

Salud Mental en tiempos de Pandemia



Daniel Frankel

La plaga no está hecha a la medida del hombre, por lo tanto, el hombre se dice que la plaga es irreal, es un mal sueño que tiene que pasar. (...) Nuestros conciudadanos (...) Se creían libres y nadie será libre mientras haya plagas. (:20)

Albert Camus: *La peste*



Marcela Bottinelli

La nota editorial de este número está situada en el marco de la pandemia que conmueve al mundo de estos últimos tiempos. Surgido hace apenas siete meses en una lejana ciudad, un virus ha recorrido ya todo el planeta y ha obligado a encerrarse en sus hogares a miles de millones de personas. Algo sólo imaginable en la ficción, ha vuelto al mundo desconcertante, frágil y complejo. Su característica global hace que esta etapa de infortunio acompañada por una esperable ansiedad por lo amenazante y por lo desconocido, haya impulsado discursos de todo tipo desde los más apocalípticos hasta los que proponen una oportunidad de salida a las terribles consecuencias del capitalismo

y el neoliberalismo. Incluso ante los desarrollos científicos tecnológicos que permitirían la generación de vacunas express, o el impulso de tecnologías y nuevas formas de vivir ecocuidadosas frente a las evidencias de cambios ambientales, paradójicamente los seres humanos nos sentimos, entre abatidos, frágiles y desconfiados, al mismo tiempo que vigorosamente esperanzados expectantes.

Somos parte de esta historia del presente, protagonistas de una realidad, como siempre impredecible. Estamos transitado con sentimientos contradictorios y diversos, esta experiencia excepcional. Las formas de afrontarlas también visibilizan que las formas de transitar estas situaciones tienen diferentes niveles de decisiones y respuestas, desde el nivel mundial y regional hasta las decisiones de cada país; desde las decisiones de gobiernos nacionales a las de las jurisdicciones; de las decisiones sectoriales e institucionales a las de las comunidades, los grupos, las familias y las personas.

Asistimos así a la transformación de nuestras vidas

cotidianas En este decurso encontramos miedo, ansiedad, enojo o angustia frente a la pandemia, que se expresa tanto en las personas que tienen que quedarse dentro de sus hogares, como en las que tienen que salir de sus casas a trabajar cotidianamente, tanto miedo por unx mismx como por las personas que queremos o con las que compartimos espacios de trabajo, vida o comunidad.

El estrés que se ha forjado por la pandemia no desconoce o minimiza el dolor que generan los duelos, la zozobra o la incertidumbre, ni tampoco las situaciones críticas que v ponen en tensión y visibilizan problemas históricos, esenciales y estructurales. Todo este contexto exige capacidad de modificaciones a una vida privada excepcional en la cual se alteran y ponen en juego componentes institucionales y de la subjetividad que tienen pregnancia en las relaciones personales, la familia, los vínculos, la sexualidad, el trabajo, la educación, los cuidados, las vacaciones o el uso del tiempo libre.

Paradójicamente, así como la pandemia despierta miserias – primacía del interés particular, el desinterés – “A mí que me importa si el problema es del otro” – también revela grandezas humanas, lazos de solidaridad, de colaboración, de comunidad, despierta la creatividad y acciones épicas.

Provisoriamente distinguimos que la sociedad exterior ya no es la misma; tampoco lo es el otro, porque ese otro puede encarar un peligro o amenaza, a la vez que quien nos puede ayudar y salvar (no solo lxs trabajadores de la salud, sino quienes donan su plasma, acercan comida, llevan insumos, etc.). Es una sociedad en la cual están interdictas algunas de las expresiones de afecto tal como las conocíamos: abrazos, besos, caricias. El disfrute de la vida nos interpela entonces respecto de las formas de expresión de los afectos que conocemos y experimentamos hasta ahora.

En este marco intentamos prever los tiempos que vendrán y avisorar con nuestros seres queridos cómo será el mundo, qué nuevas reglas de juego habrá, qué nuevos hábitos, cómo sostendremos las distancias protectoras y medidas de cuidados mutuos.

Confrontación entre prácticas y discursos: Salud Mental en la acción colectiva

En muchos casos asistimos indignados al renacer de propuestas neomalthusianas, eugenésicas o de darwinismo social. La puesta en marcha de una renovada prueba eugenésica, especialmente en estos tiempos, es la marca del nuevo darwinismo social que trasciende con mayor eficacia al mensaje neoliberal respecto a la sobreabundancia de población en el mundo. Así

vemos discursos que llaman al “necesario sacrificio” de los más frágiles --ancianos, enfermos— discurso que justifica “la selección natural” que opera brutalmente en los destinatarios a perecer con puestas en palabras de altos funcionarios que nos dejan impactados: “*El sacrificio de los abuelos, para salvar la economía*”; “*abrir la economía muera quien muera*”, “*las propuestas de inocular el virus masivamente a toda la población*” o “*los más débiles o demasiados viejos ya no tienen lugar en este banquete*”.

