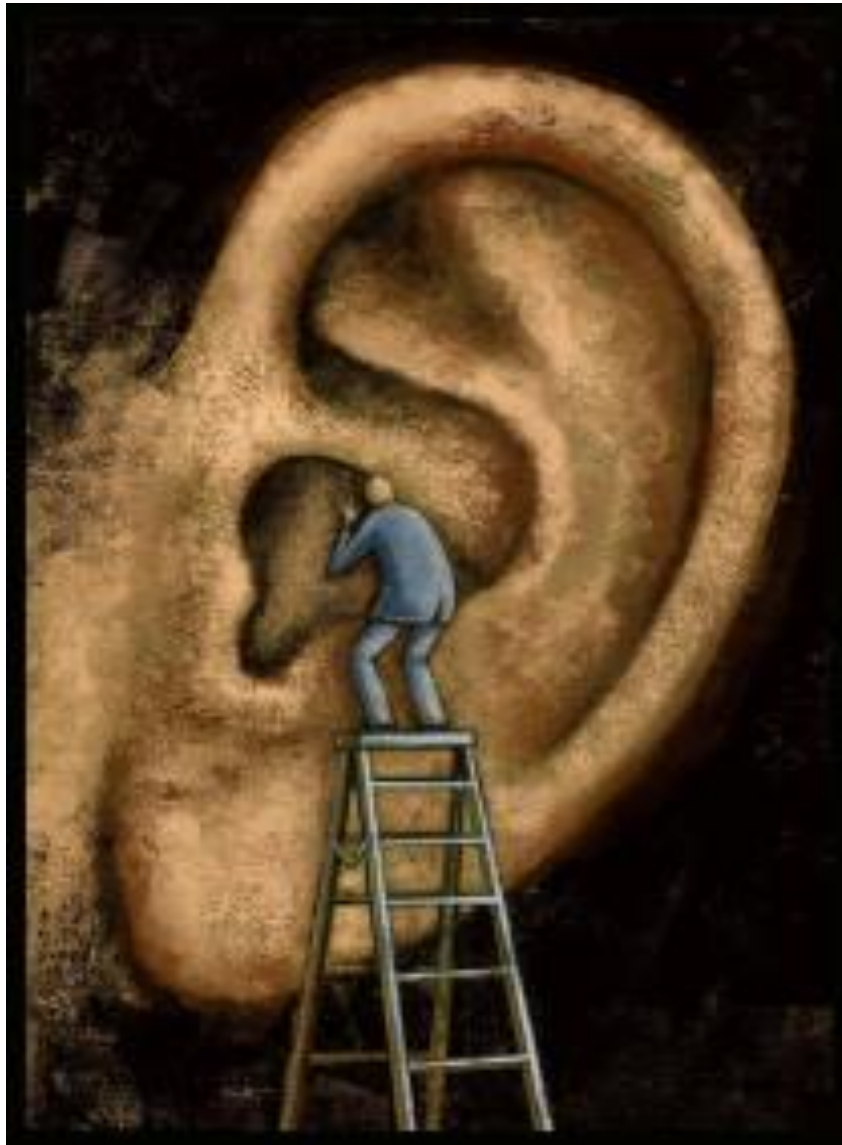


TÚ ALUCINAS (Y ES ALGO MUY HABITUAL)

Ver, oír y escuchar cosas que no existen no es solo síntoma de locura. Su origen está en tu cerebro.



¿Qué hacía Snoopy en las canchas de tenis de Melbourne el pasado 14 de enero durante el campeonato Abierto de Australia? “Esto es muy raro”, pensó ante tal visión el tenista canadiense Frank Dancevic, mientras disputaba su primer set contra el francés Benoît Paire. Sobre la pista, un sol de justicia elevaba la temperatura por encima de los 42°C. Poco después, la imagen de Snoopy se esfumó y el deportista se desplomó.

Bien dijo Dancevic, una vez recuperada la consciencia: “El sol te calienta el cuerpo, pero te quema el cerebro”. Son cosas que pasan cuando la máquina humana se encuentra al límite, pero también en circunstancias más cotidianas.

Confundir a un desconocido con tu madre

El neurólogo y profesor de la Universidad de Columbia Oliver Sacks ha sido testigo de cientos de relatos como este, de alucinaciones que pasan por el cerebro de gente corriente sin que signifique necesariamente locura, ni estigma. En su libro *Alucinaciones*, recoge entre otros muchos testimonios un percance similar que le ocurrió a un triatleta que competía en el Triatlón Ironman de Hawái, una prueba con temperaturas extremas y largas horas de monotonía. Cuando llevaba cinco kilómetros, confundió a dos desconocidos con su mujer y su madre. Al propio Oliver Sacks un defecto en la visión le mantiene en permanente alucinación. “Veo patrones geométricos”, dice, “y si miro al techo, observo figuras que se asemejan a letras o palabras que aparecen y se diluyen de inmediato”. Por esto, y por experiencias propias vividas a veces bajo efectos del LSD y otros alucinógenos con los que experimentó y tanteó lo que la mente es capaz de hacer, el neurólogo es una fuente casi inagotable de información para entender por qué alucinamos. Ya mencionó el fenómeno en *El*

hombre que confundió a su mujer con un sombrero, pero en los últimos años las técnicas de neuroimagen le han permitido constatar que las alucinaciones más simples surgen en las áreas sensoriales vinculadas con la percepción.

