

PROYECTO UNAM

Coordinador: Roberto Arturo Gutiérrez Alcalá robargu@hotmail.com

Concierto familiar infantil

La Orquesta Sinfónica de Minería, bajo la dirección de Carlos Miguel Prieto, interpretará el sábado, a las 12:00 horas, obras de Merle J. Isaac, Camille Saint-Saëns, Nikolai Rimsky-Korsakov, Julius Fucik, Ottorino Respighi y Jacques Offenbach, en la Sala Nezahualcōyotl del CCU. Informes: 55-21-88-78 y 55-54-45-55.



Esta integrada por 64 reactivos. Permite detectar las áreas problema que deben ser modificadas

A partir de un trabajo de campo -con observaciones y entrevistas clínicas que incluyeron preguntas tales como ¿qué pasa cuando te enojas?, ¿cómo te sientes cuando estás enojado?, ¿qué cosas te hacen enojar?, entre otras-, la doctora Dolores Mercado Corona, de la Facultad de Psicología de la UNAM, desarrolló una serie de reactivos para integrar lo que ahora es conocido como el Cuestionario de Ira y Hostilidad (CIH), instrumento de medición específico para los mexicanos.

Con la idea de que las emociones están conformadas por respuestas fisiológicas, subjetivas, cognoscitivas y conductuales, y tomando como punto de partida estas cuatro dimensiones, precisamente, hace algunos años la académica hizo una primera prueba para medir la ira y la hostilidad.

Desde entonces, con base en los resultados obtenidos en diversas aplicaciones a individuos de 15 a 94 años, de distintos niveles socioeducativos del DF, Morelos, Hidalgo y San Luis Potosí, entre otras entidades de la república mexicana, esta prueba ha sido objeto de varias modificaciones.

Para desarrollar una prueba es necesario elaborar reactivos, probarlos, desechar los que no son confiables y elaborar otros nuevos hasta que se disponga de un instrumento con la calidad psicométrica establecida por los estándares internacionales.

“Yo estoy muy contenta porque en las últimas aplicaciones no tuvimos que tirar ningún reactivo del CIH; todos medían lo que tenían que medir”, dice Mercado Corona.

Siete subescalas

Un buen reactivo (funcional) permite diferenciar entre las personas que se enojan más intensa y frecuentemente, y las que lo hacen menos.

En el CIH, las cuatro dimensiones emocionales originales (fisiológica, subjetiva, cognoscitiva y conductual) se transformaron, de acuerdo con las respuestas de los participantes, en siete dimensiones o subescalas diferentes: ira intensa, reacciones corporales (fisiológicas), venganza y culpa, consecuencias depresivas, victimización, intolerancia y poder.

“Entre ellas hay algunas que están más fuertemente influenciadas por la cultura, como la venganza y la culpa, y otras que son más fisiológicas, como las reacciones corporales. La ideología del poder es de tipo cognoscitivo. Una persona con ideología del poder acepta y sostiene afirmaciones como la de la antigua ley del talión: ojo por ojo y diente por diente (‘si me la hacen, me la pagan, a mí nadie me va a ningunear ni a hacer menos’); asimismo, reacciona con más enojo que otros individuos cuando se siente injustamente tratada o cuando no logra lo que desea”, comenta la académica.

Proceso inhibitorio

Se ha calculado que el proceso inhibitorio de la ira se inicia al cabo de un periodo de alrededor de ocho minutos de duración. Si el enojo dura más es porque la persona genera, mediante el pensamiento y/o la imaginación, mecanismos que lo alimentan, como el de revivir la situación que lo disparó o el de repetir a sí misma lo injusto o inconveniente que es aquella.

“Por otro lado, una cosa es la emoción, otra el estado de ánimo y otra más el rasgo de personalidad. La ira y la hostilidad pueden presentarse como emoción, estado de ánimo o rasgo de personalidad. En la emoción está la respuesta fisiológica, que es la que se apaga a los ocho minutos. En el estado de ánimo están las respuestas subjetiva y cognoscitiva, que son de mayor duración”, afirma Mercado Corona.

En cuanto a los rasgos de personalidad, por ejemplo, algunas personas son depresivas, miedosas, iracundas, y responden con estas características a la mayor parte de las situaciones que enfrentan en la vida diaria.

“Si la reacción dura poco, es una emoción; si dura un día o un poco más, es un estado de ánimo; y si está instalada permanentemente en la persona, es un rasgo de personalidad”, señala la académica de la Universidad Nacional.

