



Revista
Latinoamericana
de Psicología

II. Libros

En esta sección se incluyen reseñas de los últimos libros de psicología publicados en diversos idiomas. Cada reseña tiene un carácter evaluativo más que descriptivo.

Las reseñas pueden enviarse a la dirección de la Revista Latinoamericana de Psicología. Para el aspecto formal del trabajo, favor tener en cuenta las normas acostumbradas en las reseñas; en caso de duda, es conveniente consultar un número anterior de la RLP.

En la selección de los trabajos para publicar en esta sección se tendrá en cuenta la importancia del libro, qué tan reciente es y en qué forma puede ser útil a los psicólogos de nuestro continente.

La crítica debe hacerse a la obra, no al autor; en ningún caso la integridad científica de un escritor puede ponerse en tela de juicio en una reseña. Tampoco es preciso presentar un resumen del libro. Una evaluación no necesita ser una crítica negativa; es conveniente tener en cuenta la forma en la cual el autor enfoca los problemas, si contribuye a la clarificación de algún asunto, los tipos de lectores a los cuales se dirige el libro y la importancia de la obra desde el punto de vista de la psicología en general.

Bayés, R. (2009). *Vivir. Guía para una jubilación activa*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, 309 p.

El libro más reciente de Ramón Bayés, contiene gran riqueza de ideas, reflexiones, datos de investigación, conceptos teóricos y sugerencias prácticas. Y así como las anteriores que nos ha presentado su autor desde la década de 1970, es una obra de enorme valor. En ésta, se refiere a la última parte de la vida humana: la vejez y sus implicaciones biológicas, psicológicas y culturales.

En el mundo desarrollado, el número de ancianos es una población creciente mientras que el número de niños es cada vez menor. La expectativa de vida es más alta y el período que va de la jubilación al momento de la muerte tiende a aumentar. Hace unos decenios, las personas se jubilaban y morían a los pocos años, hoy viven 20, 30 o incluso más años después del retiro laboral. La medicina ha aumentado considerablemente la vida promedio de las personas, aunque se siguen presentando cambios no deseados: deterioro físico y mental, y sobre todo, dificultades de ajuste al fluctuante contexto social y familiar. En el mundo en desarrollo –incluida América Latina– la situación es similar. La población del mundo “envejece”, con todas las implicaciones que esto trae. Además, la cultura occidental –ya globalizada– está centrada en los jóvenes a quienes se les da mayor importancia, y no ha logrado construir “Una sociedad para todas las edades”, meta de las Naciones Unidas.

El libro comienza con el problema de la jubilación, que es obligatoria al llegar a cierta edad, la cual puede flexibilizarse, pero termina por llegar. Para las personas cuyo trabajo estuvo ligado a una institución (científicos, académicos, empleados de oficina y otros profesionales), la jubilación implica pérdida de sentido de la vida, de la estructura del tiempo y de la imagen de sí mismo. En el caso de las personas que siguen trabajando en otra institución o por cuenta propia, el momento de retirarse se posterga, pero de todos modos las dificultades existen y no es fácil adaptarse al nuevo estado de “viejo jubilado”.

El libro insiste en la plasticidad cerebral y enfatiza que no es apropiado prolongar la vida, sino evitar la muerte prematura. Lograr que las personas lleguen a viejos, no que los ancianos continúen su vida prolongada artificialmente, con déficits biológicos y conductuales. El mito de la vida eterna, en sentido biológico, es algo que el autor no comparte.

Los ancianos enfrentan muchos problemas para los cuales no están preparados: la soledad, la vivencia del paso del tiempo, las enfermedades crónicas, la indefensión, la muerte de miembros de su familia, de amigos, de compañeros, de personas con las cuales compartió la vida. A esto se suman los déficits sensoriales, ante todo auditivos y visuales, los déficits psicológicos como las dificultades con la memoria inmediata, las demencias y otros. En las familias de hoy no se tiene consideración especial con los ancianos y casi nadie pide consejo a las personas viejas como se hacía hace dos generaciones. Un gran porcentaje de ancianos vive en hogares geriátricos –que en ciertas circunstancias pueden ser una alternativa apropiada–, pero cada vez son más frecuentes.

El problema de los cuidados paliativos de la medicina y de la psicología, que buscan que los últimos años de la vida sean más llevaderos, sin que necesariamente se tenga como objetivo prolongar la existencia, el derecho a morir con dignidad, la eutanasia y el suicidio asistido, son temas que en este libro se analizan con detalle. Asimismo, también se analiza el tema de

la salud de los cuidadores, los problemas legales y financieros, y el papel de la espiritualidad en la manera de enfrentar la vejez y la muerte. Todos estos son problemas que Ramón Bayés trata magistralmente, con los instrumentos de la ciencia y con un profundo respeto y afecto por las personas implicadas.

El libro de Skinner, *Disfrutando la vejez* (original inglés 1983, traducción española 1986) recibe la atención que merece. Los aspectos prácticos asociados con la vejez, el manejo de las limitaciones de los ancianos, la estructura del espacio físico y de las actividades, se estudian con detalle y realismo utilizando los instrumentos de la ciencia. La obra de Simone De Beauvoir sobre la vejez (1970) también recibe gran atención.

En consonancia con el sentido del presente libro, Ramón Bayés presenta sugerencias prácticas para que los ancianos disfruten la vida a plenitud. Son las siguientes: (1) Simplifique su ambiente. (2) Explore y practique una actividad que lo absorba. (3) Enriquezca su vida a través de contactos con personas jóvenes, viajes, lecturas, cambios. (4) Aprenda a saborear el ahora. (5) Logre momentos de distanciamiento y de tomar perspectiva. (6) Tenga proyectos y sueños realistas. (7) Permítase momentos de distracción superficial, juegos, charlas intrascendentes. (8) Haga ejercicio en forma regular. (9) Sea generoso y trate de amar a sus semejantes. (9) Intente encontrarle un sentido a la vida y a lo que hace.

