

I CICLO DE CINE Y “LOCURA” DE ARAGÓN. PERSONA

PARANINFO. ZARAGOZA

8 de Mayo 2009

PELÍCULA: “SOME VOICES”

Hola buenas tardes, gracias por vuestra presencia y a los organizadores de este primer Ciclo de cine y “locura” de Aragón. Persona, por vuestra invitación para poder compartir con todos vosotros este espacio donde hablar del sufrimiento, pero también para hablar de esa superación que conlleva la enfermedad mental y que cada día renueva la esperanza de una vida mejor para estas personas. Ojala este espacio público que habéis creado como foro donde hablar y acercar la locura a los ciudadanos, tenga continuidad en un futuro y podamos seguir alegrándonos de los pequeños y grandes avances que vemos en estas personas con las que aprendemos cada día y que aquellos que no os conocen sepan de vuestros miedos y temores, pero también de vuestros esfuerzos y renovadas ilusiones desde que un día os dijeron que teníais una enfermedad mental.

Un artículo del periódico “**El País**” firmado por el Grupo de Comunicación de Salud Mental de la Consejería de Salud de Andalucía nos dice: Una de cada cuatro personas padece una enfermedad mental a lo largo de su vida. En la gran mayoría de casos, la superará y en otros, si bien la enfermedad perdura, el paciente, con ayuda de familiares, amistades y profesionales, será capaz de afrontar su situación. También puede ser un proceso largo y doloroso, no sólo por la gravedad de su patología, sino por la imagen negativa que la sociedad posee de las personas con enfermedad mental. Gran parte del sufrimiento que padecen estas personas tiene su origen en el rechazo, la marginación y el desprecio social que tienen que soportar, y no en la enfermedad en sí misma.

La percepción social de la enfermedad mental está sesgada por el desconocimiento y la desinformación, e influye en el aislamiento de las personas que la padecen, haciéndoles creer que su enfermedad es una losa demasiado pesada de la que no podrán sobreponerse, y poniendo barreras a su recuperación. Nos referimos al **estigma** de la enfermedad mental, sustentado en prejuicios y causante de discriminación social, que se debe combatir por injusta, cruel y por no tener base científica.

La estigmatización es casi siempre inconsciente, basada en erróneas concepciones sociales, arraigadas en la percepción colectiva. Pero desmantelar el estigma de la conciencia colectiva parece una tarea mucho

más difícil. Las barreras de los antiguos manicomios han dejado paso a otros muros, invisibles, que mantienen el aislamiento e impiden la total recuperación de los pacientes, mediante prejuicios y tópicos que los encierran en su enfermedad. Se priva a las personas de su dignidad, contribuyendo a la reducción de su autoestima, el aislamiento y la desesperanza.

El silencio que rodea a cualquier problema de salud mental forma parte del problema. Las enfermedades mentales están silenciadas, ausentes e invisibles. Y sin embargo, están muy cercanas pese a que siguen siendo grandes desconocidas para la sociedad. La realidad es que una de cada cuatro personas padece una enfermedad mental a lo largo de su vida, y eso son muchas personas. Puede ser una amiga, un novio, un padre, una hermana o un compañero de trabajo.

¿Qué puedo decir del sufrimiento de estas personas? ¿Qué hacer? ¿Qué sentir cuando alguien te pide que le ayudes a morirse para no seguir sufriendo? ¿y del sufrimiento de sus familiares? A veces siento que puedo ayudarles a mitigar su sufrimiento, otras sólo puedo acompañarles en este pedregoso camino que a veces es la vida para ellos y brindarles mi apoyo, mi afecto y esa escucha silenciosa que a veces necesitan, sólo eso que les escuchemos.

Quiero señalar mi admiración por su capacidad de recuperación, por seguir levantándose cada mañana y salir al mundo, porque si muchos días a todos nos cuesta levantarnos de la cama, imaginemos cómo sería con ese plus necesario, pero agotador que supone la medicación, como dice Ray, el protagonista de la película que acabamos de ver “son como tranquilizantes para caballos, te dejan la cabeza como si llevases un martillazo...me dan temblores, calambres musculares, me vuelven lento...”, ese enlentecimiento, a veces dicen que incluso del alma, pero como le dice su hermano de las pastillas “las necesitas... quizás necesites ir mas lento”, necesarias para que los pensamientos no se les disparen del cerebro como flechas en todas direcciones.

Mi admiración porque a pesar de los muchos batacazos, “topetazos” que les llamáis algunos o recaídas que nombramos los profesionales, volvéis a recuperar poco a poco la esperanza en una vida mejor, para vosotros y para los que os quieren.

