

De la pandemia física a la psíquica

Silvia Flechner¹

Resumen

Este trabajo intenta mostrar la fuerza de la pandemia a nivel físico repercutiendo en el psiquismo de cada uno de nosotros. La enfermedad por COVID y el contagio de los integrantes del núcleo familiar o una sociedad, puede traer aparejado una suma incalculable de pérdidas que no implican exclusivamente la muerte de alguno de sus integrantes. En muchas zonas de América Latina la carencia con respecto a los contextos vitales se traducen y elaboran bajo diferentes sensaciones y afectos, ya sea de control o indefensión; compañía, solidaridad o soledad y aislamiento. Las marcas psíquicas que dejará esta pandemia están aún por verse, sin embargo podemos decir que no hemos descuidado nuestra función de escucha, ese lazo transferencial que se mantiene aún en estas circunstancias, con nuestros pacientes.

Palabras clave: COVID-19, marcas psíquicas, pandemia, lazo transferencial.

Abstract

This paper tries to show the strength of the pandemic on a physical level, affecting the psyche of each one of us. The COVID disease and the contagion of the members of the family nucleus or a society can bring with it an incalculable sum of losses that do not exclusively imply the death of any of its members. In many areas of Latin America, the lack with respect to vital contexts is translated and elaborated under different sensations and affects, whether of control or defenselessness; company, solidarity or loneliness and isolation. The psychic marks that this pandemic will leave are yet to be seen, however we can say that we have not neglected our listening function, that transferential bond that is still maintained in these circumstances, with our patients.

Key words: COVID-19, psychic marks, pandemic, transferential link.

¹Correspondencia: Silvia Flechner. Vázquez Ledesma 2889/801, CP 11300, Montevideo, Uruguay.
email: silvifr77@gmail.com

Médica Psicoanalista en funciones didácticas de la Asociación Psicoanalítica del Uruguay. Directora del Comité de Publicaciones de la Asociación Psicoanalítica Internacional.

De la pandemia física a la psíquica

Cuando un enemigo es invisible, podemos subestimar su alcance, mantenerlo en un entorno ilusoriamente protector para evitar temores irracionales. Pero también podemos aterrorizarnos pensando que en cualquier momento seremos el próximo difunto. Las epidemias han sido parte de la vida del ser humano, las artes se han encargado de mantener su recuerdo vivo, tanto sea a través de la literatura, la pintura, el teatro o el cine entre otros.

No podemos minimizar aquello que existe en estos momentos en el mundo, somos conscientes de que los miedos y terrores no podrán ser evitados, de la misma forma permanecemos atrapados ante su virulencia por contener a su vez un componente más: este virus se propaga a través de los afectos, penetra en los intersticios de nuestra intimidad con las personas más cercanas, con los abrazos y los besos que compartimos con nuestros seres queridos, los hijos con los padres, los padres con sus propios padres, los niños con sus abuelos, convirtiéndonos en frustrados deseantes de todos aquellos contactos afectivos corporales.

Palacios (2021) en el prefacio del libro *Ventanas: miradas y voces sobre la pandemia*, nos dice que los acontecimientos no se caracterizan por su duración sino por los efectos o múltiples sentidos que generan.

A ello agregaría que hemos percibido la posibilidad de que nuestra vida física termine devastada por el virus y sus efectos. Pero a su vez, observamos el aumento de trastornos y padecimientos de la vida psíquica en un enorme número de personas – aunque tendríamos que decir en la mayoría - por lo tanto lo que resalta para nosotros como psicoterapeutas y analistas es una pandemia a nivel de la salud mental.

Esta pandemia, ha alterado profundamente nuestra realidad, y nos ha forzado a construir nociones nuevas para poder actuar ante la desorganización y necesaria reorganización de la vida cotidiana en una trama de miedos que pueden llegar al terror por la vivencia de una amenaza externa desconocida e invisible.

Es notoria la profundización de dolencias ya existentes, depresiones, excesos en las toxicomanías, especialmente en los consumos de alcohol y drogas, que mostraban con anterioridad los efectos del deterioro socioeconómico vinculado con el psíquico. Pero también comenzamos a prestar atención al uso de otros consumos que se han incrementado con esta pandemia, el exceso de información o falsa información, la presencia de totalitarismos como forma de creencia y solución. Estas y otras necesidades suelen ser formas de defensa psíquica contra la depresión, contra el aumento de la ansiedad o reacciones frente a sentimientos de desvalorización, angustia y sensaciones de aniquilamiento. Los desequilibrios que produjo,

que sigue produciendo y producirá esta pandemia a través del aislamiento y sus efectos tanto sean sociales, económicos y políticos entre otros, son aún imposibles de evaluar.