Emilio Gómez Milán, profesor de Psicología Experimental y Fisiología del Comportamiento en la Universidad de Granada, lo ilustra con el ejemplo, más universal: “Don Quijote veía gigantes en lugar de molinos de viento. Alucinar es ver lo que no hay. Se da un contraste entre nuestra expectativa o hipótesis (pueden ser ideas, sentimientos, emociones, sospechas) y los datos de la realidad, con sesgo confirmatorio; es decir, vemos lo que queremos ver.

Con muy pocos indicios (datos parciales, confusos...) verificamos nuestra hipótesis y saltamos a conclusiones”. Pero ¿Cómo explica la neurología estas alucinaciones? “Normalmente”, dice Gómez Milán, “se asocia un mal funcionamiento de ciertas piezas cerebrales o sus conexiones. Por ejemplo, si el lóbulo frontal nos permite razonar y el temporal sentir, cuando hay incongruencia entre lo que siento (nada) y lo que veo (a mi padre, por ejemplo) por desconexión entre estas áreas, predominaría la parte emocional y confabulará: Tú no eres mi padre”. En cierta medida, todos alucinamos a cada momento. “Nuestro cerebro no es una máquina de contraste de hipótesis científica u objetiva, sino que tiene sesgos como este”, añade.

No estamos locos

Alucinamos al ver, al pensar, al dormir. Todo el rato jugamos a un contraste entre ideas y datos con un mínimo esfuerzo y a partir de indicios parciales, prejuicios, contexto... que nos llevan a alucinar.

No hace falta ni enfermedad mental, ni alcohol, ni drogas para alucinar y ser víctimas de nuestros celos, sospechas, cansancio, prejuicios, creencias previas, hambre, oscuridad, privación sensorial, egocentrismo, etc. “El número de desencadenantes es múltiple”, insiste Gómez Milán. “Nuestro cerebro es perezoso, tiende a hacer el mínimo esfuerzo y no trabaja con la realidad, sino con una representación o interpretación de la realidad más o menos acertada.”

Pero el simple síntoma de oír voces ha sido a menudo suficiente para un diagnóstico inmediato y categórico de esquizofrenia. Hay personas que describen un verdadero calvario cargando con la sospecha de la enfermedad mental hasta encontrar un médico que se ha preocupado por buscar las auténticas causas de sus alucinaciones.

“Ese origen puede estar”, apunta Sara García-Ptacek, neuróloga del Hospital Clínico San Carlos, “en cualquier punto entre el órgano sensitivo y la alucinación; y puede afectar a la vista, al oído, al gusto, al olfato, al tacto o a varios sentidos a la vez. Hay ciertas alucinaciones olfativas que radican en la nariz, no en el cerebro”. Y está el síndrome de Charles Bonnet, por ejemplo. Quienes lo padecen comienzan a tener visiones a medida que les va fallando la vista.

Gente con vestidos orientales

En 2006, Oliver Sacks recibió una llamada de emergencia de una residencia para comunicar que una de sus residentes, Rosalie, una mujer de más de 90 años, había empezado a tener extrañas alucinaciones que parecían “extraordinariamente reales”. A pesar de su ceguera, Rosalie veía gente con vestidos orientales que subía y bajaba, animales, nieve blanca que se arremolinaba.

“Ahora veo muchos niños. Llevan colores vivos”. Llevaba varios días viendo estas escenas y mientras alucinaba tenía los ojos abiertos y sus ojos se movían. “Ese gesto de mirar o escudriñar no ocurre con las escenas imaginadas”, sentencia Oliver Sacks. Un equipo de psiquiatras ya había descartado el alzhéimer y cualquier otro trastorno mental. También Sacks la observó concienzudamente y no observó nada que sugiriese confusión.

“Parecía bastante cuerda y muy vigorosa para sus años, pero al examinar sus ojos comprobé el desastroso estado de sus retinas.

Le expliqué que sus alucinaciones son una reacción del cerebro a la pérdida de visión”.

A veces, la gente que sufre el síndrome de Charles Bonnet tiene alucinaciones con letras, textos, números o notas musicales. Otras veces son caras, casi siempre desconocidas y deformes, o al menos poco precisas. Alucinaciones semejantes pueden darse cuando el daño no está en el ojo, sino en zonas superiores, sobre todo las áreas corticales que participan en la percepción visual. E igual que entre el 10 y el 20% de las personas que han perdido la vista acaban teniendo alucinaciones, un porcentaje parecido de quienes pierden el olfato experimentan su equivalente olfativo.

