

Los fenómenos del condicionamiento clásico y operante en un caso de tricotilomanía

The Phenomena of Classical and Operant Conditioning in a Case of Trichotillomania



Cómo citar Citation

Rivadeneira, C. (2017). Los fenómenos del condicionamiento clásico y operante en un caso de tricotilomanía. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9, doi: 10.5872/psiencia/9.2.101

Recibido Received

03 / 10 / 2015

Aceptado Accepted

06 / 05 / 2016

Copyright

© 2017 Rivadeneira

Este es un artículo de acceso abierto bajo la licencia Creative Commons [BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/), lo que permite compartirlo o adaptarlo, sin fines comerciales, con indicación del autor y la fuente original.

This is an open access article under Creative Commons [BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license, which allows sharing or adapting it in any medium, without commercial purposes, giving credit to original author and source.

Carmela Rivadeneira

Psicóloga Clínica, Centro de Terapia Cognitivo Conductual y Ciencias del Comportamiento (CETECIC)

1. ¿Con qué voy a experimentar?

Se leerá una viñeta clínica sobre un caso de Tricotilomanía y en base a la viñeta se podrán observar los fenómenos de Condicionamiento Clásico y Operante para empezar a diseñar un experimento.

Viñeta:

Tricotilomanía, tratamiento integral:

Paciente de 27 años con tricotilomanía moderada.

Análisis topográfico: sucede en tres ocasiones con alta frecuencia.

- 1) Estando sentada en la sobremesa, tranquila y sin gente presente.
- 2) Mientras habla por teléfono tirada en el sillón o sentada a la mesa.
- 3) Cuando se mira al espejo en el baño antes de bañarse.

Análisis funcional:

A: suele llevar la mano a la cabeza y hacer pincita, individualizando el pelo.

B: se saca un pelo y lo observa. Mira el bulbo. Siente el tironcito en el cuero cabelludo.

C: experimenta cierto placer en la cabeza cuando sucede el tironcito y cuando observa el bulbo.

C. a largo plazo: lugares sin pelo en la cabeza. Preocupación por quedarse pelada. Usar muchas hebillas para disimular los agujeros. Vergüenza.

Tratamiento:

- 1) Desautomatizar el hábito de llevar la mano a la cabeza e individualizar el pelo haciendo pinza. Para este paso, será necesario que la paciente utilice un pañuelo cubriendo la cabeza en los tres contextos discriminativos: en la sobremesa, cuando habla por teléfono y cuando se mira al espejo antes de bañarse.

- 2) Una vez desautomatizado el hábito, crear una nueva conducta antagónica operante, que reemplace a la de individualizar el pelo haciendo pincita con los dedos. La conducta será la de llevar la mano a la cabeza y hacer un pequeño masaje en la zona del cuero cabelludo.
- 3) Para controlar el uso de los dedos en pinzas, las primeras dos semanas se sugiere el uso de curitas en el dedo índice y pulgar en los tres contextos discriminativos (sobre aprendizaje de desautomatizar el hábito).
- 4) Sensibilización encubierta: utilización de una foto aversiva, donde se nota un agujero en la cabeza de la paciente por falta de pelo. Esta imagen se evocará cada vez que se induce a tocarse la cabeza haciendo pincita con los dedos individualizando el pelo (se induce la sensación de vergüenza y de la mirada de los otros por la presencia de su agujero en el pelo). La imagen antagónica al cambiar la pincita por el masaje del cuero cabelludo, es la de una foto que la paciente tiene con todo su pelo crecido (se induce seguridad y placer de sentir el pelo tupido, y sin necesidad de utilizar hebillas).
- 5) Modelado encubierto: se imagina a Nicole Kidman con muchos rulos, antes de ducharse y haciéndose majes en la cabeza frente al espejo, y hablando por teléfono. Se imagina a ella misma haciendo la misma acción.
- 6) Reforzamiento encubierto: la paciente lleva 4 meses sin sacarse el pelo. Cada vez que se peina, o se toca el pelo, se autorefuera con frases que le recuerden lo lindo que tiene el pelo, lo que logró con el tratamiento y que ahora no necesita hebillas. Se siente contenta y con mucha motivación para que dentro de un tiempo, el pelo le crezca aún más.

2. ¿Qué fenómeno voy a observar?

