LA ESPERA TRAUMÁTICA DEL HISOPADO

Posted on abril 12, 2022 by Administrador

Category: Default Humanístico

DEFAULT HUMANISTICO

"...la palabra, el habla es la casa del ser. En su morada habita el hombre. Los pensantes y los poetas son los vigilantes de esa morada..." M. Heidegger, Carta sobre el humanismo, Ediciones del 80.

El maestro alemán nos enseña que es en la palabra donde se dirime todo En tiempos de Hisopado hablar, encontrarse y contener en fundamental. Esto parece faltar. Necesitamos poetizar el dolor y la incertidumbre. El estar ahí …al lado del otro es fundamental porque el temor a la muerte ronda.

El gran tema de hoy para nosotros los terapeutas que atendemos y contenemos a residentes y familiares en tratamiento de adicciones y con riesgo de COVID es como lidiar con el trauma. Pensemos que hoy se hacen miles de hisopados, pero en esas historias estadísticas hay una angustia creciente que no se dimensiona lo suficiente en muchos casos.

El miedo es el patrón común. De repente unas líneas de fiebre, un dolor muscular o de garganta y entonces hay que implementar un protocolo del Ministerio de Salud que marca aislamiento preventivo y derivarlo a centro de tipo clínico para los estudios radiológicos, de laboratorio y los hisopados.

Probablemente no es más que una gripe, pero la sensación social y los miedos del conjunto llevan a pensar lo peor. Aunque sean jóvenes, pero eso no importa; importa la sensación que se vive. Pensemos que el consumidor activo de sustancias de todas las edades aprendió a manejar emociones de angustia con alcohol o drogas y esta es también una experiencia nueva.

También nosotros estamos en juego con nuestros miedos. Ponemos el cuerpo; no basta el barbijo o las diversas mascarillas porque la "procesión va por dentro", como dice el dicho popular. Pero ahí es fundamental nuestra experiencia clínica y nuestro análisis personal para no proyectar miedos y devolver silencios que contengan, escuchas que alimenten confianza.

Palabras y silencios son nuestro elixir para muchos y que "estemos ahí", al lado solo con un acto

monumental como lo es el acompañar… medicina clave en momentos en que todo en el otro parece caerse ante la más mínima fiebre o un dolor que lo remite a lo que la televisión y la realidad marca que forman parte de ese otro grupo humano dañado por la pandemia.

Lidiar con el trauma es nuestra tarea. Nuestro propio trauma es fundamental porque el primer "sujeto del sufrimiento" somos nosotros y por otro lado acompañar y contener a ese otro "sujeto de sufrimiento" que está al lado nuestro. Recordemos los que nos decía el maestro en Medicina **Osvaldo Fustinoni** (1909-2000):

> *"Hay dos cualidades que el medico no puede dejar de tener: esperanza y paciencia; la paciencia es lo único que va a llevar a un conocimiento verdadero de su enfermo y la esperanza es lo único que lo ayuda a triunfar sobre la angustia de la muerte".*

Para luego decir "cuantas veces otra vez en el seno de la noche cerrada o al clarear de la aurora, en la soledad o en la quietud del silencio el médico da rienda suelta a sus pensamientos y devaneos en torno de su paciente o del amigo que sufre". Otra vez" el silencio, pero también el silencio de las noches insomnes del médico".

Son tiempos de un necesario humanismo como el que trasuntaba el maestro Fustinoni y que parecen tan distantes en momentos de deshumanización del trato médico que es en muchas ocasiones tan frecuentes.

Mientras se espera el Hisopado (nuevo lenguaje de la tragedia o el drama de hoy) aparecen pesadillas (en ellos y en nosotros), muchos se aíslan temiendo lo peor, están insomnes y el consumidor anhela el consumo porque eso lo saca de esa angustia del vivir con la cual nunca pudo lidiar. El alcohol o las sustancias son paraísos artificiales soñados pero imposibles de alcanzar en un entorno terapéutico.

Esas 48 hs hasta llegar el resultado, habitualmente es así, parecen eternas mientras el paciente permanece aislado en una sala. Ahí los devaneos son grandes y la sensación de lo inminente fomenta dolores de cabeza, de estómago, aceleración del pulso, sudoraciones, sobresaltos.

Además, hay cambio de ambiente y paso de un lugar familiar como es una comunidad terapéutica a una habitación en donde está en soledad visitado por médicos que con un atuendo especial lo revisan y casi no cambian palabras. Es que son tantos los aislados que parecen ser un número.

Su mundo personal cambio y su dilema es si podrá volver a ver a otros significativos (familiares, terapeutas, amigos) si lo suyo se agrava como preguntas y casi sin respuesta.

El resultado aclara el procedimiento .Si es negativo el paciente siente que es una segunda oportunidad en su vida (estamos hablando de las fantasías que tiene no de la realidad) porque si es positivo esto no significa que el mundo se venga abajo ya que el índice de letalidad es muy bajo y es en pacientes muy adultos y con varias patologías comórbidas (habitualmente en Argentina del 1 al 1,5% de los infectados).Pero estamos hablando de lo que sucede en una personalidad traumatizada, con alto stress y marcada angustia.

Estrés postraumático

Del trauma se sale hablando o de lo contrario entramos en el estrés postraumático. La avalancha de químicos tóxicos en el organismo aparece ahí llevando a una lucha que culmina en la fase de la extenuación orgánica, en donde el insomnio, la ansiedad y el sentirse sobresaltado aparecen en forma evidente.

Habitualmente el 8% de lo que padecen traumas severos culminan en un stress postraumático. La avalancha de químicos en el estrés postraumático lleva a niveles altos de inflamación (factor de envejecimiento, trastornos en el peso, trastornos metabólicos, artritis, fragilidad corporal, deterioro funcional) y fundamentalmente daña aún más el sistema defensivo responsable de la inmunidad (diabetes, artritis, trastornos digestivos, problemas urinarios en afectados por patologías prostáticas incluso con hematuria orinando sangre que son equivalentes en muchos de estrés, cefaleas intermitentes,etc) .

Los que estamos al lado de estos pacientes o sea los cuidadores también sufrimos y máxime si tenemos crisis personales, escaso análisis personal, poca experiencia clínica apareciendo entonces signos de inflamación también en nosotros con obesidad, crisis hipertensiva, etc. O también enflaquecimientos con restricción de alimentación.

Los estresados producen más insulina lo cual almacena más grasa contribuyendo al aumento de peso y la obesidad. Hay en el mundo una tasa de mortalidad de más del 60% en estas poblaciones que en los no cuidadores.

Cuidar a los cuidadores

Las instituciones necesitamos establecer formas saludables de lidiar con el estrés: capacitación, coloquios, relaciones personales cercanas, aventar miedos con el personal de infectologos de cada institución, ingresar a programas de psicoterapia, bajar las tasas de ausentismo por miedo, ayudar al personal a generar estrategias de afrontamiento del estrès con apoyo de amigos, familiares o grupos de apoyo y una actividad física continuada.

En Gradiva con la Infectologa realizamos grupos de capacitación pero que al mismo tiempo resultan ser terapéuticos en donde el personal realiza la catarsis de los miedos por ellos mismos, sus familiares, la crisis en los barrios donde viven y los temores por los destinos laborales ya que en sus vecindarios hay mucha gente sin trabajo. **La identificación con la institución donde trabajan se potencia mucho y la tarea laboral es más placentera.**

Juan Alberto Yaría

* Director general de Gradiva - Rehabilitación en adicciones