**Jornada.**

**Salud Mental: Logros y Desafíos en tiempos de Pandemia. Una mirada intersectorial.**

**El tratamiento psíquico en Pandemia.**

**1- Tiempos de Pandemia.**

En nuestra época, surge un evento absolutamente inesperado y novedoso para nuestra vida cotidiana: lo podemos denominar un acontecimiento, una discontinuidad, algo que señala un antes y un después, una disrupción, un quiebre.

Desde hace más de un año ya, la Pandemia implica una imposición externa para cada uno de nosotros y para la vida en común, hemos sido afectados tanto en términos individuales como así también en términos colectivos, es decir, que a ese acontecimiento le hemos dado una respuesta, de modo subjetivo, cada uno de nosotros, íntimamente, y también le hemos dado otra respuesta, de modo objetivo, si Uds. quieren, entre todos, mancomunadamente como sociedad.[[1]](#footnote-2)

El orden de lo real, una de las tres dimensiones del *parletre* diría Jacques Lacan, del hablante ser, vamos a decir nosotros, (que es una traducción más fidedigna que la de ser hablante), el orden de lo real se impone. Quienes nos dedicamos al psicoanálisis lo sabemos: lo real siempre se impone. Lo real se cruza en el camino del sujeto humano y produce un quiebre de las certidumbres imaginarias. Lo real nos conmueve el cuerpo. Por eso, en un análisis se trata, de la rectificación de las relaciones del sujeto con lo real.

Hay un texto clásico de Freud, del padre del psicoanálisis, del año 1900, *Psicopatología de la vida cotidiana.* Vamos a parafrasearlo un poco: La alteración de nuestra vida cotidiana traerá como consecuencia una nueva psicopatología. Los efectos de la Pandemia serán una cuestión para observar en nuestro horizonte a futuro. Los efectos subjetivos de la Pandemia, es decir, qué respuesta podrá articular cada sujeto a esto que se nos impone desde lo real, cuáles son las consecuencias de este acomodamiento realizado a la imposición externa, son cuestiones que vendrán con el tiempo, que aún no terminamos de observar.

Imaginemos que vamos navegando y observamos un iceberg, algo podemos ver en la superficie, pero no todo, no todo lo que veremos manifestarse a futuro.

En estos tiempos de Pandemia, sí comienzan a describirse algunos síntomas, algunos efectos de lo real en el cuerpo. Vamos a mencionar tres:

- En noviembre del 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) comenzaba a alertar acerca de un nuevo síntoma provocado por los efectos del coronavirus: *la fatiga pandémica.* Un término que sirve para describir el cansancio mental, derivado del estrés provocado por la pandemia, y en el que se destaca la apatía, la desmotivación, la falta de energía, la tristeza, la irritabilidad.

- En pacientes que fueron Covid positivos, últimamente se menciona *el brain fog*, la “niebla mental” o “niebla cerebral”, dificultades en el pensamiento, ciertos problemas cognitivos, mareos, algunas dificultades en la memoria, falta de energía y desmotivación.

- The Lancet, con la rigurosidad en términos de investigación científica clásica que la caracteriza, ha publicado recientemente en el capítulo de Psiquiatría, un informe sobre el incremento de indicadores psicopatológicos.

Pero les propongo pensar en cada uno de nosotros, o lo que vamos intercambiando con colegas, con compañeros, con amigos, con conocidos, algo más del orden de lo descriptivo, de aquello, que tal vez, todos padecemos un poco:

- El cansancio producido por el Zoom, por las nuevas plataformas de comunicación. El cansancio de la adaptación al teletrabajo, al home office, al trabajar en casa. Los indicadores clásicos del stress post-traumático, la angustia, la ansiedad. Temor al contagio, fobia a la gente. Los duelos, sin despedida, por la muerte de seres queridos. El incremento de los índices de violencia. El incremento del consumo de drogas.

Son todas estas constataciones evidentes que hay una sintomatología en ciernes, de algo gestándose que está allí a la vuelta de la esquina. Estamos atravesando un período de incubación de psicopatología, que se manifestará luego, en un futuro.

**2- Una mirada intersectorial.**

Los problemas complejos como los que estamos atravesando, problemas que son mundiales, no solamente de Quilmes, sino de toda la humanidad, van a necesitar una solución nueva. El diálogo entre los distintos sectores, entre las diversas disciplinas, es fundamental para lo que viene. Ojalá que esta actividad sea el inicio de una serie de conversaciones entre todos para aportar soluciones a lo que debemos enfrentar en el futuro.

Desde nuestro sector, Psico, la propuesta es la palabra. Fue, es y será: la vía de la palabra. En un mundo de imágenes, de Maya, como dicen los sabios de la India, en un mundo de ilusión, nosotros le damos un lugar primordial y fundamental a la palabra. En primer orden está la palabra, luego viene lo demás; la palabra funda hechos, cosas, vidas. Somos hablantes seres. Primero hablamos, luego somos.

Por eso afirmamos que: El tratamiento psíquico en pandemia es por la vía de la palabra.

