

# TÚNELES (4)

*Posted on abril 21, 2011 by Administrador*



**Category:** [Default Humanístico](#)

**Tag:** [Default Humanístico](#)



## TÚNELES (4)

### **"El stress crónico (distress) destruye literalmente el sistema nervioso " Prof. Dr. Roberto Re-Mateo Bautista Libro: Vida sin distress.**

Habíamos visto que en la vida urbana de hoy cavamos túneles en donde nos refugiamos y evadimos de la angustia del vivir. Analizamos en otras notas a la "villa" como un refugio elegido para drogarse con "paco" como los nuevos "fumaderos de opio" ya no de la Europa del siglo XIX sino del hoy argentino, luego los bingos barriales o los casinos como guaridas en donde la magia omnipotente del "hagan juego" se une con el autocastigo hasta llegar al vacío de la pérdida de dinero y de estima.

Pero también hay túneles a la luz del día cuando encerrados en una burbuja creada por nuestro Ego nos subimos a una "moto" generadora de vorágine y excitación. Desde el manejo de un automóvil a velocidades riesgosas desdeñando al otro, o en un trabajo frenético detrás de una ilusión de omnipotencia, también en actividades públicas y competitivas en donde se define la lucha no como dialéctica sino en "matar" al enemigo, en otras ocasiones es un adicto en la búsqueda ansiosa del "dealer"(distribuidor); túneles y ...más túneles.

El soporte químico corporal de este frenesí es la adrenalina y otro cortejo de sustancias químicas cerebrales excitantes; el resultado es vaciar el cerebro de estas sustancias llegando a un agotamiento del sistema nervioso. Llegar al extremo del stress hasta intoxicar las neuronas (base del sistema nervioso) y promover, así, la muerte neuronal y las uniones entre ellas (podas dendríticas).

El soporte imaginario es el narcisismo, la dictadura del Ego. El otro, entonces, no existe, o se lo devalúa o aniquila. Desde el narcisismo se trata de destruir lo diferente y la multiplicidad de la vida.

Narcisismo y desgaste cerebral van de la mano. El nombre que utilizamos es stress, que es una combinación de desgaste neuroquímico y bioeléctrico al cual quedamos sometidos y también de lo desmedido de nuestras apetencias. Ambos (la neuroquímica alterada y un Yo omnipotente) son el combustible de un cuerpo que al final claudica, se agota y queda derrotado en aras de un triunfo imposible por la pérdida del sentido de realidad que está en juego. Insomnio, cefaleas, auto-medicación, trastornos digestivos y ulcerosos, taquicardia, mareos, hipertensión arterial, inapetencia o voracidad alimenticia, contracturas musculares, et, etc.

Stress quiere decir presión sobre el organismo, pero vivir es sentirse en conflicto y de alguna manera presionado. El aumento de esta presión se llama distress en donde ya el stress lleva a daños mucho más serios, mentales y corporales. El distress es un paso más que el stress. Hans Selye estudioso del stress dijo que la mejor manera de definir este término la encuentra en los griegos cuando pasa de una respuesta solamente fisiológica a una humanista: sufrimiento vital. El distress es ya un sufrimiento máximo e incluso en muchos casos crónico.

Todo esto daña también el sistema defensivo del organismo de los virus y bacterias; nuestra inmunidad queda alterada y el cortejo de enfermedades así comienza.

Esto es un retrato de la vida diaria. En la calle, la empresa, el trabajo. CAPLA (Centro Argentino de Prevención Laboral en Adicciones) en un sondeo de 1.900 personas en grandes organizaciones laborales (2.007) mostró que el 56% de los empleados conoce algún compañero que usa o abusa de alguna sustancia ilegal (marihuana, cocaína, paco, etc.). El 70% reconoce compañeros que abusan del alcohol. Solo el 7% de los encuestados reconoce que hay programas preventivos para enfrentar la epidemia en los espacios laborales.

La adrenalina como combustible cerebral que va a agotarse, el Ego omnipotente como energía que compulsivamente se resiste a los requerimientos de la realidad y en muchos casos, también con la utilización de drogas; todo esto tiene diversas vías de culminación hasta llegar al cierre de todas las posibilidades de salir del túnel en el cual nos colocamos. El punto de cierre que marca la ciencia es el llamado síndrome de las cuatro F: figth (lucha), fligth (huida), faint (desmayo) y por último freeze (parálisis). Caída de la omnipotencia. Falta de combustibles cerebrales. Agotamiento. Claudicación. O sea la vida como túnel.