Como dice Marianne Farkas, y que recoge Isabel Vidal y Nuria García en su trabajo “Herramientas para la integración comunitaria: del Estigma a la participación ciudadana” la **recuperación** no es un servicio ni

un resultado de los servicios; la experiencia de la recuperación ha sido definida como un “proceso personal y profundo de cambio de actitudes, sentimientos, creencias, percepciones, funciones desempeñadas y objetivos vitales”, es un proceso personal para retomar el control de su vida, un proyecto vital y, a largo plazo, para ser más humano”. La recuperación de las enfermedades mentales no es sólo la readquisición de una función valorada socialmente y por la persona, sino que es además, la recuperación de los efectos de haber sido diagnosticado de una enfermedad mental (discriminación, desvalorización, fracaso de los proyectos e ilusiones, etc.) y también la recuperación con respecto a los efectos de la propia enfermedad mental”. Hace pocos días nos decía una persona en un Grupo, que prefería ser un drogadicto a un enfermo mental, a tal punto llega la perturbación que supone ser señalado como enfermo mental.

Philippe Pinel (1745-1826), un gran médico francés dedicado al estudio y tratamiento de las enfermedades mentales, consideraba posible la recuperación de un amplio grupo de enfermos a partir del **tratamiento moral**, recurriendo con fines terapéuticos a la parte de su razón que no estuviese perturbada; pensaba que se podía curar a los locos con palabras de estímulo y en el caso de los delirantes, podía atenuarse la opresión de la idea dominante, mediante un razonamiento hábil, contribuyendo con estas ideas al nacimiento de la psicoterapia; Aunque se pierda la razón casi por completo siempre queda aunque sea un grano de **razón** y eso le daba mucha esperanza, porque si trabajaba con ese grano de razón, luego se podía expandir a más terreno de su razón, tirando del hilo de ese grano de razón, lo sacaban de la sinrazón.

Ya las Escuelas Helénicas hablaban de los enfermos como dolientes... Epicuro, Zenón iban a curarse, ¡vamos, que desde los filósofos clásicos, ya hacían lo de atender y escuchar a los dolientes!

Últimamente se nos piden muchos programas, muchos registros... en las Unidades de Rehabilitación, y está bien, pero cuidado, hay que mantener siempre los tiempos de escucha... a veces eso es suficiente para espantar sus demonios...

La actividad es necesaria, lo vemos también en la película, Ray necesita hacer algo y además sentirse útil y ayudar en lo que pueda al negocio familiar. **La actividad como precursora del deseo**, es bueno porque esa actividad puede despertar deseos nuevos u olvidados y hacerle llevar una vida más plena y enriquecedora y a ser posible compartida como buscamos muchos de nosotros. Ese tiempo que pasa enamorado y feliz le pertenece para siempre.

El delirio sirve para tranquilizarse, el delirio psicótico se dice que es solitario, no puede compartirlo con el otro... a veces se habla de la soledad del psicótico, de la dificultad para los vínculos sociales; [el cuerpo del psicótico está fragmentado, hay una relación especial con el cuerpo, porque este se une a través del lenguaje, si este falla, falla el cuerpo...relacionado con el sentimiento de la vida, con el deseo...]

En la película Ray en momentos de locura y cuando su hermano le pregunta qué le pasa... no puede compartirlo con el otro, ni con su hermano, ni su novia... le es muy difícil expresar con palabras lo que le ocurre, si falla el lenguaje, falla el cuerpo, se fragmenta.

Sé que es doloroso para ellos muchas veces, cuando oyen, ven y sienten “*algunas voces*”, como dice el título de la película, o algunas cosas y se empapan de angustia ante ideas que cuando se atreven a contarlas, ven nuestras caras y miradas de incompreensión... y también de duda y temor y aún se sienten más doloridos y sufren porque entienden que no les podemos entender.

En la película, dice Ray “oigo cosas, voces, susurros... personas como espíritus y las casas me hacen preguntas... me estoy volviendo loco” y las extrañas interpretaciones que hace cuando va por la calle, de las señales, de las miradas, de las palabras ocasionales “me miran...ven a través de mí...tampoco me oyen...cuando me deprimó me vuelvo invisible, o tal vez no...”

Cuando les escucho este tipo de pensamientos los recibo como un regalo que me hacen y no dudo de su certeza ante lo que me cuentan, pero sé que me es difícil entenderles en toda su dimensión, lo intento y con mi escucha atenta y comprensiva creo que también puedo ayudarles en su sufrimiento.

Por supuesto que no siempre tienen razón... nosotros tampoco, pero cuando “se les disparan los pensamientos” pienso que tiene que ser muy potente esa sensación de pérdida y de descontrol y que surga nuevamente ese temor a volverse loco, a desintegrarse en la nada...

Recuerdo de la película, la preocupación, el dolor y el sufrimiento de su hermano ante lo incomprensible de esta enfermedad, nos dice “es un misterio y es horrible, complicado y aterrador y nadie tiene respuestas, nadie sabe qué es lo mejor”.

