

Aprendizaje evaluativo

*“El dolor es una percepción aversiva y protectora que contiene implícitamente una evaluación **aprendida...**”*

Somos memoria.

La memoria no está para recordarlo todo sino para aprender, es decir, tomar decisiones que tengan en cuenta la información acumulada en el pasado.

La red neuronal está tomando decisiones (outputs) continuamente, en todos los ámbitos. Las percepciones, emociones, cogniciones y acciones son decisiones que surgen de un proceso evaluativo que integra todo lo vivido y proyecta una hipótesis de futuro que el presente actualiza.

Cada incidencia de dolor funde pasado, presente y futuro de una evaluación de costo, riesgo y beneficio de cada escenario, aprendida en la interacción del organismo con el entorno.

El aprendizaje no es, necesariamente, positivo. El error-ensayo-error debiera minimizar con el tiempo la probabilidad de error, pero no siempre es así.

Si el proceso evaluativo está influido por información errónea, alarmista, que no informa de lo que probablemente va a suceder sino de posibles teóricos, altamente improbables, aprendemos a evaluar de modo catastrófico e irracional, no porque la red contenga algún defecto congénito o adquirido sino por la dinámica que impone el contenido de la información recibida.

El organismo evalúa desde la información disponible. Parte de esa información puede ser incorrecta pero no siempre la red neuroinmune accede a detectar el error de lo decidido, especialmente si existe una capa oculta en el procesamiento.

A un animal se le puede condicionar aplicando estímulos aversivos

(shock eléctrico, por ejemplo) cuando el experimentador decida, consiguiendo que renuncie a los intentos de explorar el mundo (indefensión aprendida)-

Los intentos del paciente de llevar una vida normal pueden estar penalizados por el dolor, sin que exista un estado de amenaza real o potencial que lo justifique.

– Haga lo que haga, me duele. Ya no sé qué hacer. Me dicen que no tengo nada... que no tendría que dolerme...

La evaluación catastrofista se ha automatizado e impone su ley sin dar pistas sobre el proceso de aprendizaje que la ha gestado.

– Yo sólo sé que me duele.

Las etiquetas diagnósticas aparecen. Migraña, fibromialgia, “dolor crónico”...

Multifactorial. Genes, alimentación, ansiedad, depresión, toxicidad ambiental...

El sistema neuroinmune, dicen, está alterado por el impacto de lo multifactorial acumulado. Procesa mal. Amplifica el dolor. Hace imposible la residencia en un organismo razonablemente sano.

Al parecer no existe aprendizaje. Sólo vulnerabilidad congénita para residir en un entorno inadecuado. Sensibilización extrema, generalizada e injustificada a lo banal.

En mi opinión, no se concede al aprendizaje evaluativo la importancia que tiene. Se facilitan sesgos de confirmación que impiden corregir lo que debe ser corregido.

La información experta es la responsable de guiar el proceso del aprendizaje evaluativo.

En el caso del dolor sin daño que lo explique y justifique, forma parte del problema.

Los expertos debiéramos sensibilizar a los ciudadanos de los riesgos de la información y ser rigurosos en la transmisión de creencias y expectativas en torno al dolor.

Ignorar el aprendizaje no lo evita.

Primum non nocere.

Afortunadamente los circuitos que se conectan dócilmente en la crianza guiada de expertos pueden también reorganizar su conectividad en la dirección contraria si se demuestra que lo predicado en el pasado no es correcto.

La Pedagogía en Biología Neuroinmune intenta hacer visible para el paciente el proceso del aprendizaje evaluativo, sus errores y sesgos.

– No tenga miedo. Vida normal. Reconstruya la conectividad en la dirección contraria. Reinicie el aprendizaje, dando la vuelta a lo que corresponda.

“No tiene nada que perder, salvo el dolor” (Kevin Allcoat)