Además de ser científico y práctico, este es un libro muy personal y humano, lleno de referencias a obras literarias famosas, anécdotas, contextualizaciones en el aquí y el ahora. Es un libro para psicólogos, gerontólogos, cuidadores de ancianos, especialistas en cuidados paliativos, y para todos los hombres y mujeres que, en su recorrido vital, van a llegar o ya llegaron a la última etapa de la vida. Como dice Ramón Bayés, “Debemos intentar ser felices con lo que somos y tenemos en cada momento de la vida” (p. 259).

Rubén Ardila
Universidad Nacional de Colombia
Correo electrónico: ruben.ardila@etb.net.co

Kandel, E. R. (2007). *En busca de la memoria. El nacimiento de una nueva ciencia de la mente*. Buenos Aires: Katz Editores, 568 p.

A partir de los trabajos clásicos de Karl Lashley (1950), el estudio de las bases biológicas de la memoria se convirtió en uno de los caminos de investigación más recorrido y promisorio de la neurociencia. El aparente fracaso de Lashley en la búsqueda del engrama, mediante la utilización experimental de mamíferos (ratas, perros y primates no humanos), llevó a la búsqueda de modelos biológicos simples, especialmente invertebrados (moluscos, insectos y platelmintos). Eric R. Kandel, médico psiquiatra de origen austriaco, radicado en los Estados Unidos, seleccionó la especie de babosa marina *Aplysia californica* como modelo biológico para sus estudios de aprendizaje. A partir de los años sesenta del siglo pasado, en forma paciente fue identificando en ese organismo las neuronas y los circuitos neurales implicados en las formas de aprendizaje más simples: desde la habituación hasta el condicionamiento clásico

de reflejos de retirada. Posteriormente, sus investigaciones se encaminaron a los niveles moleculares y bioquímicos de esos mismos procesos. Este minucioso trabajo fue destacado, finalmente, mediante la concesión a Kandel del Premio Nobel de Fisiología o Medicina en 2000, junto con Arvid Carlsson y Paul Greengard, por sus descubrimientos relacionados con “la transducción de señales en el sistema nervioso”.

El libro *En busca de la memoria. El nacimiento de una nueva ciencia de la mente*, cuya primera edición en español, en 2007, por Katz Editores de Buenos Aires, es la traducción del original en inglés *In search of memory. The emergence of a new science of mind*, publicado en 2006, por la editorial W.W. Norton & Company, de Nueva York. En esta obra autobiográfica, el autor relata sus memorias con estilo elegante (vale la redundancia en un libro sobre la memoria) desde su infancia en Viena, su formación profesional como psiquiatra y psicoanalista, y su recorrido científico como investigador de los fundamentos biológicos de la memoria, junto con su visión futura sobre el campo.

La obra, de 568 páginas, consta de un corto prefacio y treinta capítulos agrupados en seis partes. En el Prefacio, Kandel afirma que “[...] la comprensión de la mente humana en términos biológicos se ha transformado en la tarea científica fundamental del siglo XXI”, y, cómo, a partir del desarrollo de la biología molecular, ha surgido una nueva ciencia de la mente que no solo aclara nuestro propio funcionamiento sino que, además, nos ubica en la perspectiva de la evolución biológica. Considera que esta disciplina ocupará, en el siglo XXI, el lugar destacado que tuvo la biología del gen en el siglo XX.

En la parte UNO, el autor nos introduce en el ambiente familiar de su niñez en el seno de una familia judía, que padece, en forma progresiva, los rigores de la persecución nazi, su viaje a los Estados Unidos, sus estudios en ese país y su ingreso a la Facultad de Medicina en 1952 con la intención de dedicarse al psicoanálisis (influido por las lecturas de su coterráneo Sigmund Freud), y, al final de sus estudios de medicina, por la fuerte motivación hacia el estudio de la biología del cerebro.

La parte DOS, muestra el inicio de su carrera como investigador en la Universidad de Columbia, la imposibilidad técnica de afrontar los fundamentos biológicos de la teoría estructural freudiana y la necesidad de dedicarse al estudio de neuronas únicas. Esto lo lleva al encuentro del que sería su modelo clásico de investigación: la babosa marina *Aplysia*.

En la parte TRES, Kandel relata su estancia en París en los años 1962 y 1963, bajo la dirección de Ladislav Tauc, experto en el estudio electrofisiológico de neuronas del ganglio abdominal de *Aplysia*. Posteriormente regresa a los Estados Unidos y realiza su especialización en Psiquiatría en Harvard, para luego retornar a la Universidad de Columbia, donde desarrolla la línea de investigación biológica del aprendizaje en *Aplysia*.

En la parte CUATRO relata el inicio y desarrollo de los estudios genéticos y moleculares del aprendizaje y de la memoria en *Aplysia* y, en la parte CINCO, la pertinencia de sus hallazgos experimentales para el desarrollo de futuros fármacos que puedan ser utilizados en pacientes con trastornos del aprendizaje y de la memoria, como los afectados por la enfermedad de Alzheimer. Destaca la importancia de la psicoterapia y plantea que “[...] el hecho de utilizar la biología juntamente con ideas psicoanalíticas insuflará nuevas fuerzas a la psiquiatría

dentro de la medicina”. Dedicar el capítulo final de esta parte a breves comentarios sobre la conciencia y los planteamientos contemporáneos de la filosofía de la mente.

El libro culmina con la parte SEIS, donde describe los episodios de la recepción del Premio Nobel, las ceremonias en Estocolmo, su regreso a Viena para redescubrir su ciudad natal y, finalmente, sus perspectivas acerca de lo que puede ser en el futuro, lo que él ha denominado la nueva ciencia de la mente.

Esta obra de Eric Kandel no solamente ilustra sobre su carrera científica y su vida personal; también, nos enriquece de una manera erudita, sobre lo que ha sido la historia de la investigación biológica del aprendizaje y de la memoria en los últimos 80 años. La traducción de Elena Marengo es excelente y permite al lector recorrer con agrado una a una las 568 páginas del texto. Otro mérito de este libro es que su contenido está al alcance de los lectores no expertos en el tema. La obra deberá ser texto básico de los interesados en el tema, especialmente neurocientíficos, psicólogos, psiquiatras y psicoanalistas.

