

En busca de un tratamiento para una sociedad en crisis

Por Joaquín Pereira

kinjote@cantv.net

Introducción

Desde el 11 de septiembre del 2001, Estados Unidos conoció un nuevo estilo de guerra. España sufrió el mayor atentado terrorista el 11 de marzo del 2004. Venezuela vive en una tensa polarización política agravada desde los sucesos del 11 de abril del 2002, que produjo la salida momentánea del poder del presidente Hugo Chávez. Estos son tres ejemplos de sociedades que atraviesan crisis profundas y que sin lugar a dudas afectan la psiquis de sus habitantes.

Aprovechando el marco de las Jornadas por los 40 años del Centro de Salud mental del Este El Peñón, celebradas en el Hotel Caracas Hilton en Marzo de este año, el equipo de Vitae consultó a dos reconocidos psiquiatras sobre la importancia de los profesionales de la salud mental en sociedades que atraviesan crisis como las mencionadas anteriormente.

Nuestro primer entrevistado fue el Dr. Renato Alarcón, Profesor-consultor de Psiquiatría de la Escuela de Medicina de la Clínica Mayo, Director Médico del Centro de Psiquiatría del mismo centro ubicado en Rochester, Minnesota-Estados Unidos y Profesor de Psiquiatría de la Universidad Peruana "Cayetano Heredia", en Lima-Perú.

Por Venezuela consultamos la visión del Dr. Nelson Álvarez, Médico Psiquiatra, Ex-Médico Jefe de la División de Salud Mental del S.A.S. y Ex-Coordinador del Posgrado de Psiquiatría del Instituto de Salud Mental del Este (El Peñón).

Otros temas tocados en la conversación con ambos especialistas fue el papel de los medios de comunicación en la mejora o empeoramiento de la salud mental de los ciudadanos y la vulnerabilidad de los niños y adolescentes que viven en sociedades en crisis.

Importancia del especialista en salud mental

"Como miembros de una colectividad amenazada – dice el psiquiatra Renato Alarcón, director de la Unidad de Trastornos Afectivos de la Clínica Mayo en Estados Unidos - el profesional en salud mental debe ser agente protagonista de un esfuerzo colectivo por controlar, por resistir, por aliviar las situaciones de tensión o de crisis."

Una situación de crisis social, de intranquilidad social, de desestructuración o de disfuncionalidad colectiva, va a generar lo que se conoce convencionalmente como patologías mentales o psicopatologías. El Dr. Alarcón mencionó que existe una variedad de entidades clínicas que van desde una depresión hasta una psicosis, desde un trastorno de estrés postraumático hasta un cambio permanente de personalidad. **"Todas estas patologías de crisis, que se dan a nivel individual y a nivel grupal, van a requerir la intervención del profesional. Su presencia es necesaria tanto en la parte diagnóstica, como en la parte de tratamiento, que tiene que ser multidisciplinaria, que tiene que basarse en lo que se sabe respecto a esas entidades, en un manejo racional y razonable de los recursos con que se cuenta",** dijo.

Por su parte el Dr. Nelson Álvarez opina que los especialistas en salud mental no son sólo para las sociedades en situaciones en crisis, son para todas porque la enfermedad mental es universal. “Hoy día se calcula en el mundo que, por lo menos una vez en la vida, toda persona tiene que consultar a un especialista en salud mental. No hay ninguna sociedad que este libre de la enfermedad mental y por lo tanto la salud mental copa todos los ámbitos”, expresó.

El Dr. Álvarez ve al equipo de salud mental como un grupo de suma importancia en la atención de personas víctimas de la violencia, por ejemplo las dadas por el terrorismo, y sobre todo los sobrevivientes. Afirma que los familiares de las víctimas quedan altamente perturbados y necesitan ayuda en salud mental y también ayuda espiritual. “La espiritualidad, es una nueva dimensión de la salud mental que se está aconsejando tratar hoy día”, dijo.

Salud Mental: La Cenicienta de atención primaria

Se le consultó al Dr. Alarcón el por qué la salud mental pareciera quedar siempre como la “Cenicienta”, en los programas de salud. Contestó que en la actualidad se discuten en muchos foros la asociación o trabajo conjunto entre salud mental y atención primaria.

