

Diferencias entre psicólogos, psiquiatras, psicoanalistas y psicoterapeutas

El mundo de los profesionales de la psique resulta en general bastante confuso para la gente corriente. Casi todos nosotros hemos pensado alguna vez en ir a ver a un especialista, pero ¿qué especialista? ¿un psicólogo? ¿un psiquiatra? ¿un psicoterapeuta? ¿un psicoanalista? Al fin y al cabo, ¿no son todos lo mismo?

Pues bien, absolutamente no. Existen diferencias cruciales entre todas estas denominaciones en lo que se refiere a los diplomas o títulos exigidos por el Estado, a la protección del título y de la formación necesaria y a las prácticas y métodos. Estas diferencias van a tener unas consecuencias que pueden ser muy importantes.

Más aún, al tiempo que existen esas diferencias, existen también similitudes. Un profesional puede ser a la vez psiquiatra, psicoterapeuta y psicoanalista. Veamos esto más detenidamente...

PSIQUIATRA

Un psiquiatra es ante todo un médico, es decir, una persona que ha realizado estudios de medicina en la universidad, especializándose después en psiquiatría. El título de psiquiatra está protegido por la Ley, por lo que nadie puede anunciarse legalmente como psiquiatra si no dispone de un título oficial reconocido. El psiquiatra está sujeto a un código deontológico que le obliga, entre otras cosas, a mantener el secreto profesional.

En su calidad de médico, el psiquiatra es actualmente el único psicoterapeuta que puede recetar medicamentos y prescribir bajas médicas. Sus consultas son reembolsadas parcial o totalmente por los seguros médicos.

Cabe señalar que no todos los psiquiatras tienen una formación en psicoterapia, aunque puedan realizar esta actividad. La formación de base en psiquiatría no garantiza necesariamente que sean buenos especialistas en psicoterapia.

El psiquiatra trata en general a sus pacientes, sobre todo, con ayuda de la medicación.

PSICÓLOGO

Al igual que el psiquiatra, el psicólogo debe realizar una formación universitaria que le proporciona una Licenciatura en Psicología. El título de psicólogo está también protegido por la Ley: en Bélgica, sólo los psicólogos autorizados por la Comisión Belga de Psicólogos y que pertenezcan a la Federación Belga de Psicólogos pueden anunciarse como Psicólogos Clínicos. Sus consultas son reembolsadas por los seguros médicos en algunos casos de centros reconocidos (hospitales, clínicas, etc.) o cuando se dispone de una

prescripción médica o psiquiátrica. El psicólogo está sujeto también a un código deontológico que le obliga, entre otros, a mantener el secreto profesional.

La especialización en Psicología “Clínica” prepara al psicólogo para el ejercicio de psicoterapias. Puesto que practican la psicoterapia, son psicoterapeutas. Las psicoterapias practicadas por los psicólogos pueden ser psicoanalíticas, cognitivo-conductuales, sistémicas, etc.

Si bien muchos psicólogos son psicoterapeutas, otros siguen una carrera de orientación totalmente distinta. Encontramos así psicólogos que trabajan en empresas, para la gestión de los recursos humanos o la selección de personal. Otros trabajan en medios hospitalarios, para garantizar que se tengan en cuenta los factores psicológicos vinculados a la hospitalización. Otros trabajan en marketing, elaborando campañas publicitarias o realizando estudios comerciales. Otros aún se dedican a la investigación, al estudio del funcionamiento psicológico del ser humano. Muchos trabajan también como psicopedagogos, en la enseñanza, la educación y el desarrollo del niño. Otros estudian la conducta animal.

Actualmente los psicólogos no pueden recetar medicamentos para problemas psíquicos, aunque esta posibilidad está ya en estudio en Estados Unidos y en Canadá. El psicólogo utiliza principalmente tests y técnicas psicológicas para tratar a sus clientes.

PSICOTERAPEUTA

Como hemos visto, los títulos de psicólogo y de psiquiatra están protegidos. Las personas que van a su consulta saben que estos dos profesionales han seguido una formación universitaria rigurosa y estructurada.

Por el contrario, el título de psicoterapeuta no está protegido por el Estado. Esto significa que toda persona que quiera, sin ninguna formación seria, ya sea con buena intención o no, puede afirmar sin riesgo a sanciones que es un psicoterapeuta. Por tanto, cada vez que se hable de psicoterapeutas se aconseja la mayor prudencia, sin caer en una total desconfianza, puesto que como ya hemos dicho, un psiquiatra o un psicólogo que practican una u otra forma de psicoterapia se denominan también psicoterapeutas.

Psicoterapeuta es, pues, un calificativo de práctica profesional, y no un título protegido.

PSICOANALISTA

Ser psicoterapeuta significa que se practica una terapia psicológica. Entre todas las distintas psicoterapias encontramos la terapia psicoanalítica, el psicoanálisis.

Al igual que el título de psicoterapeuta, el título de psicoanalista no está protegido. En realidad, se trata de una denominación o de una práctica, y no de un título, por lo que también se recomienda la máxima prudencia.

Algunos psiquiatras y psicólogos utilizan el psicoanálisis como herramienta de trabajo. Otros, sin ser psiquiatras ni psicólogos, están inscritos en escuelas

serias de formación psicoanalítica. Otros se declaran psicoanalistas sin haber seguido ninguna formación.

El psicoanálisis suele ser una psicoterapia de larga duración, entre cinco y diez años de media, por lo que supone un compromiso temporal y financiero. Su objetivo es inducir al cliente a reducir al máximo sus procesos inconscientes para que comprenda mejor los motivos reales de sus conductas.

EN CONCLUSIÓN

Los psicólogos y los psiquiatras son profesionales que han cursado estudios superiores reglamentados por la Ley y cuyos títulos están protegidos por el Estado.

Existen otras personas que se denominan a sí mismos psicoterapeutas o psicoanalistas sin haber seguido los necesarios estudios reglamentados. Dado que por el momento estas dos denominaciones no están protegidas por la Ley, estas personas no están en la ilegalidad y no pueden ser sancionadas por ello.

En última instancia, es la persona interesada la que debe elegir su terapeuta. Esperamos que estas explicaciones le ayuden a hacerlo...

Elena García