Gustave Flaubert, en “Memorias de un loco” nos dice “Únicamente voy a poner sobre el papel todo lo que se me pase por la cabeza, mis ideas con mis recuerdos, mis impresiones, mis sueños, mis caprichos, todo lo que me pase por el pensamiento y por el alma; risa y lágrimas, blanco y negro, sollozos salidos primero del corazón y extendidos luego como una pasta por períodos sonoros, y lágrimas diluidas en metáforas románticas”...” ¡Me dicen que vuelva a la vida, que me mezcle con la gente...! ¿Y cómo puede la rama rota tener frutos? ¿Cómo puede reverdecer la hoja arrancada por los vientos? ¿Y por qué, tan joven, tanta amargura? ¿Y yo qué sé?, quizá estaba en mi destino el vivir así, cansado antes de transportar la carga, palpitante antes de correr...”

Pero el hermano de Ray sigue ahí y tras la pérdida de su chica, Laura, le tranquiliza y normaliza esa situación que a mucha gente le pasa y a él también “estas solo un tiempo, luego conoces a alguien y luego vuelves otra vez a estar solo, ganas y pierdes” y esa última mirada de **ternura** entre los hermanos nos deja entreabiertas nuevas posibilidades, la vida sigue ahí para vivirla, sólo tenemos que estirar el brazo y poner a punto nuestros sentidos.

A veces lloramos, sí, pero otras muchas también reímos ¡son tan originales y sensibles en su percepción de las cosas y los sentimientos! muchas veces lo sueltan todo sin ningún filtro y te sientes totalmente sorprendido y admirado. Cuando tratas con ellos descubres un mundo fascinante y ves a la persona que hay detrás de la enfermedad.

Vuelvo a señalar la actividad como precursora del deseo. El **cine**, un mundo de ilusión que nos permite imaginar y sentir otros mundos, otras vivencias... ¿Qué mejor actividad que el cine? hace años que tenemos un grupo de aficionados que participa en las salidas que hacemos regularmente y sigue creciendo, una afición antigua de muchas personas diagnosticadas de enfermedad mental y recuperada con renovadas ilusiones, quizá pueda ser otro hilo del que tirar del grano de razón para salir de la sinrazón.

Quiero señalar también, el esfuerzo que han realizado todos los que han participado en organizar este ciclo, el Grupo Stop Estigma, la Cooperativa de Iniciativa Social 2.a vía y la Universidad de Zaragoza desde el Vicerrectorado de Proyección Cultural y Social. Muchas gracias a Paolo por la presentación que me ha hecho, me encanta que estemos los dos aquí juntos y arropados por todos vosotros, ¡quién nos lo iba a decir, eh!. Como nos dice Ricardo Guinea, Presidente Federación Española de Asociaciones de Rehabilitación Psicosocial, la voz de los usuarios es difícil de escuchar. “Suelen ser otros los que toman la palabra o la pluma para defender lo que

se cree que son sus derechos, necesidades y prioridades”. En la fiesta que se celebró hace unos días contra el Estigma en la enfermedad mental, con un ambiente envidiable y mucha participación, nos decían “queremos que nuestra voz se oiga y contribuir a cambiar la opinión de la sociedad acerca de la enfermedad mental”. También recuerdo la emoción del hermano de uno de los colaboradores, al hablar de su recuperación “como de la noche al día” decía agradecido y la emoción que yo sentía al escucharlo. Señalar también, la gran labor que realizan cada día, a lo largo de todo el día, el Equipo de profesionales del CRP Ntra. Sra. Del Pilar y especialmente a la Sociedad Cooperativa de Acompañamiento Terapéutico 2.a vía, por su calidad y calidez humana y porque como algunos les han dicho “ahora sois mi familia”.

Es necesario que nos cuestionemos la visión que poseemos de la enfermedad mental y nuestras actitudes con quienes la padecen. Tenemos múltiples barreras que superar. También hay mucho que ganar.

Al hablar de recuperación, un ciudadano holandés nos decía que “la rehabilitación y la recuperación de su enfermedad fue fundamentalmente fruto de una decisión: la de sobreponerse a sus dificultades, fueran las que fueran y, encontrar un modo singular de vivir una vida digna. Señalo también unas líneas de Ricardo Guinea, que nos dice “Si me parece que se han recuperado es porque todos ellos tienen una característica común en la que creo reconocerles, y en la que yo mismo creo también reconocerme en ellos: la de considerar **la vida como una oportunidad única de vivir**, y haber decidido hacer frente a la tarea de vivir, cada cual con la circunstancia que le tocó, con dignidad y coraje”

Pues con este ejemplo de vida que me dan cada día estas personas con las que comparto no sólo mis horas de trabajo, sino también sus pesares y alegrías cotidianos, termino ya, gracias por escucharme y si tenéis algo que comentar, este es el tiempo de todos. Muchas gracias.

Zaragoza, Mayo 2009

Anabel Campo

Psicóloga Clínica
CRP Ntra. Sra. Del Pilar