Carlos Moreno Benavides
Universidad del Rosario (Colombia)
Correo electrónico: camoreno@urosario.edu.co

Referencia

Lashley, K. S. (1950). In search of the engram. *Symposia of the Society for Experimental Biology*, 4, 167-179.

Martin, R. A. (2008). *Psicología del humor: un enfoque integrador*. Madrid: Orión, 642 p.

Los que dicen: “El humor no debe tomarse en serio”, se equivocan, y un ejemplo de ello es el libro *Psicología del humor*, que muestra cómo el humor es un concepto ampliamente investigado desde muchos matices relacionados con la psicología. Como en la mayoría de los textos sobre este tema, el autor se encuentra con la paradoja de escribir sobre el humor un texto que no es divertido. Pero entendiendo que el propósito del autor es mostrar la complejidad del estudio del humor y sus relaciones con la psicología, es de esperar que este texto alimente la expectativa académica del investigador.

“Nada prende tan pronto unas almas de otras como esta simpatía de la risa”, decía el dramaturgo español Jacinto Benavente. Con esta frase hace alusión a una de las funciones sociales más importantes del humor: la cohesión del grupo. La risa se prende, como contagio de una carcajada y de esta forma genera un impacto en el cerebro y en la vida. Este y muchos temas más, son algunos de los que Rod A. Martin trabaja en este libro traducido por María de los Ángeles Fernández Escudero.

Para revelar las conexiones entre el humor y la psicología, Martin hace el siguiente recorrido en su libro: en los primeros tres capítulos, identifica elementos históricos del estudio del humor y resume las principales teorías que lo explican. En los capítulos 4 al 8, se centra en las distintas áreas de la psicología, y encuentra conexiones entre la psicología cognitiva, la psicología social, la psicología biológica, la psicología de la personalidad y la psicología del desarrollo. Los capítulos 9, 10 y 11 se dedican al impacto o influencia del humor en la salud, y a las diversas aplicaciones del humor en los ámbitos clínico, educativo y laboral. Esta reseña agrupa los contenidos en tres partes: la primera, resume la historia y las explicaciones del humor correspondientes (capítulo 1 a 3), la segunda, resume la relación entre las áreas de la psicología y el humor (capítulos 4 al 8), y por último, se vincula la influencia del humor en la salud y sus aplicaciones (capítulos 9 al 11).

Historia y explicaciones sobre el humor. No se puede hablar del humor sin antes definirlo. El humor se considera una “[...] respuesta emocional de hilaridad dentro de un contexto social, provocada por la percepción de la incongruencia lúdica, que se expresa por medio de la sonrisa y la risa” (p. 35). De esta definición se puede inferir que el humor está referido al contexto social y que se compone de elementos cognitivos (dados por la incongruencia), emocionales (dados por la hilaridad) y conductuales (dados por la risa).

La historia del estudio del humor se remite a los griegos, especialmente a Hipócrates, quien consideraba que la salud se producía por el equilibrio de los humores del cuerpo. Frases como ‘Está de buen humor’ o ‘Está de mal humor’, son rezagos de la explicación hipocrática. Este médico griego ubicaba el mecanismo fisiológico de la risa en algún lugar del pecho, y narra el caso de Ticón, el cual, herido por una flecha en el pecho, fue víctima de risa convulsiva. De su relato concluye que el mecanismo de la risa se ubica en el pecho (Fernández, 1997). Después de los griegos, el concepto de humor se vinculó a lo demoníaco y se consideró que las personas que reían manifestaban un rasgo de personalidad desequilibrada asociado con las desviaciones sociales. Por ejemplo, el poeta francés Baudelaire (1988) asegura que “El Verbo Encarnado, nunca ha reído. A los ojos de aquel que todo lo sabe y todo lo puede, lo cómico no existe. Y, sin embargo, el Verbo Encarnado ha conocido la cólera, ha conocido incluso el llanto” (p. 18). Por tanto, la risa debe acompañar al demonio y es más, afirma que “[...] lo cómico [es] uno de los más claros signos satánicos del hombre” (Baudelaire, 1988, p.18). Si se mira con recelo la risa como una manifestación del cuerpo y del demonio, como una liberación transitoria y signo de rebeldía, esta pasa a ser relevante en la forma como se instalan mecanismos de poder y control en los pueblos colonizados. Entonces, todas las manifestaciones de alegría de los esclavos negros, de mestizos y mulatos, eran amenazantes para instalar la cultura cristiana en las Américas y, sobre todo, influir negativamente en el comportamiento civilizado del europeo.

Posteriormente, el humor se asoció con lo ridículo, dándole un significado aproximado al de nuestros días. Lo ridículo era la visión de un arte verbal generalmente aceptable, y la capacidad de interpretar este ridículo se vinculó con el ingenio y la inteligencia. Como lo señala Cacho (2007), el cortesano ideal del Renacimiento es quien sabe manejar con destreza las burlas sin caer en lo vulgar. De este modo demuestra cultura e inteligencia fina. Lo mismo sucede con la visión actual, en la que la tarea de divertir a otros requiere de la preparación de este “arte verbal” y es asumida por profesionales en la materia.

Después de mencionar algunos de los antecedentes históricos, pasaré a explicar las teorías que explican el humor. Principalmente, al humor lo han explicado cinco teorías: 1) teoría psicoanalítica 2) teoría de la superioridad o menosprecio, 3) teoría de la excitación 4) teoría de la incongruencia, y 5) teoría de la inversión. Así que para dar un toque más ameno a este relato, se considera el siguiente chiste:

Era una suegra tan mala, tan mala, tan mala que en su tumba pusieron: “Aquí descansa ella, pero en casa descansamos todos”.

