NI NEGACIÓN, NI DESESPERACIÓN; ALERTA NECESARIO

Posted on abril 12, 2022 by Administrador

Category: Default Humanístico

"En la vida hay situaciones limites que nos ponen a prueba como el sufrimiento y la muerte; solo hay un camino posible, poder atravesarlas". Karl Jaspers

- POR JUAN ALBERTO YARÍA
- 02.08.2020

A vez recuerdo a Hegel cuando nos decía por el Miedo se llega a la Sabiduría y la máxima mística "…por el miedo se llega a Dios". La alerta es fundamental para generar los cuidados necesarios ante una enfermedad infectocontagiosa como lo es el nuevo corona virus. Recordemos que la transmisión de la gripe es de uno a uno mientras que el covid-19 es de uno a dos personas y media.

En los centros terapéuticos el cumplimiento de los protocolos de las autoridades sanitarias es Ley y es una forma de prevenir lo máximo posible la enfermedad que circula.

Tenemos infectologos de cabecera que son nuestra guía ante casos sospechosos y de consulta permanente y con capacitaciones semanales intensas.

Pero existen dos conductas que pasan de la alerta necesaria a la negación de la realidad de la epidemia o al pesimismo con pánico.

El pesimismo también se contagia. Conocemos personas que ven en todo lo catastrófico y como esto va a aumentar considerablemente siempre. También vemos en esta pandemia de corona virus a aquellos que niegan la realidad y hacen de los cuidados una burla.

Toda la vida de ellos de ellos se basó en la transgresión de toda Ley y especialmente de la Ley que marca los cuidados del cuerpo y la mente y la sordera narcisista ante las indicaciones de otros o de las autoridades, por otra parte, no olvidemos que las adicciones (nuestra materia de trabajo) tienen como característica central la veda de la Ley y la infracción de la misma como hecho central.

Tanto el pesimismo catastrofista como la negación transgresora la vivimos todos los días. Por mi tarea a cargo de un centro de rehabilitación tenemos que lidiar en nosotros mismos y en los que

están a nuestro cuidado con todos estos hechos.

Desde la resistencia a usar el barbijo en residentes e incluso el personal, las máscaras de protección para viajar, el control dos veces por día de la temperatura y la saturación de oxígeno, el lavado de manos cuatro veces al día como mínimo, compartir el mate, no respetar la distancia social, etc.; todo esto forma parte de los cuidados que se intentan negar una y otra vez. La actitud de reforzar los cuidados debe ser permanente.

CUIDAR LA VIDA

Desde la visión catastrofista todo cuidado es poco y la angustia los lleva a una compulsión iterativa que facilita trastornos del sueño, distintos signos de irritabilidad, sugestión e hipocondría al exceso, trastornos de alimentación, etc.

Las fobias sociales al contagio y las negaciones a la realidad de esta enfermedad son constantes en el contacto con nuestros residentes y personal asi como con familiares.

También hemos visto en nuestros residentes como la cuarentena los ayudó a encontrarse consigo mismos y han iniciado carreras universitarias y han progresado notablemente. La cuarentena es terapéutica y además nos confiesan que de no estar en una comunidad terapéutica estarían en carrera de consumo. Además, han hecho cambios en su sentido de la vida maravillosos como por ejemplo la reconciliación con sus familiares e hijos, iniciaron el proceso de aceptación de la enfermedad y de renuncia al consumo, así como a todos los contactos de venta de drogas o páginas de propaganda de las drogas.

Abandonaron relaciones tóxicas que durante años fueron compañeros en el viaje a la muerte, pero al mismo tiempo y por otra parte otros también abandonaron la cuarentena urgidos por la abstinencia y la manipulación para volver a medios tóxicos.

También observamos en muchos familiares el *síndrome de la cabaña* no abandonando su casa e incluso no ventilándola poseídos por el miedo. Poder escucharlos, empatizar con ellos y acompañarlos a que se atrevan a una caminata saludable con máscaras de protección es algo necesario, pero con paciencia porque los síntomas de pánico solo requieren paciencia en los que contienen a estas personas.

FORTIFICAR NUESTRO SISTEMA INMUNOLOGICO

Aparecen así agorafobias con miedos al contacto en donde ya el extremo cuidado es un llamado a la enfermedad. Ignoran por demandas inconscientes de angustia que el sistema inmune necesita lo que hoy se denomina un "sistema inmunológico de conducta" primera barrera ante la infección, que incluye desde la actividad física, la alimentación saludable, contactos, aunque sea virtuales con amigos o familiares. De a poco se va generando una fobia social en donde no hay ningún contacto.

Además, estas personas tienden a refugiarse en programas de radio y televisión que parcelan la realidad e incluso transmiten noticias falsas en donde **en la soledad de las pantallas van generando un "idiolecto delirante" que los lleva a mayores angustias;** la soledad va generando conductas autistas que al no contrastarse con la palabra del otro lo sumerge incluso en conductas autodestructivas mayores.

La angustia ante la muerte ronda en todos nosotros, aunque el nivel de letalidad es bajo en nuestro país; pero la mente racional cede ante estructuras cerebrales y psíquicas en donde el miedo por la supervivencia es clave.

Además, lidiar con la certidumbre de la incertidumbre es difícil y máxime cuando creímos que la civilización científica (base de nuestras creencias) va cayendo como un "castillo de naipes".

El miedo de muchos o la negación de otros tantos no se puede poner en cuarentena. **Solo cabe cuidar, limitar, empatizar, acompañar porque tienen estructuras de personalidad acuñadas en años de vida.**

FORTALEZA DEL HUESPED

No olvidemos que el virus en su fortaleza se encuentra con el huésped, o sea nosotros mismos con nuestras fortalezas e inmunidades fruto de nuestros cuidados y de nuestras promesas genéticas, No hablamos del huésped como fortaleza inmune y también esta el contexto en donde vivimos con aglomeraciones, consumos de alcohol, drogas, abandonos, abusos, etc. La problemática de nuestros barrios y lugares de encuentro tienen un papel fundamental en nuestra pandemia.

Virus, huésped con sus fortalezas o debilidades y contexto son el trípode de nuestro trabajo.

Juan Alberto Yaría

* Director general de Gradiva - Rehabilitación en adicciones