1) El Condicionamiento Clásico se define como un tipo de aprendizaje de proceso básico que implica al Sistema Nervioso autónomo, donde se aprenden relaciones predictivas de estímulos ambientales y la respuesta del sujeto es a nivel glandular, cardiovascular o emocional.

El Condicionamiento Operante, se relaciona con el aprendizaje básico, donde implica el sistema nervioso periférico y donde se ven relaciones de conductas voluntarias del sujeto, relacionada con la consecuencia de esta conducta, de modo que la misma puede incrementarse o decrementarse dependiendo del resultado.

Estos dos fenómenos, son los modelos teóricos más relevantes para explicar ciertas patologías; en este caso la tricotilomanía. A partir de definir estos dos fenómenos, se pueden diseñar tratamientos eficaces para que se modifique el comportamiento de la persona que lo padece.

3. ¿De qué se trata?

La idea es empezar a ver en otros casos de tricotilomanía o en similares patologías del control de los impulsos (trastorno de escoriación por ejemplo), los fenómenos de Condicionamiento Clásico y Operante y poder discriminar los elementos que interactúan (estímulos condicionados, incondicionados, Respuestas clásicas y operantes, estímulos discriminativos, estímulos delta, etc). Poder hacer un análisis topográfico y funcional del caso y ver las variables que originan y mantienen la conducta problema.

4. ¿Qué ideas previas tengo sobre el tema?

Cuando decimos que el Condicionamiento Clásico es un proceso básico nos referimos a:

- Que es la base para los demás aprendizajes.
- Que es común a todos los seres vivos que tengan Sistema Nervioso Central.
- Que es la base neurofisiológica de otros mecanismos.
- Que solo los humanos lo tienen.

Los estímulos condicionados son estímulos que son:

- Relevantes para la vida
- Relevantes para el sujeto
- No tienen ninguna utilidad en el contexto
- Funcionan como señales que indican la presencia de otros estímulos relevantes.

Los Estímulos Condicionados funcionan como:

- Respuestas que determinan otros estímulos.
- Señales que indican cómo hacer ciertas respuestas.
- Señales que indican la presencia o ausencia de otros estímulos.
- Respuestas que indican donde están los estímulos Incondicionados.

Los estímulos se pueden clasificar también subjetivamente, es decir, según el estado motivacional del sujeto, por ejemplo, si un sujeto ya comió, el Estímulo Incondicionado "comida" va a ser:

- Placentero
- Displacentero
- Neutro
- Apetitivo

¿Cuáles de las siguientes es realmente una respuesta clásica?

- Tener miedo y correr
- Tener miedo y pensar que hacer para evitar el peligro.
- Tener miedo y sentir taquicardia.
- Tener miedo y gritar.

Placer, miedo, alegría, ansiedad, son respuestas clásicas del tipo:

- Glandulares.
- Motoras
- Emocionales
- Intestinales

En el típico experimento de Ivan Pavlov con el perro, el metrónomo y la comida, estamos justamente ante un ejemplo de:

- Condicionamiento clásico inhibitorio aversivo.
- Condicionamiento clásico excitatorio aversivo.
- Condicionamiento clásico inhibitorio apetitivo.
- Condicionamiento clásico excitatorio apetitivo.

Si en una instancia de investigación en laboratorio, quiero trabajar con comida como E.I. en el condicionamiento clásico, es probable que esté trabajando:

- Condicionamiento clásico aversivo
- Condicionamiento clásico apetitivo
- Condicionamiento clásico experimental

- d. Condicionamiento clásico inhibitorio.

Una persona está escondida para darle una sorpresa a un amigo y siente una sensación interna de emoción cuando siente que se abre la puerta y llega su amigo.

En esta situación:

- a. La emoción es un E.C. y el amigo la R.C.
- b. La emoción es la R.C. y el amigo es la R.I.
- c. La emoción es la R.C. y el amigo es el E.I.
- d. La emoción es la R.C. y el amigo es el E.C.

Una persona con fobia a las cucarachas, siente terrible ansiedad cuando percibe con el rabillo del ojo algo oscuro que sube por la pared. En esta situación:

- a. La cucaracha es el E.I. y la ansiedad es la R.C.
- b. La cucaracha es el E.C. y la ansiedad es la R.C.
- c. La imagen de la pared es el E.C. y la ansiedad es el E.I.
- d. La imagen de la pared es la R.C. y la ansiedad es la R.I.