La teoría psicoanalítica señala que el propósito del humor es descargar la tensión nerviosa excesiva y que, cuando esa tensión se acumula, debe ser liberada en formas socialmente aceptables. En este caso, el chiste expuesto revela los impulsos agresivos del protagonista por su suegra. La teoría de la superioridad enfatiza en el uso del humor para agredir, y como una forma de demostrar poder y superioridad. En el caso del chiste anterior, no se expresa claramente el uso de la superioridad, pero sí se percibe la burla para demostrar que “las suegras” pertenecen a un mundo distinto. Burlarse de otros es una forma de demostrar que ellos pertenecen a un grupo distinto y, al mismo tiempo, inferior. La tercera teoría explica el humor por su placer excitatorio a nivel fisiológico: cuando una persona escucha un chiste, la excitación se eleva por su relación con las variables colativas (variables relacionadas con el goce estético). Este incremento en la excitación producto de la percepción de la situación humorística se experimenta como placentero. Nuevamente, en el caso del chiste, este se disfruta al final como resultado de la excitación fisiológica que lo acompaña y que se manifiesta en risa. Cuando el chiste se resuelve o se cuenta su desenlace, disminuye la excitación. El cambio entre el momento de mayor excitación y el de menor excitación, es lo que produce la sensación de disfrute del chiste.

En la cuarta teoría, el humor se explica como producto de una situación de disociación según Koestler (1964, citado por Martín, 2008). Este fenómeno ocurre cuando una situación o idea se percibe desde dos marcos de referencia consistentes, pero incompatibles entre sí. A propósito del chiste sobre la suegra, se plantean dos puntos de vista: el descanso que acompaña a la persona que fallece producto del duelo, y el descanso porque han cesado los conflictos con la suegra. Por último, la teoría de la inversión considera que el humor es entendido como una actividad lúdica, que crea un mundo privado, que protege a las personas y les da seguridad psicológica. Este mundo difiere de la realidad, por lo que permite aislarnos de lo cotidiano. Según Apter (citado por Martín, 2008), este mundo se caracteriza porque no se tiene un objetivo particular, sino que permite el juego y las cosas no serias, además, en este mundo las cosas se disfrutan en sí mismas y es más motivante que el mundo real. El chiste plantea el mundo lúdico, donde toda realidad es posible y se disfruta como quien disfruta un juego.

El humor desde distintas áreas de la psicología. En los capítulos 4 al 8, Rod A. Martín, hace un recorrido por la relación del humor con la psicología cognitiva, con la psicología social, con la psicología biológica, con la psicología de la personalidad y con la psicología del desarrollo.

Las distintas formas de humor, enfrentan a la persona con la incongruencia, de allí que la *psicología cognitiva* trate de explicar cómo se da esta incongruencia a partir del concepto de esquema. Cuando se escucha un chiste, se activa un guión (una forma de esquema) que

permite dar sentido a la información que entra, pero cuando el chiste termina, se busca otro esquema que tenga más sentido para resolver la incongruencia.

El humor, visto desde la *psicología social*, se reconoce como una forma de juego que contiene elementos cognitivos, emocionales y expresivos. El componente cognitivo está dado por la incongruencia, el componente emocional por la hilaridad y el expresivo por la risa. En cada uno de ellos hay participación de la dimensión social, ya que la incongruencia está relacionada con lo que la gente dice o hace, la emoción de la hilaridad se comparte con otros y la risa comunica la hilaridad. En este capítulo se mencionan algunas funciones sociales del humor:

- Puede ser una forma de evitar situaciones socialmente amenazadoras, y ser una buena táctica para protegerse de sí mismo y de los otros.
- Se usa para sondear actitudes y opiniones sobre diversos temas políticos o religiosos.
- Puede promover el ataque a personas con estatus de “vacas sagradas” y rebelarse contra las normas sociales.
- Es una forma de comunicar reglas implícitas, especialmente cuando se usa la ironía y el sarcasmo en los grupos sociales, o se ridiculiza a otros como una forma de aclarar lo que se considera aceptable dentro del grupo.
- Refuerza el estatus y la jerarquía en un grupo, ya que las personas con más estatus recurren al humor para afianzar su poder e influencia sobre los otros.
- El humor es una forma de obtener aprobación y aceptación de los otros.
- Es una forma de reforzar los lazos sociales y de dar identidad a un grupo, ya que las personas que pertenecen al grupo tienden a reírse de las mismas cosas y a identificarse con el mismo tipo de situaciones graciosas.

En cuanto a la relación del humor con la *psicología biológica*, se encuentra que la risa está presente en otras especies de mamíferos como los chimpancés, y que tanto en estas especies como en la de los humanos está asociada con el juego. Es en esta situación que se expresa como una forma de alegría (hilaridad). Los chimpancés también parecen disfrutar de “la cara de juego” que se relaciona con la risa; estos primates jóvenes invierten muchas horas en luchas fingidas, persecuciones y forcejeos como una forma de preparar varias funciones corticales y desarrollar destrezas semejantes en contextos más serios como los que se les presentarán cuando crezcan. El juego cumple un papel en la supervivencia de la especie, de allí se deriva la teoría de ampliación y construcción de Bárbara Fredrickson propuesta en el 2001 (citado por Martin, 2008). Una de las funciones de las emociones positivas, como el caso del humor, es ampliar el alcance del foco de atención del individuo y permitirle una resolución creativa de problemas para incrementar sus respuestas y ayudarlo a construir nuevos recursos para enfrentar con éxito los desafíos que la vida le plantea. Lo que esta teoría explica, también se relaciona con la *psicología del desarrollo*, ya que al estudiar la forma como el niño aprende y entiende el humor, va a desarrollar su propio sentido de lo que es divertido, y esta interpretación contribuye al desarrollo de recursos para afrontar situaciones difíciles. La explicación sugerida por Fredrickson es una de las formas en que hoy se explica el desarrollo de la conducta resiliente. Como lo menciona Greco, Morelato e Ison (2006), la persona, al tener un nuevo arsenal de recursos producto de la experimentación de emociones positivas, puede familiarizarse con conductas saludables que lo protegen ante situaciones de estrés, y como propone Fredrickson, experimenta tres tipos de efectos: el efecto ampliación,

el efecto de construcción y el efecto de transformación. Los dos primeros efectos ya fueron explicados anteriormente, pero el tercero, el de transformación es el más importante, ya que aumenta la creatividad, y ayuda a la persona a sentirse más integrada socialmente, redundando en su propia calidad de vida y en su bienestar.

