

# Economía Moral

## La distinción entre confort y placer, una gran aportación de Tibor Scitovsky

JULIO BOLTVINIK

**R**etomo el análisis del bien-estar que abordé de septiembre a noviembre de 2019. El destacado economista Tibor Scitovsky (TS), en el capítulo IV de su libro *The Joyless Economy. The Psychology of Human Satisfaction* (1976, traducido por el Fondo de Cultura Económica como *Frustraciones de la riqueza*, 1986) señala que:

“Los neurofisiólogos que trazaban el mapa del cerebro descubrieron los centros cerebrales de la recompensa y el castigo. Trabajando con animales conectados de tal manera que, al oprimir una barra podían dar choques eléctricos moderados a áreas específicas de su propio cerebro, los investigadores localizaron un área cuya estimulación los animales evitan y parece dolorosa a todas luces, y otras dos áreas separadas cuya estimulación buscan, de modo que deben ser placenteras. El área dolorosa se conoce como el sistema de castigo o aversión; las otras dos se conocen como los sistemas de placer primario y secundario, o sistemas de recompensa. La existencia de sistemas separados de placer y de aversión... explica por qué a veces sentimos dolor y placer al mismo tiempo... Otros experimentos han demostrado también que el sistema de recompensa secundaria... parece ser casi totalmente idéntica al sistema de desactivación; es

decir, su activación va unida a la *reducción* de la activación (*arousal*). Cuando es estimulado, este sistema cierra el sistema de aversión y libera el de placer primario. El dolor se aleja y el placer se restaura. En esta teoría de la interacción de los tres sistemas tenemos una explicación del por qué el aumento de la activación es agradable al principio (mientras estimula el sistema de recompensa primaria), pero se vuelve desagradable después de cierto nivel (el del umbral del sistema de aversión), y del por qué una disminución de la activación o una liberación de la tensión elimina el dolor y produce placer”. (pp. 59-60 de la edición en inglés; mi traducción).

En el Capítulo II de su libro, TS había explicado que “La actividad del cerebro, conocida como excitación o activación (*arousal*), se manifiesta en impulsos eléctricos que pueden observarse con un electroencefalógrafo y que aparecen en el electroencefalograma como ondas, llamadas ondas EEG. Cuanto más rápidas sean las descargas eléctricas de las neuronas, mayor será el nivel de la activación y mayor la frecuencia de las ondas EEG (medidas en ciclos por segundo). TS explica que los hallazgos experimentales y las teorías de los neurofisiólogos conforman una conjetura formulada antes por varios psicólogos, que las sensaciones de confort y

de *discomfort* (permítaseme el neologismo) se relacionan con el *nivel* de la activación o excitación (*arousal*) y de si éste está o no en su nivel óptimo, mientras *las sensaciones de placer son creadas por los cambios en el nivel de activación*, sobre todo cuando los cambios elevan la activación, desde un nivel demasiado bajo o lo reducen desde un nivel demasiado alto, en dirección a su óptimo. Dicho en términos más simples, el confort y el *discomfort* se relacionan con la velocidad, mientras el placer se relaciona con la aceleración o desaceleración de nuestras emociones, concluye TS. Lo precedente, si se acepta como correcto, lleva al abandono de la anticuada noción de que el placer y el dolor son los segmentos positivo y negativo de una escala unidimensional, algo así como un calibrador hedonista que va desde la miseria total hasta el éxtasis supremo, en el que el estado hedónico de una persona logra un registro más alto cuanto mejor se siente. Aunque TS no lo dice en este pasaje, ésta era la visión de Jeremy Bentham, padre del utilitarismo. Concluye así TS la distinción entre confort y placer:

“La teoría de que el confort depende del nivel de activación, mientras que el placer depende de los cambios ocurridos en ese nivel... explica la naturaleza efímera del placer. También explica la creencia estrechamente relacionada de que, en la persecución de las diversas metas de la vida, el hecho de estar en el camino hacia tales metas y de luchar por alcanzarlas es más satisfactorio que su consecución efectiva... Si los cambios placenteros en la activación son cambios desde un nivel asociado con el *discomfort* hasta un nivel asociado con el confort, se sigue lógicamente que el placer acompañará

siempre el alivio del *discomfort* y parecerá más intenso cuanto mayor sea el *discomfort* liberado. Se sigue también que, para que el nivel de activación se mueva hacia su punto óptimo, debe encontrarse primero en un nivel no óptimo. En términos familiares, el *discomfort* debe preceder al placer. Esta regla de sentido común es muy antigua: ya la discutían los antiguos griegos. Los siquiátras la llaman la Ley del contraste hedónico (Ley de la asimetría hedónica). De esta regla se sigue una proposición iluminadora: *un confort excesivo puede imposibilitar el placer. Esta proposición puede contribuir a explicar la insatisfacción generalizada con nuestro nivel de vida.*” (p. 62)

Esta insatisfacción, que da título a su libro, la aborda TS en la introducción donde señala que la creciente frustración con nuestras vidas libremente elegidas (se refiere a Estados Unidos) podrían deberse a que buscamos satisfacción en las cosas incorrectas o de manera errada, y quedamos insatisfechos con el resultado. En el prefacio a la 2ª edición en inglés (1991) señala que la 2ª parte del libro compara nuestro estilo de vida elegido con el de los europeos y documenta nuestra excesiva demanda de confort, que junto con nuestra tradición puritana, nuestra ética del trabajo y nuestro sistema educativo, contribuyen a privarnos de muchas de las habilidades y gustos necesarios para el gozo de las más estimulantes actividades del tiempo libre.

Sostengo en el libro que el amor excesivo de la gente por el confort la priva de algunos de los placeres de la vida; añadiría ahora que también daña el medio ambiente. El confort parece ser la fuente más costosa de satisfacción humana en

términos de los recursos no renovables y la degradación ecológica de nuestro planeta. Si se puede confiar en las comparaciones internacionales de estándar de vida, los suecos, noruegos, suizos, y ex alemanes occidentales, están tan bien hoy como los estadounidenses y, sin embargo, consumen menos de la mitad de energía y generan menos de la mitad de basura, ambas por persona, que nosotros, probablemente porque su estilo de vida es poco exigente en materia de confort, pero lo compensa con otras formas de satisfacción. Sería muy beneficioso para el medio ambiente si ellos, no nosotros, fuesen los líderes de la moda en lo que se refiere a estilos de vida.

En las relaciones entre confort y placer TS describe algunas paradojas. Una de ellas es que si bien al comer disminuye nuestra necesidad de alimentos y, por tanto, el disconfort, con ello no disminuye nuestra urgencia de comer. Por el contrario, el placer de comer refuerza nuestro impulso de comer, contrarrestando la baja inducida por la menor necesidad biológica.

[www.julioboltvinik.org](http://www.julioboltvinik.org)

[julio.boltvinik@gmail.com](mailto:julio.boltvinik@gmail.com)