Podemos decir con certeza, que ha hecho estragos en la fina red psíquica de la cual disponemos, ya sea en soledad o en compañía, generando desequilibrios en ambientes frágiles y carentes y aunque parezca extraño o irrelevante, deja en evidencia en muchos casos nuestros secretos, ese derecho al secreto que, como tan bien lo ha mostrado Aulagnier (2018) es la “condición para poder pensar”. Porque la convivencia continua y obligada marcha en contra de nuestra intimidad.

El amor, el dolor, las angustias de separación y el temor a la enfermedad y la muerte se han unido en una especie de mixtura tóxica, a la cual podríamos referir como “el dolor de los finales”, ya que el miedo, los forzosos cambios en nuestras vidas, acechan sin piedad, sin distinguir edades, clases sociales, razas, ni situaciones económicas.

América Latina en general ya es de por sí y sigue siendo, un territorio muy castigado por la pobreza y las desigualdades sociales, en estos momentos todo ha empeorado. La extensión del período de la crisis, lo inédito de la situación y el impacto que supone en las condiciones de vida, muestran claramente las pérdidas irremediables que sin duda tendrán efectos a corto y largo plazo sobre el psiquismo.

La enfermedad por COVID y el contagio de los integrantes del núcleo familiar, puede traer aparejado una suma incalculable de pérdidas entre las que se encuentran: la pérdida de trabajo o ingresos que siempre supone una alteración significativa en la vida de las personas y las familias. Los despidos masivos de parte de las empresas que dejan lugar a numerosas familias sin trabajo ni ingresos repercutiendo en los estados físicos a través de enfermedades psicosomáticas o agravamiento de enfermedades anteriores, así como también en el psiquismo. Pasando así a un tipo de estado en el cual es difícil darle un lugar al pensamiento, especialmente cuando la ira y la furia se apoderan de nosotros sintiendo la injusticia de determinada acción o situación. Cuando nuestra capacidad de pensar queda cercenada, se genera habitualmente un pasaje al acto que puede estar cargado de violencia, sobre todo aquella que conocemos bien en estos momentos, la violencia intrafamiliar y las autoagresiones especialmente en jóvenes adolescentes.

En muchas zonas de América Latina, las condiciones materiales de la vivienda son extremadamente frágiles, si a ello le sumamos el confinamiento y la restricción de la movilización, es posible suponer que se produzca un hacinamiento y que el acceso a fuentes vitales tales como el agua y otros servicios, sean consideradas variables de vida o muerte para algunas familias.

Estos contextos vitales se traducen y elaboran bajo diferentes sensaciones y afectos, ya sea de control o indefensión; compañía, solidaridad o soledad y aislamiento; lo cual llevará al establecimiento de nuevas rutinas o imposibilidad de programar el tiempo y encontrarse con los sentimientos resultantes de inutilidad, hastío o aburrimiento, hasta problemas más graves como la agudización de ideas suicidas. Sin embargo debemos también considerar la violencia como un factor de riesgo en sí que no da tregua ni apacigua aún en las situaciones más difíciles sino que más bien recrudece.

Ante la pregunta de cómo percibimos, elaboramos y vivenciamos la crisis, solo podremos referirnos a respuestas parciales, pero creo que estamos aún lejos de elaborar una respuesta, ésta además, estará sustentada por las diferentes regiones del mundo en función de los recaudos que se hayan tomado en cada uno de los seres humanos que hemos vivido este acontecimiento.

Sin embargo, tal como lo sugiere Todorov (2004) en situaciones extremas como la de los campos de exterminio o los gulag soviéticos: “proporcionalmente, las mujeres han sobrevivido mejor que los hombres en términos cuantitativos, pero también en el plano psicológico”. Entre otras razones, sostiene que las mujeres eran más prácticas y se prestaban más ayuda entre sí.

Tendremos que tener presente que la mujer, que en los últimos veinte años ha conquistado un lugar en el mundo laboral; al quedarse rápidamente sin trabajo durante esta época, verá muchas veces tambalear su lugar de reconocimiento social y de consideración como par en la pareja. En el caso de que esta situación la lleve a depender económicamente de su pareja o de sus hijos, puede pasar a ser nuevamente objeto de sometimiento y de desvalorización.