Así se construye y sostiene también el fundamento de diferentes discursos anticuarentena, algunos de ellos sostenidos en una lectura de los derechos. El argumento que se esgrime es que al coartarse las libertades individuales se favorecen los fantasmas autoritarios y de control. Esta opción esconde entre otras cosas que, en esas libertades particulares, afianza el abandono colectivo, evita la respuesta sobre el posible contagio y quiénes quedan en riesgo en ese proceso, arrojando a la muerte y al desamparo a las poblaciones.

El esfuerzo colectivo propuesto como más efectivo viene de la mano con medidas de restricción de algunas libertades individuales alternando con otras antiguas medidas que ya probaron su eficacia en el devenir de otras epidemias: la cuarentena, el aislamiento físico, seguimiento de los infectados, desinfección de manos, mascarar.

Sin embargo, el discurso meramente epidemiológico, aunque necesario, es restrictivo. Inunda con datos estadísticos que suben o bajan curvas con medidas de aislamiento, número de infectados, de muertos, ocupación de camas, respiradores, personas que son dadas de alta y así sucesivamente. Y a este discurso se asocian los estragos económicos que causa la pandemia.

En este contexto nos preguntamos y repreguntamos: ¿Cómo vamos a seguir cuando esto termine? ¿Cómo será la vida? Esperanzados imaginamos que la excepcionalidad tenga fecha de caducidad, pero ¿La excepcionalidad es beneficio o perjuicio? ¿Para quiénes? ¿El virus se terminará? ¿Habrán otros? ¿Qué vida queremos construir? ¿Cómo aprovechar este tiempo para pensar, diseñar y construir mejores propuestas de vida para todxs?

Como contrapartida procuramos afianzar un discurso que maximice la defensa de la vida desde un punto de vista integral. La pandemia no es una entidad fragmentada. De este modo ponderamos que frente al daño que es biológico, psicológico y social nazcan acciones integrales que procuren defender la vida en su integralidad.

Sostenemos que un discurso y un enfoque inclusivo, interdisciplinario y humanizante afiance el impacto y el compromiso colectivo. La mirada y práctica de Salud

Mental Comunitaria es fundamental. Es un pilar necesario para llevar a cabo un trabajo integrador; esto es recurrir a un andamiaje conjunto de modo tal que las medidas sean efectivas, garanticen el cuidado integral, no solo biológico, prevean la angustia y limiten el padecimiento.

A nadie se le escapa que al encarar el malestar subjetivo se está instituyendo la importancia que tiene la afectación emocional por cuanto son factores que participan del cuidado y evitan el sufrimiento no solo a nivel subjetivo sino como importante estrategia a nivel comunitario y participativo.

Presenciamos hechos aberrantes, estigmatizaciones y violencias de diferentes tipos y niveles, pero también la fuerza de la solidaridad, la búsqueda de soluciones para nosotros y para quienes están más desamparados. En este tiempo participamos también de esa construcción y redescubrimos el despertar de pasiones profundas de amor, de solidaridad e interés colectivo, acciones y sentimientos de fraternidad y de calidez en las relaciones interpersonales.

Aun cuando los discursos sigan pugnando por interpretaciones dilemáticas y catastróficas, aun cuando el virus, este u otro, muten, necesitamos seguir visibilizando que nuevamente la historia nos muestra la necesidad de los sistemas públicos de protección integral de derechos, de

estados garantes de derechos y que las respuestas siempre requieren de reconocer ese entramado colectivo y complejo. Tal vez nunca existan las explicaciones y quizás desaparecida la excepcionalidad del confinamiento cunda el olvido y se adormezca el peligro.¹

Para enfrentar al peligro la clave es afrontarlo con información y participación colectiva. Si se decide individualmente romper con los padecimientos propios del confinamiento solo se convierten dichos hechos en una amenaza a sí mismo y al bien colectivo. El dilema de la epidemia es que al hacer presente esas interrelaciones y entramados sociales por los que el virus se transmite, también muestra esa trama invisible de relaciones y determinaciones histórico-sociales y por ende la necesidad de abordarlo desde ese entramado, fortificando los lazos de solidaridad y propiciando la construcción colectiva de la vida.

Daniel Frankel y Marcela Bottinelli

Notas

¹ Escribe finalmente Camus que el bacilo de la peste no muere ni desaparece jamás, que puede permanecer durante decenios dormido en los muebles, en la ropa, que espera pacientemente en las alcobas, en las bodegas, en las maletas, los pañuelos y los papeles, y que puede llegar un día en que la peste, para desgracia y enseñanza de los hombres, despierte a sus ratas y las mande a morir en una ciudad dichosa Pp 151