“La salud mental ha sido relegada dentro de lo que se llama atención primaria, medicina general o medicina de familia, perdiendo su propia voz. Debería estar a un mismo nivel que otras disciplinas. Esto es un dilema que se debe seguir discutiendo para reivindicar a la salud mental y a sus profesionales”, afirmó.

Inversión en Salud Mental

El Dr. Alarcón opina que la inversión en salud mental de los países del tercer mundo es mínima. “El tener recursos y el canalizarlos hacia salud mental es indispensable, y lamentablemente en los países del tercer mundo la prioridad que tiene salud mental es desafortunadamente de las últimas. Eso no quiere decir que en el primer mundo no haya problemas, en Estados Unidos, el país más rico de la tierra, 50 millones de personas no tienen seguro de salud”, declaró.

El Dr. Alarcón opina que la salud mental nunca ha sido prioridad de salud pública, y confiesa que mucha responsabilidad de esto recae en los profesionales de la psiquiatría o psicología. Mencionó también que hay elementos de tipo cultural, como la estigmatización, que agravan el problema. “En los países del tercer mundo hay la presencia de otras necesidades, como la desnutrición, falta de vivienda, poca higiene, enfermedades infecciosas, etc., y al tener recursos limitados, los gobernantes tienen que establecerse prioridades y entonces a veces limitan los recursos que se dan a la salud mental. Lo que olvidan es que salud mental es un componente fundamental de salud integral, que las consecuencias de una salud mental descuidada son económicas y éticas. Los costos, si se suman, van a hacer que salud mental sea un área mucho más cara si no se trata que cualquier otra condición, incluido cáncer o enfermedades infecciosas”, dijo.

Caso venezolano

El Dr. Nelson Álvarez calcula que el 40% de los venezolanos necesitan asistencia en salud mental, en formas diversas. El número de asesinatos semanales, los accidentes de tránsito por consumo

de bebidas alcohólicas y el consumo de droga, son indicadores de la gravedad de la situación actual en nuestro país.

Opina que en Venezuela los recursos están muy dispersos y que se han desmantelado toda la red sanitaria. “Apenas tenemos los hospitales psiquiátricos y están copados con los pacientes psiquiátricos tradicionales, pero las depresiones, los estados de angustia, los trastornos de estrés postraumáticos, todo ese tipo de patología gruesa, necesita y requiere atención, y atención inmediata”, expresó.

Citando a un celebre epidemiólogo, el Dr. Álvarez dijo que para ver como está la salud pública de un país hay que fijarse en tres cosas: cómo están los niños, los ancianos y los enfermos mentales. “Los enfermos mentales en este momento están deambulando en nuestras ciudades y carreteras, los niños están abandonados buscando comida en los basureros, mendigando, y la persona de la tercera edad que tiene la fortuna de tener una pensión, esta es totalmente insuficiente para cubrir sus necesidades básicas de alimentación, de techo, de medicina...”, afirmó.

Al Dr. Álvarez le preocupa especialmente las secuelas de la violencia que produce la polarización política presente actualmente en Venezuela. “Los venezolanos hablan hasta de barricadas, que es un término de guerra. Es indudable que toda esa gente que está tan perturbada necesita atención en salud mental”, concluyó.

El Diván y el Fármaco para una sociedad en crisis

Violencia: la enfermedad

Un síntoma característico de las sociedades en crisis es la violencia y el Dr. Alarcón citando a Freud dijo que ésta ha estado presente de diversas formas en la historia de la humanidad. “Los periodos en los que se ha atenuado la violencia se han debido a etapas de la humanidad, como es el caso del renacimiento, en que en cierto modo el saber, el cultivo del conocimiento, el cultivo de nexos, el diálogo, la apertura mental, la apertura de las mentes hacia el diálogo y la comunicación, hizo que se entrara en etapas más fructíferas de intercambio humano”, dijo.