La cultura patriarcal propició que las mujeres, tanto en la crianza de los hijos como en el cuidado de padres ancianos y nietos, tomen “naturalmente” los lugares de repliegue a lo privado. Desde la sociedad se naturaliza este repliegue hacia el interior, lo cual puede generar nuevas fragilizaciones en cuanto a definir su lugar laboral, familiar y social bajo la solapada y monolítica lógica de la supremacía del varón. Es necesario que las mujeres adquieran y desarrollen una conciencia crítica de sí, así como de sus posicionamientos para que el virus no finalice siendo nuevamente, una causa enmascarada de sometimiento.

Es importante en la mujer el deseo de ser reconocida, si bien esta necesidad de reconocimiento es universal, en las mujeres se necesita una doble valoración por el mítico rol de la mujer en el hogar, no valorizado, y el que se ha perdido en el afuera, valorizado socialmente.

Sabemos que algunos meses de confinamiento en un entorno protector, podría ser capaz de satisfacer sus necesidades vitales y emocionales sin suponer un efecto fuerte, incluso llegando a ser positivo, si de esta forma se logra estrechar lazos familiares. Especialmente para aquellas madres con tareas que requieren largos horarios de trabajo impidiéndoles así el contacto

cotidiano con sus hijos. Sin embargo, lo contrario también es posible y mucho más comúnmente visible: la vivencia en un entorno hostil que puede provocar distintos problemas.

Es necesario recordar que nacemos violentos, que la violencia no es un virus, sino que es eterna y siempre actual. Tal vez sea necesario empezar por reconocer en nosotros mismos la experiencia de nuestros enojos, celos, envidias, así como también sentimientos dañinos, que generan en nosotros mismos la crueldad y destrucción.

La cita de Freud (1939) en el texto *Moisés y la religión monoteísta* se adapta perfectamente a nuestra época "Vivimos una época hartamente extraña. Comprobamos asombrados que el progreso ha concluido un pacto con la barbarie".

Parecería ser el resultado de un equilibrio inalcanzable, la barbarie se infiltra constantemente en la civilización desde dentro, mientras que la moral social convive desvergonzadamente con la destructividad, que hace ya largo tiempo es imposible de ocultar. El malestar actual de la civilización parecería llevarnos a los mismos planteos de hace 90 años cuando Freud escribió *El malestar en la cultura*, encontrándonos repitiendo con vehemencia y enardecimiento situaciones similares a las que padecemos.

La cuarentena obligatoria, ha puesto de manifiesto un aumento en las situaciones de violencia doméstica, de género, de abuso sexual infantil, de situaciones de incesto. El aislamiento social ha llevado a la ambivalencia de los vínculos, la dificultad para estar solos, los trastornos del sueño y un sinnúmero de situaciones que nos preocupan por su agravamiento y daño psíquico que en muchos casos será tal vez irreversible.

Al mismo tiempo nos encontramos aturcidos por un sinnúmero de catástrofes que se suman a la pandemia, catástrofes naturales, violencia, terrorismo, racismo, así como tantas otras situaciones que producen numerosos efectos en el psiquismo a nivel individual y colectivo. Así lo expresa Butler (2020) "La desigualdad social y económica asegurará que el virus discrimine. El virus por sí solo no discrimina, pero los humanos seguramente lo hacemos, modelados como estamos por los poderes entrelazados del nacionalismo, el racismo, la xenofobia y el capitalismo." (p.62).

La frase tantas veces escuchada y leída propia de este aislamiento, escrita en tantos idiomas y de tantas formas: "Quédate en casa", "Stay home", nos lleva de todas formas a preguntarnos ¿qué sucede cuando la casa es un cuarto donde conviven un padre violento, una madre desesperada y cinco hijos niños y púberes que a pesar de todos los gritos y golpes que reciben piden a voces poder salir? Tal vez huir. ¿Existe acaso un territorio al cual huir? Las acciones tienen más fuerza que las palabras y muchas veces nos generan un sentimiento de horror.

Al mismo tiempo, la violencia parece ser un sustrato cotidiano sobre el que se construye la

subjetividad de niños y adolescentes, forma parte de nuestra contemporaneidad, volviéndose parte de la vida cotidiana. Podríamos quizás subrayarla como una nueva forma de socialización, un modo de relación que aparece bajo diferentes signos pero que remite a una expresión fallida de lo simbólico. La subjetividad actual está en gran parte afectada por el fenómeno de la violencia, como un significante impuesto en el discurso social, presente en el discurso de los medios de comunicación y de masas. ¿Producirá en forma inconsciente un cierto alivio más allá del temor consciente, encontrar un virus maligno a quien responsabilizar acerca de la violencia intrínseca en nosotros mismos?