Las explicaciones al sentido del humor desde la *psicología de la personalidad*, señalan que es posible que el humor se relacione con rasgos de personalidad como la inteligencia, la simpatía y la creatividad. Con el avance de la investigación referente a los efectos del humor sobre la salud física y psicológica, se ha demostrado que el humor en sí mismo no siempre cumple una función positiva. En un estudio, Puhlik, Larsen, Gray y Weir (citados por Romero y Cruthirds, 2006) desarrollaron un modelo teórico en el cual diferencian cuatro estilos de humor según las funciones que cumplen: dos son considerados adaptativos o benignos (afiliativo y de mejoramiento personal) y dos desadaptativos o perjudiciales (agresivo y auto-descalificador). Humor de afiliación, como la tendencia a decir cosas para divertir a otros y facilitar las relaciones interpersonales; el humor de auto-afirmación como la tendencia a mantener la mirada humorística ante la adversidad. Estos dos estilos se consideran potencialmente sanos y benéficos. En una tercera dimensión, se encuentra el humor agresivo como la tendencia a manipular o criticar a otros y, por último, el humor auto-demoledor, que supone el uso del humor al referir expresiones despectivas y ridiculizándose a sí mismo. Como se puede notar, los dos últimos estilos son perjudiciales y poco sanos. Dependiendo de la situación, se utilizan estilos adecuados para el momento inmediato. Por ejemplo, en las organizaciones, el humor cumple una función vital para transmitir los valores organizacionales, para reforzar el liderazgo y disminuir la distancia entre jefe y empleado, entre otras muchas funciones (Romero y Cruthirds, 2006).

El humor, la salud y aplicaciones. En los últimos tres capítulos se encuentra la relación del humor con la salud mental y física, y las aplicaciones del humor en contextos terapéuticos, educativos y laborales.

En términos generales, el humor es beneficioso para la salud física y mental. En cuanto a la salud física está muy conectado con los beneficios de la risa. Por ejemplo, la risa mejora la capacidad pulmonar y las carcajadas tienen el mismo impacto físico que el ejercicio aeróbico. Otros mecanismos del humor que pueden generar una influencia positiva en la salud son:

- Mecanismos emocionales que producen la emoción de la hilaridad: esta viene a ser regulada por el sistema límbico y otras partes del cerebro, también existe evidencia de la producción de opioides durante el juego.
- Mecanismos cognoscitivos asociados con el estrés: el humor tiene un efecto moderador del estrés y permite interpretar humorísticamente los eventos de la vida.
- Mecanismos interpersonales: se usa el humor como una forma de enfrentar conflictos interpersonales.
- Mecanismo conductual: el humor se asocia con un estilo de vida saludable.

El humor tiene un impacto en la salud mental ya que promueve y eleva los estados de ánimo positivos. Por ejemplo, Moran (citado por Martín, 2008) realizó una investigación en la que expuso a los participantes a una película cómica durante cuatro minutos, lo cual disminuyó los sentimientos de ansiedad. Relacionado con lo mencionado anteriormente sobre los estilos

del humor, no todos son sanos o promueven la salud mental. Este es el caso del humor agresivo y auto-demoledor, considerados potencialmente insanos. Una segunda forma en que el humor puede afectar la salud mental, es utilizándolo como una forma para afrontar el estrés. Experimentos demuestran esta relación (humor- afrontamiento) al incluir películas con escenas dolorosas, en las que los participantes crean activamente una historia graciosa para tal evento, produciendo en ellos, según sus auto-informes, estados de ánimo más positivos y una excitación fisiológica no relacionada con el estrés. Para afrontar las situaciones cotidianas, el humor desempeña un papel protector ya que los individuos con alto sentido del humor suelen tener apreciaciones cognitivas realistas, flexibles y menos amenazadoras en espacios potencialmente estresantes.

En el último capítulo del libro, Martín propone algunas aplicaciones del humor en el campo de la clínica, de la educación y de los entornos laborales. Son diversas las aplicaciones en cada área y hay muchas más por explorar, pero se pueden mencionar:

1. En el área de la clínica, especialmente en la psicoterapia, se encuentran terapias basadas en el humor como *La terapia racional emotiva de Ellis*, la *Terapia provocativa de Farelly* y la *Terapia de elevación natural de O'Connell*. La terapia racional emotiva, usa el humor de forma agresiva y hostil; la terapia provocativa sostiene que si el cliente no se ríe durante una buena parte del encuentro, el terapeuta no está haciendo terapia provocativa, y en la terapia de elevación, se presentan diversas técnicas experienciales que ayudan a la auto-realización siendo el humor una de ellas. El humor, en sí mismo, puede utilizarse como técnica terapéutica y ha demostrado ser efectivo en el caso de los pacientes con fobias, depresión y ansiedad, relacionado especialmente con la técnica de intención paradójica. El humor, en psicoterapia, no consiste en contar chistes a los pacientes, sino en ayudarles a asumir una nueva actitud, conducta o filosofía. Por lo que cuando el paciente se ríe con su terapeuta, le incluye en el grupo de relaciones humanas; le brinda afecto, entendimiento, apoyo diálogo y juego, y le ubica en una realidad compartida. basada en la igualdad (Muñiz, 2001).
2. El humor, en el ámbito educativo, se ha trabajado especialmente en el salón de clase y se ha comprobado que utilizarlo reduce la ansiedad, el estrés y aburrimiento. Pero hay poca investigación empírica que dé más luces sobre su uso en el aula de clase. Sin embargo, parece tener efectos en la inmediatez de las respuestas y disminuir la distancia psicológica entre profesor y estudiante. El humor relacionado con el proceso de aprendizaje, se ha visto asociado a la memoria, al parecer, el material humorístico se recuerda más fácilmente siempre y cuando el humor esté asociado a información relevante para el curso. En cuanto a los libros de texto, hay poca evidencia que el uso del humor mejore el aprendizaje de los estudiantes aunque sí hace el libro más agradable para su trabajo.
3. El humor en el ámbito laboral es positivo cuando se vincula con la cooperación, la comunicación en situaciones amenazantes y los valores de la organización. Es negativo cuando se utiliza como una forma de acoso a menudo relacionado con chistes intimidantes de tipo racial o discriminatorio.