A saber del Dr. Alarcón la violencia es una actitud desesperada, que si viene de abajo, es la desesperación de los que sufren hambre, miserias, pobreza e injusticia, y si viene de arriba, es la desesperación del que ve que su posición es la equivocada pero se niega a reconocerlo. “Hay un término en psicología que se llama disonancia afectiva, que es un término que se refiere a lo que le sucede a algunas personas, especialmente en situaciones de poder o de liderazgo, que se aferran a una creencia que puede haber sido cierta mucho tiempo atrás pero que ya dejó de ser cierta. Lo que ellos sienten se convierte en lo que ellos piensan y pierden de esa manera toda noción de objetividad. Esto puede generar violencia”, expresó.

Como conclusión el Dr. Alarcón recomienda echar mano de la historia para prevenir y actuar ante situaciones de crisis. “Hay que hacer caso de ese viejo dicho que dice que los que no aprenden de la historia repiten los errores cometidos”, opinó.

Prevención: la mejor medicina

El Dr. Alarcón afirma que es posible “curar” a una sociedad en crisis. Aunque no es fácil de implementar, el especialista en salud mental cree que existe, metafóricamente hablando, un “diván” y un “fármaco” para una colectividad que ha sufrido de terrorismo, polarización social u otras crisis.

El Dr. Alarcón dijo que una sociedad que ha recibido traumas o crisis difíciles de asimilar puede asemejarse a un ente enfermo y la labor de un profesional a ese nivel sería en primer lugar la de indagar, como lo hace el psiquiatra o el médico a nivel individual o de consulta, los fenómenos que están dando lugar a esta enfermedad social.

Luego de efectuado un diagnóstico debe pasarse al tratamiento. “El diván, es decir, el escenario en el cual se va a practicar eso que llamamos en el campo clínico, psicoterapia, pero a nivel social o colectivo, yo lo concebiría como una variedad de escenarios. El diván es el hogar, la escuela, el centro de trabajo, la asamblea de una organización; el diván son los diversos escenarios en los que se da la vida colectiva”, dijo.

El especialista en salud mental opina que un tipo de gobierno democrático puede servir de diván para un colectivo afectado por tensiones. “Lo que hace el terapeuta en la situación de terapia en el campo colectivo equivale a la promulgación de legislaciones, de normas, de reglas, de planteamientos de acciones colectivas, gubernamentales, privadas, individuales, en todos los sectores, a fin de aliviar esta tensión”, agregó.

Siguiendo con la metáfora, el Dr. Alarcón dijo que la “farmacoterapia social” en una situación de tensión puede asociarse con los procesos de implementación de normas, los procesos de administrar una estructura de salud mental, de buscar el trabajo cooperativo de diversas entidades, tanto de nivel clínico, como de nivel social, de nivel comunitario como de nivel político. “Enseñar al público - darle la información, es como darle la medicina - que estén alertas al desarrollo de estas tensiones y a la forma de manejarlas”, señaló.

Finalmente el Dr. Alarcón expresó que en toda dinámica social existe un elemento fundamental, que es el factor de prevención. “La prevención, a nivel colectivo, es el estar preparado, el saber anticipar lo que puede suceder en base a acciones de grupo, acciones de comunidad o de pueblo, y en ese sentido nada hay mejor que una actitud preventiva. Es fácil decirlo pero no es fácil de hacer”, dijo.

Niños: población más vulnerable

En una sociedad en crisis hay sectores de la población más vulnerables que otros, este es el caso de los niños y adolescentes. Al consultarle al Dr. Alarcón su opinión con respecto a este tema respondió que las líneas de acción en pro de ayudar a este sector deben partir del campo de la investigación en estudios longitudinales. “El problema con la investigación es que hay muy pocos estudios que partan de niños que han sufrido situaciones traumáticas y que se les haya seguido año a año, por décadas, eso sería lo ideal. Lo que ha habido es estudios transversales, es decir, sucedió la experiencia y digamos, 20 años después, alguien colecta una muestra de pacientes, y encuentra que un buen número de ellos tuvo desde una edad muy temprana, una experiencia traumática similar. Entonces concluyen que esa experiencia tiene que ver con lo que se está

viendo ahora, lo cual puede ser razonable o aceptable pero no quiere decir que sea necesariamente cierto”, dijo.