Porque sabemos, porque estamos convencidos, con ese convencimiento propio de haber realizado una experiencia de análisis, que la palabra tiene su poder, que la palabra conlleva un poder intrínseco, propio, único. Muy humildemente, seguimos a Sigmund Freud, nos dedicamos a escuchar las palabras con las cuales nuestros pacientes nos cuentan el sufrimiento, nos describen las penas, nos hablan de su dolor. De hecho, nosotros afirmamos que la clínica es lo que se dice en un análisis.

En este sentido, también estamos advertidos de un hecho importante: La Patologización de la vida cotidiana. Asistimos a una verdadera, continua y global, patologización de la vida cotidiana, (que nada tiene que ver con la Psicopatología de la vida cotidiana freudiana). La patologización de la vida cotidiana va de la mano de la medicalización correspondiente, a partir del imperio de la industria farmacológica. Es decir, generar un nuevo pathos y su correspondiente psicofármaco.

Basta que recordemos un asunto: aquel de León Eisenberg, creador del TDAH- Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad. Poco antes de morir, en un reportaje con el semanario alemán Der Spiegel, afirma que el Trastorno es un ejemplo de enfermedad fabricada, que la cuestión genética, biológica existe, pero que en realidad está sobrevalorada, se trata de una enfermedad ficticia.[[2]](#footnote-3)

El consumo de Ritalina es más tranquilizador para padres, educadores y médicos, y genera mayores ganancias económicas para la industria farmaceútica, que tomarse el tiempo necesario para escuchar a todos los actores involucrados en la escena y disponerse a jugar amorosamente con un niño.

En ese sentido podemos afirmar que el neoliberalismo no descansa, es decir que ese significante que da cuenta del discurso capitalista, razona y planifica su futura ganancia aún con algo de niebla mental.

El sufrimiento de cada sujeto es presa del algoritmo para obtener una plusvalía, el discurso capitalista impera.

**3- Logros y Desafíos.**

Desde nuestro sector Psi, desde una perspectiva estricta, muchos colegas, psicólogas y psicólogos observamos que se ha abierto una nueva oportunidad en relación a la investigación de hecho, que estamos llevando cabo con la implementación de una variedad de modalidades de atención psicológica a la distancia, virtual, online.

Estamos realizando e investigando esa experiencia y vamos sabiendo que los tratamientos psíquicos en Pandemia, fueron adquiriendo diversas flexibilidades, acomodamientos, cambios, para continuar ofreciendo distintos espacios de escucha, de contención, y de acompañamiento, a nuestros pacientes, sean estos niñas, niños, adolescentes, adultos, parejas, adultos mayores. Por eso nos consideramos parte de los trabajadores de Salud, de los llamados esenciales.

A partir de toda esta situación mundial que venimos atravesando, es de público conocimiento que la incertidumbre sobre el futuro poco colabora con una estabilidad psíquica sustentable, que los sentimientos de bienestar son evanescentes de por sí, pero podríamos decir que hoy, son más evanescentes que antes aún.

En este sentido, poder decir con palabras, qué es lo que nos va pasando, cómo nos vamos sintiendo, es uno de los insumos estratégicos que se tornan cruciales en esta Pandemia, y por ello es muy importante poder darle continuidad a los lazos transferenciales, como les llamamos nosotros: continuar con los tratamientos en curso y también iniciar nuevos tratamientos de manera virtual.

Nuestro desafío es poder darle continuidad a una modalidad de vida que ponga en juego el deseo, es decir, el motor de la existencia, por eso nosotros sostenemos que No hay Salud, sin Salud Mental.

**4- El cuidado de la vida.**

Para concluir, afirmamos que el eje fundamental de las políticas públicas que se están implementando van por el lado de la vida, apuntan al cuidado del otro, a prevenir la muerte, constituyen una apuesta por el futuro en comunidad, asumiendo que las respuestas colectivas son la mejor solución posible a la problemática que nos toca atravesar como sociedad, por ello no hay que confundir el cuidado de la vida con una posible medida restrictiva.

Es este un período, en este contexto de Pandemia que nos toca atravesar, en el que debemos continuar con las tareas de cuidado del otro y del cuidado de sí, tenemos que llevar adelante un comportamiento fundamentalmente ético, se trata de nuestros actos, de lo que hacemos sosteniendo cada día de un modo activo todas las medidas de prevención conocidas, para que no colapse el sistema de salud y evitar más contagios y más muertes.

Nadie se salva solo. La solución es colectiva. Nuestra apuesta va por la vida, junto a Eros, apostamos por el deseo.

DIEGO TIMPANARO

Psicoanalista.

Miembro de la EFBA Escuela Freudiana de Buenos Aires.

Docente de la Escuela de Especialización y Posgrado en el Área de Clínica Psicoanalítica con Adultos del Colegio de Psicólogos de la Provincia de Buenos Aires Distrito XII Quilmes.

Presidente del Colegio de Psicólogos de la Provincia de Buenos Aires Distrito XII Quilmes.

Director General del Instituto Municipal de Salud y Medicina Preventiva

“Dr. Ramón Carrillo”. Dispensario Municipal. Municipalidad de Quilmes.

1. El concepto de acontecimiento es clave en la obra de Alain Badiou. El filósofo francés expuso el término en su libro de 1988, *El ser y el acontecimiento.* [↑](#footnote-ref-2)
2. Der Spiegel, 6, 2012, Schwermut ohne Scham, p. 122-131. [↑](#footnote-ref-3)