En este amplio recorrido de investigación, Martín da sugerencias y explicaciones útiles para seguir investigando con seriedad sobre la risa, sobre la ironía, sobre la comicidad, sobre la hilaridad y sobre la incongruencia que acompaña el humor. Con estos elementos básicos

construye un plano de las rutas posibles de la investigación en el futuro inmediato. Este libro, se convierte entonces, en una obra de consulta obligada para quienes emprenden el camino de conocer el humor de una forma profunda, con el apoyo de la investigación empírica.

Mónica Reyes Rojas
 Universidad del Rosario (Colombia)
 Correo electrónico: moniqueens@gmail.com

Referencias

- Baudelaire, C. (1988). *Lo cómico y la caricatura*. Madrid: Visor.
- Cacho Cabal, R. (2007). El ingenio del arte: introducción a la poesía burlesca del siglo de Oro. *Revista Crítico*, 100, 9-26.
- Gil Fernández, L. (1997). La risa y lo cómico en el pensamiento antiguo. *Cuadernos de Filología Clásica: Estudios Griegos e Indoeuropeos*, 7, 29-54.
- Greco, C., Morelato, G. S. & Ison, M. S. (2006). Emociones positivas: una herramienta psicológica para promocionar el proceso de resiliencia infantil. *Psicodebate*, 7, 81-94.
- Romero, E, J. & Cruthirds, K. W. (2006). The use of humor in the workplace. *Academy of Management Perspectives*, 20 (2), 58-69.
- Muñiz, L. (2001). El humor como proceso de comunicación terapéutica. *Interpsiquis*, 2. Recuperado el 8 de abril de 2010, de: <http://www.psiquiatria.com/2558>.

Silzer, R. & Dowell, B. (Eds). (2010). *Strategy-driven talent management*. San Francisco, CA, EE.UU.: Jossey-Bass, xiv + 881 p.

Este libro es una publicación de la *Sociedad para la Psicología Industrial y Organizacional*, editado por Rob Silzer y Ben Dowell, doctores en Psicología industrial y organizacional de la Universidad de Minnesota en Estados Unidos. La obra es un importante aporte en la clarificación del papel del gestor del talento en la era del talento estratégico.

Desde mi perspectiva, hemos pasado por tres eras en la concepción de la gestión de personas en la organización. En la primera, llamada administración de personal, el objetivo era que las organizaciones cumplieran con todos los aspectos de ley establecidos para los trabajadores. En este marco, el rol del psicólogo era restringido y los abogados eran los líderes. En la segunda era, conocida como administración de los recursos humanos, las personas empezaron a considerarse valiosas por sus aportes a la organización. En este contexto, los psicólogos entraron a competir con otros profesionales y se ganaron un lugar en las entidades como especialistas en procesos de selección, evaluación del desempeño, capacitación y clima organizacional. Infortunadamente, la conexión entre estos procesos y la estrategia organizacional era débil y la función de recursos humanos no era valorada por la alta dirección. Era frecuente que los profesionales de recursos humanos no conocieran la misión, visión y objetivos organizacionales con el argumento de que ello no hacía parte

de su rol profesional. A nivel de estructura, los recursos humanos se concebían como un recurso más y dependían de la dirección administrativa o su equivalente.

En la tercera era, la de la gestión estratégica del talento, el objetivo es alinear personas con estrategia organizacional. En palabras de los editores, la era de la gestión estratégica del talento tiene las siguientes características: está impulsada por la estrategia del negocio, está integrada a los demás procesos organizacionales, se entiende como una práctica nuclear organizacional y está fundamentada en el concepto de talento. Procesos como selección y capacitación cobran valor en tanto contribuyen a la contratación y actualización permanente de las personas para que aporten al logro de los objetivos corporativos. Por esta razón, a nivel estructural la gestión del talento toma el rol de asesor directo de la alta dirección, al mismo nivel de finanzas, administración y mercadeo. Este enfoque tiene implicaciones importantes tanto para el quehacer profesional como para la formación del psicólogo organizacional latinoamericano. Por ejemplo, en la mayoría de los planes de estudio actuales en Psicología organizacional, está ausente el desarrollo de la competencia *pensamiento estratégico*, la cual es indispensable para el éxito de los profesionales en la era de la gestión estratégica del talento. Todavía es frecuente que la formación de los psicólogos enfatice en la administración de herramientas y programas, y no en la aplicación de teorías y resultados de la investigación al desarrollo del potencial humano en entornos organizacionales.

El libro se estructura en cinco partes. La primera presenta los fundamentos de la gestión del talento; la segunda documenta buenas prácticas relacionadas con la atracción, retención, evaluación, desarrollo y compromiso del talento; la tercera discute algunos aspectos críticos del campo como el desarrollo de capacidades organizacionales y la medición de la función de la gestión del talento; la cuarta presenta cinco estudios de caso: PepsiCo, Microsoft, Home Depot, Allstate y Cargill; la quinta muestra direcciones futuras para la práctica e investigación en la gestión del talento al igual que una bibliografía comentada de 58 referencias en el área.