Ayuda invaluable

En un centro especializado en el que se atiende a personas que ejercen violencia (intrafamiliar y de otros tipos), los resultados de la aplicación del CIH mostraron que los individuos que generan violencia se consideran a sí mismos víctimas en mayor grado que el común de la población.

“El CIH podría servir para saber en cuál de las siete dimensiones emocionales -ira intensa, reacciones corporales (fisiológicas), venganza y culpa, consecuencias depresivas, victimización, intolerancia y poder- está su problema. Si no entendemos qué sucede con una persona pero encontramos que

DISEÑAN PRUEBA DIAGNÓSTICA

DE LA IRA Y LA HOSTILIDAD

“En una investigación comparé la ira y la hostilidad de enfermos diabéticos con las de hipertensos. Yo esperaba que los hipertensos obtuvieran un puntaje más alto, pero los diabéticos les ganaron. Una posible explicación de esto es que niveles altos de azúcar en la sangre producen un estado interno molesto que vuelve a las personas más irritables”

Dolores Mercado Corona, académica de la Facultad de Psicología de la UNAM

DIMENSIONES TOMADAS EN CUENTA EN EL CIH

• **Ira intensa.** Se manifiesta mediante pérdida del control, agresión, intención de causar miedo, así como sentimientos de ser más capaz que los demás

• **Reacciones corporales.** Son las respuestas fisiológicas mediadas por el sistema nervioso autónomo que ocurren al mismo tiempo que (o inmediatamente después de) un enojo intenso: sudor de manos, dolor de cabeza, etcétera

• **Venganza y culpa.** La primera es la satisfacción conseguida por propia mano ante un agravio. Es importante distinguir entre culpa y responsabilidad: la culpa es destructiva; la responsabilidad impulsa a asumir las consecuencias de los propios actos y a tratar de repararlas

• **Consecuencias depresivas.** Entre ellas destacan la apatía, el desganado y una extrema sensibilidad

• **Intolerancia.** Es la falta de tolerancia ante el desorden, lo mal hecho, la impuntualidad, el incumplimiento de los otros pero también de uno mismo

• **Victimización.** Es el sentimiento de que uno es víctima de las críticas, los abusos y los agravios de los demás

• **Ideología del poder.** Esgrime como causas para enojarse fuertemente la falta de control y el desacuerdo de los otros con la manera de pensar o los deseos de uno

“La presencia de una de estas dimensiones no significa que la persona en cuestión sea un ser iracundo u hostil; adicionalmente debe considerarse la intensidad con que se presenta dicha dimensión. Estadísticamente se puede determinar cuándo una respuesta de ira se considera normal y cuándo excesiva”, explica Mercado Corona.



tiene una gran intolerancia o una fuerte ideología del poder, por ejemplo, podemos trabajar a partir de esa certeza para ayudarla a reducir sus reacciones excesivas”, indica Mercado Corona.

También sería muy útil en medicina conductual, pues no es un secreto que las personas muy enojonas tienen pro-

blemas cardiovasculares, dermatológicos, estomacales (gastritis)...

“Este instrumento de medición nos permite ayudar a las personas a que aprendan a regular la aparición, la duración o la intensidad de sus emociones. Es una prueba diagnóstica para guiar un tratamiento. Si un individuo

sometido al CIH obtuviera un puntaje alto en general o en alguna dimensión particular, podría ser tratado psicológicamente”, concluye la académica universitaria. Más información en el siguiente correo electrónico: doloresm@servidor.unam.mx (Leonardo Huerta Mendoza).

Inhibidores de la agresividad

Las leyes establecen que si una persona mata a otra, será llevada a la cárcel y, en algunos países, incluso condenada a muerte, poniendo en práctica la antigua ley del talión: ojo por ojo y diente por diente.

Asimismo, los adeptos a ciertas religiones, como la católica, tienen presente que el hecho de matar a un semejante es un pecado que conduce irremisiblemente al infierno.

Estas leyes y creencias actúan como inhibidores de la agresividad; sin embargo, si la impunidad permea todas las esferas de una sociedad o de un país, esos inhibidores se debilitan y dan paso a una delincuencia desbordada.

“Se dice que en México sólo se castiga 1 ó 2 por ciento de los delitos. Además, los que se castigan no son los cometidos por los individuos más poderosos, sino por los más pobres. Los poderosos pueden delinquir porque saben que muy probablemente no los castigarán. La impunidad y la injusticia evitan que haya esos inhibidores sociales de la agresividad y del delito”, asegura Mercado Corona.