha señalado que la “asombrosa capacidad de proyectar pasado y futuro, mundos imaginados” supone “una avalancha de imágenes y palabras que generan un ruido constante y un constante estado de 'inflamación psicológica’”.

Bruner ha explicado que “siempre comparamos lo que es con lo que podría ser o haber sido”, algo que, en su opinión, “es la condena a la insatisfacción permanente”. Estas reflexiones las ha compartido durante la conferencia de clausura del XXXIV Curso Nacional de Actualización en Psiquiatría, celebrado en la localidad alavesa de Vitoria-Gasteiz, donde ha introducido el concepto de “sufrimiento mental”.

Según ha expuesto, “la selección natural criba las adaptaciones y los rasgos en función del efecto que tienen en el éxito reproductivo, y este criterio no considera necesariamente el bienestar personal como valor añadido”. De este modo, pueden aparecer “efectos secundarios dañinos” o características que “perjudican al individuo y aumentan el éxito reproductivo, creando un conflicto entre prioridades evolutivas y necesidades personales”.

### **Impacto evolutivo y desasosiego crónico**

En su intervención, ha remarcado que “la evolución puede pasar de las razones de la Medicina, pero la Medicina no puede obviar los límites de la evolución”, para después apuntar que la capacidad de proyección desborda la “excelente habilidad atencional, que se ve desbordada”. A su entender, “el resultado es una condición de desasosiego crónico, siempre presente, que forja la vida individual y colectiva en primates obligatoriamente sociales”.

Bruner ha indicado también que “gran parte de la insatisfacción e inestabilidad emocional se debe a un programa evolutivo”, por lo que considera que conocer ese marco permitiría, “al menos en cierta medida, 'hackear' la evolución”. A su juicio, “esta condición puede que sea un componente importante de los niveles

clínicos asociados a la Salud Mental, pero que en realidad atañe a toda la población”.

Profundizando en cómo gestionamos el tiempo subjetivo, ha descrito que el pasado “se transforma en remordimiento, culpa, rencor”, mientras que el futuro lo hace “en incertidumbre, miedo, angustia”. En este contexto, ha apuntado que “si todo esto tiene un trasfondo evolutivo, la condición de sufrimiento e insatisfacción crónica es parte de un paquete surgido con Homo Sapiens, probablemente en los últimos 50.000-100.000 años”.

Para concluir, ha defendido que “entender que hay raíces evolutivas cambia el enfoque”, ya que permite abordar el sufrimiento como el resultado de “un sistema que incluye individuo, entorno y colectividad, con reglas establecidas en el Mioceno”.