En este caso, los olores alucinatorios son difíciles de describir, porque son distintos de todos los que hemos experimentado en el mundo real. Las más comunes son las alucinaciones auditivas y, de ellas, la más repetida es oír tu propio nombre. Freud cuenta en *Psicopatología de la vida cotidiana* que de joven, cuando vivía solo en una ciudad extranjera, a menudo oía que una voz querida, inconfundible, le llamaba por su nombre. Y en dos ocasiones en que se encontró al borde de la muerte, la conciencia del peligro se

presentó en forma de alucinación auditiva, como si alguien le advirtiera al oído.

Y aquí está una de las diferencias entre la esquizofrenia y la cordura: “Las voces de los pacientes esquizofrénicos suelen ser amenazadoras, acusadoras, burlonas u hostigadoras. Por el contrario, las de las personas normales a menudo no tienen nada de particular. La mayoría las escucha en secreto y en silencio, ante el temor de que estas voces pudieran ser un indicio de locura o de una grave alteración psiquiátrica”, explica Oliver Sacks.

¿Inspiración artística?

Durante un tiempo, los artistas las interpretaron como musas. Homero, Yeats y Rilke reconocieron que recibían inspiración de alucinaciones. De hecho, de muchos de ellos se ha dicho que en su locura residía parte de su genialidad. Algunos estudios sugieren que este tipo de alucinaciones podrían estar asociadas con la activación anormal de la corteza auditiva primaria, pero la investigación es aún muy escasa y centrada básicamente en pacientes que padecen psicosis.

Pero son el tipo de alucinación, la presencia de otros síntomas, la duración y sus características los que determinan si se trata de un fenómeno patológico o banal, según la neuróloga García-Ptacek. “Muchas alucinaciones asociadas al sueño y a la fatiga extrema solo ocurren una vez, y la persona se da cuenta inmediatamente de que es una percepción falsa. También la migraña puede ocasionar percepciones extrañas, como lucecitas en el campo visual, notar que una parte del propio cuerpo es más grande, ver como a través de agua, etc. Las circunstancias en que pueden ocurrir alucinaciones son muchas: en enfermedades graves,

después de una anestesia, bajo los efectos de las drogas o medicamentos...”

La investigación está aún en ciernes, pero lleva a preguntarnos, como hizo Jorge Luis Borges, si acaso existe una realidad objetiva independiente de nuestra apreciación personal o no quedará más remedio que admitir, como él hizo, el carácter alucinatorio de la vida.

Tipos de alucinaciones

Auditivo: ¿Oyes voces?

El niño de El sexto sentido podría padecer estas alucinaciones auditivas, también conocidas como paracusia. Aunque lo de oír voces, ya sea una o muchas, se ha asociado sobre todo a trastornos psicóticos como la esquizofrenia y la manía. De hecho, desempeñan un papel importante en el diagnóstico de estas condiciones. Pero no siempre es así; hay mucha gente que no padece una enfermedad mental y puede escuchar voces por otras razones.

Olfativo: aquí huele a ti

¿Cuántas veces alguien te ha preguntado si hueles a algo que no detectas? Pues no siempre se debe a tu falta de olfato, ya que puede que esa persona sufra de phantosmia. Se trata del fenómeno de captar olores que no están realmente presentes. Pero no son olores comunes, sino especialmente desagradables, como la podredumbre de la carne, vómito, orina, heces, etc. A menudo es el resultado de daños en el tejido nervioso del sistema olfativo. Aunque también pueden ocurrir de forma espontánea, sin ninguna patología.

Táctil: bichos en la piel

También se dan alucinaciones que despiertan nuestro sentido del tacto. Quienes las padecen sienten distintos tipos de presión en la piel u otros órganos. Este tipo de alucinación puede hacer que se sientan bichos por la piel (conocido como formicación) o culebras por el estómago. A menudo se han asociado al uso prolongado de cocaína o anfetaminas.

Gustativo: el chocolate amargo

Este tipo de alucinación es muy poco común, se centra normalmente en alimentos concretos y suele darse en personas que sufren de percepciones (como manías) persecutorias. Así, quienes lo sufren perciben un sabor espontáneo recurrente o cambios en el sabor de alimentos habituales.

Visuales: los ojos mienten

Son las más comunes y las que, seguramente, tú mismo has experimentado. Ver cosas no presentes, o “espejismos”, cosas que no se corresponden con la realidad, es el pan nuestro de cada día. Ver de pronto a tu madre en el sofá, cuando ni siquiera está en casa, o que se mueve la espumadera de la cocina. Numerosos trastornos pueden incluir alucinaciones visuales, que van desde trastornos psicóticos a la demencia y la migraña. Pero experimentar alucinaciones visuales no significa necesariamente que padezcas un trastorno.

Todas a la vez

Hay episodios de alucinaciones en las que entran en juego varios sentidos. Por ejemplo, cuando una persona siente que su cuerpo está siendo mutilado, nota la presión sobre su piel, ve a quien le está sometiendo a tal tortura e incluso puede estar oyendo su voz.

Otra alucinación multisensorial es la invasión de animales en los órganos internos de la persona, como serpientes en el estómago.