En la parte dedicada a fundamentos, se discute que el talento incluye factores innatos y aprendidos. En contextos organizacionales, talento hace referencia a lo que las personas son capaces de hacer para contribuir al logro de la estrategia. El término también se utiliza para un grupo de personas que tiene habilidades excepcionales, y en algunos casos para referirse al total de los empleados. En el libro, la gestión del talento tiene que ver con procesos, programas y normas culturales diseñadas para atraer, desarrollar y retener a las personas, con el propósito de lograr los objetivos estratégicos de la organización y responder a las necesidades futuras del negocio. La gestión del talento integra negocio, personas, procesos y cultura organizacional.

En relación con prácticas claves en la gestión del talento, en el libro se incluyen aspectos dedicados a la atracción, evaluación, desarrollo de personas, y al cambio conductual. Se propone que la organización necesita identificar la estrategia de adquisición de talento que mejor apoye la estrategia corporativa. Adicionalmente, la organización debe crear una propuesta de valor para quienes laboran en la entidad, la cual haga parte de las características de la marca. En relación con el desarrollo del talento, se sugiere una tipología de cuatro categorías: habilidades individuales, socialización de la visión y valores corporativos, iniciativas de liderazgo estratégico y de aprendizaje. Al mismo tiempo, se enfatiza en el valor de la experiencia previa del trabajador y en la dinámica del trabajo como facilitadores del desarrollo de los individuos.

Un tema crítico en la gestión del talento es la necesidad de las organizaciones de tener personas que cuenten con las competencias para desarrollar productos y servicios innovadores. Se hace una distinción entre capacidades organizacionales y experticia funcional. El primer concepto se refiere a una combinación de estructura, procesos, herramientas, tecnología y personas para ejecutar la estrategia de una organización. El segundo concepto tiene que ver con el conocimiento y habilidades que requiere una persona para realizar su trabajo. La experticia funcional es la base para crear la ventaja competitiva de la organización. En este contexto, un tema crítico es la evaluación del talento, la cual debe ser tanto estratégica, es decir, basada en la visión organizacional, así como práctica, o sea basada en la identificación de los factores de éxito de procesos y programas de la gestión del talento.

La parte cuatro presenta experiencias exitosas de varias compañías en la gestión del talento. Lo que tienen en común estas empresas es el valor que atribuyen a las personas. PepsiCo, por ejemplo, propone un modelo que enfatiza en el desarrollo de sus trabajadores. Microsoft expone un modelo de gestión del talento con los siguientes principios: enfoque sistémico, evaluación y desarrollo planeados de forma rigurosa, *feedback* frecuente y metas dinámicas. Por su parte Home Depot se caracteriza por su programa de desarrollo de líderes, así como por tener una política de acompañamiento del talento. Para Allstate son las personas quienes implementan la estrategia y por esta razón la empresa está comprometida con decisiones que fortalecen el talento. Cargill plantea que el alto desempeño organizacional demanda altos estándares del talento. Por lo tanto, la compañía se preocupa por crear estrategias para el desarrollo de las personas y por formar líderes que inspiren y faciliten el compromiso de sus colaboradores.

En la quinta parte, se presentan direcciones futuras para la práctica e investigación de la gestión del talento. Algunos de los retos del campo son: la alineación de sus programas con la estrategia y normas organizacionales, el apoyo de la alta dirección a un enfoque de talento, la capacidad de responder a los cambios frecuentes del entorno y la introducción de herramientas para la medición del retorno de la inversión en el talento. Algunas preguntas de investigación futura que se sugieren en el libro son: ¿cuáles son factores claves para una estrategia basada en talento?, ¿cómo medir el impacto de programas y prácticas de gestión del talento?, ¿cómo influye la cultura organizacional en la gestión del talento?, ¿qué estrategias basadas en talento son más efectivas, en qué condiciones y para qué tipo de organizaciones?, ¿cuáles son las características del talento y las condiciones organizacionales que, combinadas, crean nuevas oportunidades de negocio?, y, ¿por qué el talento responde mejor en unos contextos que en otros?

En conclusión, el libro es un gran aporte al entendimiento de la gestión estratégica del talento, entendida como la alineación entre estrategia organizacional y personas. En América Latina este texto aporta ideas para transformar programas y oficinas de recursos humanos en programas y oficinas de gestión del talento. Sólo en la medida en que psicólogos y otros profesionales sean conscientes de la necesidad de pasar de un enfoque de administradores de recursos a uno de facilitación del desarrollo del talento para el logro de los objetivos actuales y necesidades futuras de las organizaciones, entonces empezará a cobrar importancia el rol de los resultados de investigación en Psicología organizacional y en comportamiento organizacional. La gestión del talento se nutre de los avances en el entendimiento de la conducta humana en entornos organizacionales y, a la vez, retroalimenta a la academia

sobre los temas que ameritan ser investigados. De esta forma, el libro es un manual de consulta para profesionales y líderes en recursos humanos y gestión del talento, así como para investigadores.

Delio Ignacio Castañeda Z.
Universidad Javeriana (Bogotá, Colombia)
Correo electrónico: delio.castaneda@javeriana.edu.co

Von Hagen, V. (1946/2008) *Grandes naturalistas en América: Suramérica los llamaba*. Bogotá: Distribuidora y Editora Aguilar, Altea, Taurus y Alfaguara., S.A. 373 p.

Más de medio siglo después de su primera impresión, y en el marco del bicentenario de la muerte de uno de los personajes más importantes de la Expedición Botánica, José Celestino Mutis, la editorial Taurus decide re-editar el libro *Grandes naturalistas en América*. Dicho texto anima al lector, a partir de la vida de cuatro exploradores, a hacer un viaje por la historia del continente sudamericano desde la Colonia hasta el auge del caucho en Brasil.