5. ¿Qué necesito para este experimento?

Nominar en viñetas los elementos necesarios para desarrollar la experiencia. Colocar en un anexo los materiales o incluir un adjunto para que pueda descargarse e imprimirse. Si se va a medir tricotilomanía, lo que se necesita obviamente son sujetos que tengan este problema. No es necesario de que tenga tipificado el diagnóstico, sino que se puede hacer con individuos que tenga esto como hábito. Confeccionar tablas de registros diarios de frecuencia para medir en línea de base (L.B.) cuantas veces en el día efectúa el hábito de sacarse pelos de la cabeza.

6. ¿Cómo lo hago?

Detallar en una lista numerada consignas y organización del experimento generalmente se le pregunta cada sujeto, cómo lleva a cabo el comportamiento de sacarse un pelo de la cabeza. Más allá que el comportamiento es el mismo, cada persona utiliza una metodología diferente, y esta diferente topografía es la que dará la clave para el diseño del tratamiento. Preguntar al sujeto, cada paso conductual que realiza, incluyendo, la previa a agarrar un pelo. Poner énfasis, de que en qué momento lo hace (suelen ser comportamientos asociados a tiempos, muertos, es decir, cuando está mirando tele, cuando lee, cuando habla por teléfono, cuando estudia), donde se está concentrado en otra cosa y con las manos libres. Esto es parte del análisis topográfico de la conducta problema.

7. ¿Qué podría suceder?

Invitación a los alumnos a formular una hipótesis. La primera hipótesis para este tipo de problemas es: "el sujeto realiza estos comportamientos en forma automática".

Poniendo énfasis en que por más que el movimiento de la mano y el comportamiento de sacarse un pelo, está regido por el Sistema Nervioso Periférico, por lo tanto voluntario y mantenido por Condicionamiento Operante, es un comportamiento que se independiza de la conciencia y se transforma en una estereotipia, casi una categoría de TIC. Esta hipótesis, será probada como parte del tratamiento en su primera fase: desautomatizar el hábito.

8. ¿Qué fue lo que pasó?

Explicación del fenómeno a la luz del experimento realizado y breve autoevaluación. Una de las maneras de desautomatizar el hábito, haciéndole tomar conciencia y prestar atención al mismo por parte del sujeto, consistirá en dos cosas que pueden usarse por separado teniendo en cuenta la metodología del sujeto. A. que el sujeto use un pañuelo ajustado en la cabeza en los momentos en que suele realizar el comportamiento (esto hace que la mano vaya a la cabeza en forma automática, pero al encontrarse con el pañuelo, se corte el automatismo. Y B: que la persona se ponga una curita en el dedo pulgar e índice de la mano que utiliza, para que no pueda hacer "pincita" y de esa manera desautomatizar también el hábito de sacar pelos.

9. ¿Y este conocimiento para qué sirve?

Comentar cómo esto, directa o indirectamente permitió alguna aplicación práctica, profesional, o regulatoria. Definitivamente, poder hacer un análisis funcional y topográfico de una conducta problema como la de sacarse pelos de la cabeza (tricotilomanía) es lo que determina el diseño adecuado para un tratamiento eficaz. El conocimientos de los paradigmas de Condicionamiento Clásico y Operante, garantizan un diseño eficaz basado no sólo en la observación del fenómeno, sino en saber incluso, qué parte de funcionamiento cerebral está en juego, porque eso ayuda a la hora de entender, porqué utilizar cierta metodología de tratamiento y no otra.

10. Para saber más

Colocar enlaces, literatura o referencias en tres niveles, de acuerdo a la complejidad de lectura (Fácil, intermedio, avanzado)

<http://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/viewFile/CUTS98g8110308A/8279>

<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2212384&orden=282063&info=link>

http://medicosecuador.com/revecuatneurol/vol19_n1-2_2010/articulos_revision/trastorno-obsesivo-compulsivo.htm

♣ Domjan, M. y Burkhard B.: (1990) "Principios de aprendizaje y de conducta", Debate, Madrid. Cap. 3: El condicionamiento clásico: fundamentos.

♣ Domjan, M. y Burkhard B.: (1990) "Principios de aprendizaje y de conducta", Debate, Madrid, Cap. 5. El Condicionamiento instrumental: Fundamentos.