En el capítulo 5 de *El Malestar en la Cultura* Freud (1930) se refiere al ser humano de la siguiente forma... “el ser humano no es un ser manso, amable, a lo sumo capaz de defenderse si lo atacan, sino que es lícito atribuir a su dotación pulsional una buena cuota de agresividad. En consecuencia, el prójimo no es solamente un posible auxiliar y objeto sexual, sino una tentación para satisfacer en él la agresión, explotar su fuerza de trabajo sin resarcirlo, usarlo sexualmente sin su consentimiento, desposeerlo de su patrimonio, humillarlo, infligirle dolores, martirizarlo y asesinarlo. “Homo, nomina lupus”, “El hombre es el lobo del hombre”, ¿quién en vista de las experiencias de la vida y de la historia osaría poner en entredicho tal apotegma? nos dice el propio Freud.

A su vez, cuando hablamos de violencia también hablamos de riesgo, en este momento el riesgo parece estar dominado por los términos “virus”, “contagio”, dejándolo de esta forma como un dato estadístico visible, a través del cual se informa a la población todos los días el número de contagios y muertes. Pero, ¿Cuál es el riesgo que se está considerando?

El riesgo se define habitualmente en términos de resultado de un acontecimiento, así como también en términos de la violencia hacia los otros o hacia uno mismo, por lo tanto además de la pandemia debemos considerar que hay numerosos factores de riesgo que tal vez no se estén considerando con la suficiente importancia que la situación merece. En nuestro caso, esto va dirigido a la salud mental de las diferentes poblaciones del mundo.

Nuestros consultorios, hospitales o lugares de trabajo no son los únicos espacios donde se escucha la queja por el sufrimiento, la angustia, el tormento, el vacío existencial. Existe una cierta dificultad para explicarlo o definirlo claramente: la experiencia específica en cuestión tiene el mismo carácter vago que llevó a Freud a denominar su texto con el término “Malestar”.

El malestar sigue vigente y sigue siendo una pregunta que nos interpela, ya que es condición necesaria para la vigencia del psicoanálisis. ¿Quién dudaría hoy que la cultura o las culturas visten otros ropajes? En tiempos de profundas transformaciones sociopolíticas, culturales, sexuales, tecnológicas, tendríamos que preguntarnos si releer “El malestar en la Cultura” tal

vez nos remueva la percepción y evocación de un retorno de lo traumático, referido mayormente a situaciones de crueldad, barbarie, así como también el retorno de pandemias tal cual como las hubo en otros tiempos de contagios y muerte, como los que seguimos viviendo hoy mismo.

Como terapeutas, psicoanalistas, médicos y personal dedicado a la salud mental, no estuvimos preparados para adaptarnos ante una situación tan traumática. Nuestra generación tampoco coincide en el tiempo para ser tecnológicamente “nativos”, sino más bien que muchos de nosotros hemos tomado la tecnología como una herramienta que manejamos por intuición o por aprendizaje que implica un esfuerzo. Dicho aprendizaje – a pesar de ello – se ha naturalizado, dada la presión ejercida desde los pacientes y desde nosotros mismos por mantener los lazos de comunicación perdidos por efecto de un aislamiento que volvió al cuerpo como zona de riesgo y a su psiquismo como un tormento.

En América Latina como en la mayor parte de los países con centros psicológicos o psicoanalíticos, se ha dado apoyo psicológico a través de medios telefónicos y también virtuales, diferentes profesionales de sociedades psicoanalíticas también han ofrecido sus servicios en redes sociales. La extensión de la crisis, las condiciones que le acompañan, las posibles olas ulteriores, hacen que este servicio pueda extenderse por más tiempo. Es posible que el conjunto de centros de atención que se organizan y funcionan a través de esta modalidad, sea una de las mayores fuentes de atención psicológica en estos momentos.

La comunicación a través de las pantallas fue indispensable, a partir de este forzoso cambio, es probable que nuevas formas de aproximarnos a pacientes que presentan síntomas psíquicos consigan consultar a través de la colaboración de esta herramienta.