Para el Dr. Alarcón es razonable pensar que los niños expuestos a eventos traumáticos van ciertamente a cargar con esa experiencia que los va a hacer luego probablemente más vulnerables a nuevas situaciones estresantes y la situación se complica si esa vulnerabilidad se asienta en una predisposición genética. Opina nuevamente que la labor preventiva es fundamental y esto implica una buena estructura de salud y educación del público para hacer seguimiento sistemático a síntomas precoces e intervenir rápidamente cuando se detecten casos tempranos. “Esos síntomas precoces, por ejemplo en niños o adolescentes, no van a ser necesariamente los síntomas que leemos en los libros de texto respecto a trastorno de estrés postraumático, depresión, etc., van a ser a veces cambios de conducta, baja en el rendimiento escolar, mayor irritabilidad, problemas de sueño, cambios de rutinas diarias, etc.”, afirmó.

Mientras el Dr. Alarcón pone el cuidado de los niños de sociedades en crisis en manos de profesionales de la salud mental, el Dr. Álvarez coloca la responsabilidad en manos del Estado a quien acusa de propiciar un lenguaje permanente de batalla. “Para que los niños no se vean afectados tendrían que haber políticas comunicacionales más sanas por parte del Estado”, opinó.

Los padres se encuentran sujetos a una gran tensión dentro de una sociedad en crisis y quisieran apartar a los niños y adolescentes de la violencia, pero esto no es fácil. “Yo tengo unos vecinos que tienen unos hijos adolescentes y que pretenden que no participen en las marchas de protesta, entonces claro, los muchachos se les rebelan al ver que sus compañeros de colegio y sus vecinos participan. Los niños más pequeños yo diría que sería bueno evitar exponerlos a toda esta información que puede ser muy malsana, pero no se los puede meter en una cajita de cristal”, expresó el Dr. Álvarez.

Medios de comunicación

Hay sectores en Venezuela que, desde hace algún tiempo, opinan que los medios están afectando psicológicamente a la población. Al consultarle sobre este particular al Dr. Alarcón, su respuesta fue que los medios pueden afectar tanto negativa como positivamente. “Es totalmente innegable la influencia de los medios en las conductas sociales y en los grupos humanos, es un fenómeno de fines del siglo XX y comienzos del XXI y va a seguirlo siendo en este siglo, no cabe duda”, opinó.

Efecto patogénico

El Dr. Alarcón en uno de sus artículos sobre las dimensiones clínicas de la cultura en la psiquiatría contemporánea, menciona que los medios pueden ejercer un poder patogénico. “Es cierto que una mayor exposición de los niños a películas o shows donde hay violencia genera, años más tarde, algún tipo de evento, de conducta anormal, en mayor proporción”, dijo.

Por su parte el Dr. Álvarez, aunque está de acuerdo en que se evite la exageración en la transmisión de información catastrófica, opina que los medios no son responsables de que se agrave la salud mental de la población. “La salud mental de la población venezolana ya está muy golpeada por los bajos niveles de educación, de empleo, por los índices de pobreza, desnutrición, etc.”, declaró.

Factor Terapéutico

Aunque para el Dr. Alarcón una exposición sistemática a la violencia que transmiten los medios es perjudicial, también cree que estos pueden ser un poderosísimo elemento de beneficio para la población si son bien utilizados. "En el caso de salud mental, al desestigmatizar la enfermedad mental, por ejemplo, al entrevistar a alguien famoso que hable de su enfermedad, de su depresión, y que ya está mejor porque fue a tratamiento, es una labor de enorme efecto beneficioso", expresó.

La advertencia oportuna sobre la crudeza de algunas imágenes y la presentación de analistas lúcidos que ayuden a la población a digerirlas, es una acción que en opinión del Dr. Alarcón constituiría una labor preventiva de primer orden. Pero esto, como afirma el Dr. Álvarez, no quiere decir que se coarte el derecho a la información. "La población tiene que enterarse de lo que está pasando, y son los medios los que permiten que la gente se entere", afirmó el Dr. Álvarez.