

BENJAMÍN DOMÍNGUEZ TREJO

Boxeador de emociones y pulidor de rocas

¿quiénes?



Foto: Adrián Bodek

“ ‘Pulir la roca y tornarla bella’. Cuando era joven escuchaba esta idea en la música de los *Rolling Stones* y aún hoy me identifico con ella, ya que me considero un aprendiz que contribuye a reestructurar, pulir, descubrir el conocimiento psicológico, a través de la investigación científica multidisciplinaria”, señala Benjamín Domínguez Trejo, investigador y profesor desde 1971 de la Facultad de Psicología de la UNAM. También nos comparte su

lucha a brazo partido por sus grandes proyectos científicos, abre las páginas de su infancia, sus amores, sus convicciones, su pasión por el box y por la voz humana expresada en la ópera.

Benjamín Domínguez es doctor en psicología general experimental. Su principal interés se orienta a la aplicación del conocimiento psicológico especializado a problemas sociales y de la salud, especialmente el impacto y la modulación emocional: el estrés postraumático, el dolor crónico y la hipertensión arterial.

Su historia personal está fuertemente imbricada con su quehacer profesional; narra que de niño y adolescente vivió en un medio socialmente hostil, en el que tenía que pelear verbal y físicamente; incluso aprendió a boxear: “Yo era y soy un peleador. Enfrentarse con un contrincante fuerte da miedo, y el miedo paraliza; por eso tuve que aprender a manejar el miedo. Aprendí a modificar mi ritmo respiratorio para controlarlo; me tomó 40 años descubrir que lo que yo hacía era modulación emocional”; que es la capacidad

que tenemos la mayoría de las personas para responder, con poco desgaste físico y psicológico, a cambios del ambiente”. Benjamín explica que los humanos hemos creado un ambiente muchas veces contrario y extraño a lo que evolutiva y psicológicamente somos, por eso algunas de las herramientas adaptativas, provenientes de nuestro desarrollo filogenético, ahora no nos funcionan.

Por ello, su meta es entender la modulación emocional, medirla, establecer tratamientos para la prevención y reducir su impacto en diversos padecimientos. “Concibo mi trabajo profesional como multidisciplinario. Me interesa esa relación porque la mente y el cuerpo humanos no se agotan en los métodos psicológicos, son fenómenos y sistemas complejos”.

Desde que terminó la licenciatura en la Escuela de Psicología de la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM en 1968, se propuso abrir nuevos campos en su disciplina. Su maestro Luis Lara Tapia solía decir en los congresos que Domínguez era de los primeros psicólogos en aplicar el conductismo a problemas sociales. En efecto, una de sus primeras aportaciones fue establecer sistemas de tratamiento conductual dentro de las cárceles, a presos con problemas severos de conducta.

Su trayectoria como clínico e investigador la visualiza en tres etapas: “La primera, de 1966 a 1975, de aprendizajes y confrontaciones con psiquiatras; la segunda, de 1975 a 1986, de trabajo, con neumólogos y psico-farmacólogos (como el doctor Sueco Fagüerston, creador del *nicorette*), en problemas de adicción a la nicotina, en particular la relación entre los efectos de diferentes fármacos y los cambios en el comportamiento de los fumadores”. Benjamín Domínguez desarrolló el primer tratamiento cognitivo-conductual de los adictos a la nicotina, el cual se usa en algunas clínicas de tabaquismo de todo el país y que se inició en la clínica del Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias en 1983.

La tercera etapa de la vida profesional del doctor Domínguez (de 1994 a la fecha) aborda la modulación emocional de los problemas de salud mencionados anteriormente. En la actualidad trabaja con cardiólogos del Instituto Nacional de Cardiología en pacientes hipertensos: analiza la variabilidad de su tasa cardíaca, es decir, los cambios entre un latido y otro, con la finalidad de enseñarles a modular su función emocional, lo que es básico para la prevención y control de esa enfermedad que afecta a más de la

mitad de los mexicanos.

Personalmente

Filosofía de vida. Soy materialista. Creo en el hombre y su capacidad. Soy hombre de izquierda porque mi trabajo lo encamino a resolver problemas sociales.

Virtud. Entusiasmar a los otros.

Defecto. Abuso de mi capacidad anticipatoria ante una amenaza o un descubrimiento.

Pasión. El box.

Pasatiempo. Escuchar música, en especial ópera. Las interpretaciones de María Callas me estremecen ya que reflejan la tragedia humana. Me interesa desde el punto de vista artístico y profesional, pues la voz humana es el instrumento por excelencia de la comunicación emocional.

Como profesor adjunto de algeología (especialidad del dolor) de la Facultad de Medicina y como investigador de la *International Association for the Study of Pain*, el doctor Domínguez Trejo participa con médicos en la Clínica del Dolor del Hospital 20 de Noviembre del ISSSTE. En este rubro, el doctor Domínguez se muestra muy orgulloso por el Premio León Bialik a la Innovación Tecnológica 2002, que se le otorgó por su desarrollo tecnológico para la medición y la evaluación de la temperatura de la piel en problemas de dolor crónico.

Benjamín Domínguez se dedica también al diseño de diversos equipos para medir la variabilidad de la tasa cardiaca en pacientes con hipertensión arterial, y las reacciones psico-inmunológicas, a través de la saliva humana, en personas que han vivido situaciones traumáticas. Esta prueba se aplicó por primera vez en Acapulco, Guerrero, después del huracán Paulina y permitió atender a miles de personas que sufrían de estrés postraumático. De esta manera Benjamín Domínguez continúa puliendo la roca y tornándola bella en compañía de su esposa, sus hijos y sus amigos.