Esto no significa -sin lugar a dudas- que la presencia física no sea indispensable para comprender el lenguaje no verbal, para interactuar tal como lo indica la necesidad humana de mantener un contacto físico, la mirada, el saludo presencial, y tantas variedades que son para nosotros herramientas esenciales para socorrer y comprender a los pacientes.

Mientras tanto, la actividad en las redes muestra diferentes formas de hacerse presente, buscando quizás una forma de no quedar con la sensación de desvanecerse, un comentario, un me gusta, una foto o un mensaje dirigido a quien sienta en estos momentos un sentimiento aunque más no sea similar, puede generar así esa sensación indispensable de existir todavía para uno mismo y los otros.

Moreno (2014) señala que la capacidad que tenemos de introducir incesantemente novedades, que éstas se acumulen y progresen en un pool informático que en términos generales llamamos “cultura” es lo que nos diferencia de cualquier otra especie viviente. Por eso propone que lo

específico del humano es su capacidad de variar. La cultura que regula la relación del humano con su entorno cambia incesantemente a lo largo del tiempo y del espacio, a punto tal que para saber de qué hablamos cuando decimos “cultura” debemos calificarla con el nombre de la región y la fecha aproximada a la que nos referimos.

Si el ser humano logra cambiar el medio en el que habita, la preocupación será entonces los efectos de deterioro que se están realizando actualmente a todos los niveles, tanto sea de los recursos naturales, los conflictos socioeconómicos o la desigualdad a todos los niveles.

Vamos advirtiéndolo que estamos en un mundo en el que la dimensión simbólica ha perdido gran parte de su poder para conectar a las personas entre sí, aún antes de la pandemia. La omnipotencia del pensamiento, así como también el narcisismo no encuentran límite y por lo tanto se busca de alguna forma un líder omnipotente y narcisista que “ofrezca con convicción” falsedades y quimeras para poder mantener una cierta creencia y fe.

Para todos nosotros, sobrevivientes de la pandemia y de manera incomparable entre uno y otro, ésta dejará sus profundas marcas psíquicas, para quienes sufrieron la muerte de sus familiares directos, para quienes estuvieron a punto de morir y experimentaron la fragilidad de nuestro cuerpo, para quienes vivimos la muerte de nuestros amigos, para quienes sostuvimos como miembros de la comunidad de la salud mental a tantos y tantos pacientes quebrados de dolor, la experiencia aún no ha terminado y queda un largo camino por recorrer.

Sin embargo podemos decir que no hemos descuidado nuestra función de escucha, no solo la que nos orienta con cada uno de nuestros pacientes, sino también la de cada una de nuestras comunidades psicoterapéuticas, instrumentando e intercambiando en diferentes encuentros, los nuevos y necesarios recursos que debimos ir adoptando en cada intervención, ante los acontecimientos de carácter catastrófico que nos han impactado.

Llevar un tratamiento psicoterapéutico o psicoanalítico con profundidad será siempre indispensable, así como lo es también mantener las condiciones de un soporte afectivo. Aún a costa de reconocer en nosotros mismos el miedo, la angustia, la desesperación, el amor y el odio que choca siempre con nuestra disposición al contacto con nuestro inconsciente.

Nos incumbe esencialmente esa relación que llamamos transferencial con nuestros pacientes, ese lazo que hoy entendemos mejor, al descubrir una vez más cuánto nos une a pesar de la distancia el espacio que cada paciente nos da en su psiquis.

Referencias

Aulagnier, P. (2018). El derecho al secreto: condición para poder pensar. *Revista Uruguaya de Psicoanálisis*, 126, 13-34. Recuperado de

<https://www.apuruguay.org/apurevista/2010/16887247201812602.pdf>

Butler, J. (2020). El capitalismo tiene sus límites. Recuperado de

<http://www.relats.org/documentos/FTLecturas.Butler.abril.pdf>

Freud, S. (1930). El malestar en la cultura. Tomo 21. Obras completas. Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1939). Moisés y la religión monoteísta. Tomo 23. Obras Completas. Buenos Aires: Amorrortu.

Moreno, J. (2014). La crianza. En J. Moreno. *Ser humano, la inconsistencia, los vínculos* (pp. 9-33). Buenos Aires: Letra Viva. (4ª Ed.).

Palacios, E. (2021). *Ventanas, miradas y voces sobre la pandemia*. Psimática.

Todorov, T. (2004). *Frente al límite*. Siglo XXI de España Editorial