

LA OTRA GRIPE A

Posted on abril 24, 2011 by Administrador



Category: [Default Humanístico](#)

Tag: [Default Humanístico](#)



LA OTRA GRIPE A

“El horizonte del hombre es la cura” (cuidado de sí como apropiación de sí mismo)

M. Heidegger

Estuvimos mostrando distintas formas de morir anticipadamente ya que eso es el drogarse como estilo de vida: la entronización de la muerte. La desmesura, el no “poder parar” haciendo del placer la posibilidad- imposible de conseguirlo sin límites y sin ninguna consecuencia evidenciable en nuestras vidas (ilusión omnipotente que se desvanece permanentemente) y por fin la imposibilidad de tramitar duelos y transiciones que son el desafío constante de nuestro vivir; son algunas de las anécdotas clínicas que todos los días vemos en nuestros consultorios.

Hoy vamos a ver otra categoría importante de muerte anticipada: no poder hacernos cargo de nosotros mismos. Pareciera existir en muchos de nosotros la ilusión omnipotente que Otro se tendría que hacer cargo de nuestras vidas. El cuidado debe pasar por otros y debe ser de otros: los médicos, los padres, poderes celestiales, etc. Vieja creencia infantil. La gripe A nos muestra paradójicamente como el hacernos cargo de nosotros mismos es el principal cuidado.

Hacerse cargo de nuestro sí mismo o sea de nosotros mismos es la tarea central de nuestras vidas. Así surge la subjetividad, la vida personal; la intimidad es nada más y nada menos que una apropiación de nosotros mismos. Nuestro sí mismo es una totalidad. El cuerpo forma parte de esta totalidad.

Con la gripe A y con esa otra gripe A epidémica que es el paco por ejemplo se habla mucho del sistema inmunológico – defensivo del organismo y del cuidado de nuestro organismo que es un continente de células con múltiples funciones sistémicamente articuladas. Somos miles de células en organizaciones cada vez más diferenciadas que algún día morirán pero que morirán antes y anticipadamente si no las cuidamos o sea si no nos apropiamos de ellas como nuestro sí mismo más profundo. Lo mismo sucede con nuestro sistema inmunológico; éste también depende de cómo nos cuidemos o sea de cómo nos apropiemos de él.

Continente celular y sistema inmunológico son guardianes de la vida pero ésta depende de una apropiación subjetiva o sea amorosa de nosotros mismos.

Hoy la gripe A con la fase 6 de de propagación del virus H1N1 nos muestran la vigencia de los cuidados del sistema inmunológico. La alimentación sana, el no drogarse, el uso medido del alcohol, la actividad física, el descanso, el límite y el control del stress crónico son elementos protectores frente a los virus y bacterias. La dieta y la no ingesta de tóxicos condicionan los mecanismos de defensa del organismo. Los excesos crónicos dañan la inmunidad. Vivimos rodeados de virus y bacterias pero también todo depende de la fortaleza de nuestro sistema inmunológico que paradójicamente también depende de nosotros mismos y de nuestros cuidados.

El adicto en este caso y esto lo observamos diariamente en nuestro consultorio liquida cotidianamente sus defensas. Es un "morir antes" y máxime cuando aparece el Sida que lo marcará con una inmuno-depresión de la cual tendrá que cuidarse de por vida. Otra vez la palabra es cuidarse o sea apropiarse de nosotros mismos en este caso aceptando nuestra enfermedad; base ésta fundamental para seguir viviendo con la ayuda que hoy nos proporciona la medicina con la dedicación anti-retroviral. La aceptación es un hecho clave en el Sida, aceptación que es apropiarse de este ser que somos hoy con el Sida para seguir viviendo con la mejor calidad de vida posible. Si no aceptamos el Sida anticipamos aún más nuestra muerte.

También sucede lo mismo con el cuidado de nuestro continente celular que somos. Si no aceptamos y no nos apropiamos de este ser que somos como cuerpo también aparece la muerte anticipada. Las células, todas, están programadas para morir pero nuestros des-cuidos pueden hacer que mueran antes. El proceso de muerte celular se llama apoptosis. El organismo todos los días mata células alteradas o cancerosas; pero hay ciertos hábitos de vida (el drogarse por ejemplo) que aceleran el envejecimiento de células sanas y anticipan su muerte . Se promueve la oxidación del organismo y esto lleva a la muerte celular.

Toda la prevención de la apoptosis celular está basada en la calidad de vida: manejo del stress, cuidados alimenticios, no drogarse, actividad física, etc. Todo esto parecería funcionar como un "secuestro" de los radicales libres (elementos de oxidación y envejecimiento celular) para dificultar y enlentecer la apoptosis o sea la muerte celular.

La apropiación de nuestro sí mismo para poder tener intimidad (identidad) es también cuidar nuestro archipiélago celular y los sistemas defensivo- inmunológicos.

Creo que la gripe porcina de la cual afortunadamente tanto nos cuidamos debería hacernos pensar en muchos de nuestros descuidos cotidianos. La otra gripe A es el paco en nuestras barriadas que mata y deteriora más que aquella. Con el paco la apoptosis celular y el daño al sistema inmunológico es cotidiano. La muerte también.

Ojala se utilizara para el paco, el tabaquismo y las drogas en general el mismo cuidado social y el mismo marketing preventivo que se utiliza para la gripe.