Entre estos cuatro *exploradores-naturalistas*, expresión utilizada con frecuencia por el autor para referirse a estos personajes, encontramos a Charles Marie de la Condamine, quien a raíz de la controversia existente entre los newtonianos o partidarios de la tierra achatada, y los cassinistas o partidarios de la tierra alargada, es enviado al Ecuador para medir un arco del meridiano y realizar experimentos sobre la fuerza de la gravedad en el mismo sitio. Dicha expedición duró ocho años y estuvo rodeada de anécdotas, como la odisea de Mme. Godin a lo largo del Amazonas buscando a su esposo Jean Godin, quien formaba parte del equipo de La Condamine; los experimentos con la sal y el azúcar como antídotos para el veneno indígena *curare*, y la presentación del árbol de caucho en el viejo mundo. Es importante tener en cuenta que La Condamine nunca perdió de vista su objetivo principal, pero como buen científico, siempre inquieto por entender las maravillas que se presentaban ante sus ojos, documentó y exploró todo lo que veía montado en su caballo.

El siguiente personaje que forma parte de esta historia es Alexander Von Humboldt, quien luego de leer los textos de La Condamine, se apasiona por el interrogante de este último respecto a la ubicación del punto de unión entre el río Orinoco y el río Negro. Es así como, en 1799, Alexander von Humboldt y Aimé Bonpland zarpan a bordo del *Pizarro* hacia el Nuevo Mundo, donde pasarían los próximos 5 años de sus vidas recorriendo los actuales territorios de Venezuela, Colombia, Ecuador y Perú. Las observaciones realizadas durante este viaje pertenecen a diversas áreas del saber. Cabe destacar la botánica, con el descubrimiento del *palo de vaca* (*Artocarpus*), una especie vegetal desconocida en Europa que, al ser cortada, producía una savia similar en color, textura y sabor a la leche de vaca; la fisiología y el comportamiento animal, con la descripción de las estructuras que hacían posible la producción de electricidad y los estímulos que originaban esta conducta en las anguilas eléctricas (*Electrophorus electricus*). Estos dos casos solo constituyen un breve ejemplo del gran aporte a la ciencia en general que significó el viaje de Humboldt por el continente suramericano.

La tercera parte de este texto hace referencia al viaje de Charles Darwin a bordo del *H.M.S. Beagle* por la Patagonia, Tierra de fuego, Brasil, Chile, Perú y las Islas Galápagos. Darwin, tiempo después de leer el texto de Alexander Von Humboldt, *Personal Narrative of Travels to the Equinoxial Regions of America during the years 1799-1804*, obra que recapitula los hechos vividos por el autor durante su viaje por la región ecuatorial, desarrolla una profunda admiración por el escritor y desea ver los paisajes descritos por éste. Este hecho tuvo como consecuencia la aceptación por parte de Darwin de la oferta realizada por el capitán Fitzroy para embarcarse en una aventura de cuatro años durante los cuales refutaría la idea preponderante en la época respecto a la creación divina del mundo y recogería datos centrales para la elaboración de su teoría de la evolución por medio de la selección natural.

La cuarta y última parte del este libro se centra en la historia del primer naturalista profesional, según Von Hagen, que visitaba Sudamérica: Richard Spruce. Este personaje fue, durante varios años, maestro de una escuela local hasta 1839, cuando se publica el tercer volumen del libro *Narración del viaje topográfico de los buques de la marina británica Adventure y Beagle*. Este volumen hacía referencia al diario de Charles Darwin, e inspiró a Spruce a realizar lo mismo que hizo Darwin en la zoología, pero para la botánica. Durante la travesía de este botánico conocería la bonanza del caucho en la ciudad de Manaos, Brasil, y le permitiría hacer una amistad que lo acompañaría durante su vida con un científico que más adelante compartiría escenario con Darwin, Alfred Russell Wallace.

Grandes naturalistas en América, ofrece de manera explícita y clara la relación temporal e histórica existente entre estos cuatro personajes, y enfatiza el hecho de que las preguntas que guiaron a las expediciones posteriores surgieron a partir de los resultados de los viajes de científicos anteriores. Este podría ser uno de los aspectos más llamativos del texto, ya que ubica efectivamente al lector y hace que éste comprenda la naturaleza y origen de los problemas científicos de la época en su totalidad. Otro aspecto importante del libro de Von Hagen, es que la manera como se encuentra escrito hace que sobrepase a los demás textos históricos haciendo de éste un libro muy fácil de leer y que, siguiendo la línea de los libros que inspiran la exploración e investigación, hace que quien lo lee desee conocer más sobre estos *exploradores-naturalistas* y recurra a las fuentes primarias.

Esta obra adquiere un papel preponderante en la historia al mostrar, de manera acertada, cómo cuatro personajes de diferentes épocas, edades y zonas geográficas, logran hacer grandes aportes a diversas áreas del conocimiento a partir de un interés tan básico como es la observación. Más específicamente, *Grandes naturalistas en América*, se convierte, por lo menos inicialmente, en un texto de consulta primordial para todos aquellos psicólogos comparados que se encuentren interesados en la historia de esta disciplina, ya que es una fuente muy útil cuando existe la necesidad de contextualizar los aportes de naturalistas similares a Charles Darwin, atraídos por el estudio del comportamiento animal dentro del movimiento exploratorio dominante en los años posteriores a la Colonia del continente sudamericano.

La importancia de este texto para los estudiosos del comportamiento no se limita a su contextualización. Adicionalmente, este libro abre los ojos de los psicólogos comparados respecto a las múltiples fuentes disponibles para el estudio de la historia del comportamiento animal en Suramérica. Gracias a este texto, es posible conocer los escritos realizados no exclusivamente por los naturalistas aquí descritos, sino por aquellos que estuvieron involucrados

con éstos, como es el caso de Francisco José de Caldas, Félix de Azara y Fray Juan de Santa Gertrudis, entre otros.

Todos estos naturalistas, y muy seguramente otros aún desconocidos, tienen inmensos aportes que hacer a los profesionales dedicados a hacer historia de la psicología comparada, y como sucedió con el continente suramericano, están esperando a ser descubiertos por personas que quieran romper con la tradición de hacer historia a partir de los aportes europeos y norteamericanos, y se decidan a rastrear los antecedentes de esta ciencia en territorios inhóspitos pero ricos en conocimiento.

Natalia Ramírez
Universidad Nacional de Colombia
Correo electrónico: naramirezl@unal.edu.co