

QUARENTENA

Observaciones psicoanalíticas

Maria Elena Abdulmassih de Giannone¹

La cuarentena, en medicina, es un término usado para describir el proceso de aislamiento de personas por consecuencia de una enfermedad, durante un periodo de tiempo no específico, con el fin de evitar o limitar el riesgo de que se extienda la mencionada enfermedad.

Con la llegada del Coronavirus Covid19 y la instalación de la cuarentena, este virus ha dejado en jaque la idea de nuestro tiempo futuro, de cuya existencia estábamos otrora seguros. Esta cuarentena como fenómeno biopsicosocial, también puede ser un estímulo para pensarnos.

Las sensaciones iniciales frente a la experiencia de la cuarentena son disimiles, van desde: “me hacía falta encerrarme” ...” valoro más mi propio tiempo” ... “que ladilla esto de no poder salir, es irritante estar confinado” ...hasta llegar a fantasear “esto es el fin del mundo”.

Estamos sometidos en lo real externo, a la idea de un peligro inminente de contagio y a una amenaza creíble a nuestra vida. Recibimos noticias de la terrible realidad que ya sufren en otros lugares donde el virus llegó primero. Es comprensible sentir dolor, angustia, expectativas catastróficas, temores aniquilatorios y depresión. Es sano reconocer nuestros límites, pedir ayuda sin que medien la vergüenza u otros convencionalismos sociales si nos embarga el desamparo o la desesperanza.

¹ Medico Psicoanalista miembro titular de la Asovep, Ipa y Fepal.

Es evidente que cada quien vive la cuarentena según su edad, su personalidad dominante y los intereses que le estaban rodeando en el momento de iniciarse la misma. A algunos la cuarentena les cuadra extrañamente como anillo al dedo, como la excusa perfecta para dedicarse a hacer lo que siempre postergaban; para otros es fuente de pérdida de referentes, de límites, de confusión, persecución y sospecha.

Para ciertos pacientes, ha desaparecido el tiempo casi totalmente, sumergidos en un sueño primitivo y salvaje profundo cual hibernación de los osos de madriguera (estado de dormición o letargia invernal que hace descender a los osos su ritmo cardiaco de 50 a 10 pulsaciones por minuto, el ritmo respiratorio baja a la mitad y la temperatura corporal se reduce en 4 o 5 grados) ... y así encontramos un “disculpe, cuando tocaba la hora del análisis estaba dormido...me despierto para desayunar en el almuerzo”... Se comportan regresivamente negando el tiempo, espaciándolo o perdiéndolo; abandonan toda forma de disciplina que sólo al parecer, se les imponía desde lo externo y hay que tener paciencia para despertarlos de su inconsciencia, ya que viven la cuarentena, como una época, que sólo les sirve para no hacer nada.

A estas personas con un superyó precario o inmaduro, les resulta útil ponerse tareas, como mapas mentales que los mantengan “despiertos” planeando y funcionando, ya que aún se sostienen con la estructura del quehacer del mundo externo. Desaparecida esta estructura, hibernan. Esto especialmente es válido para los niños y los adolescentes, necesitados del Superyó externo parental que los estructure y les brinde esa importante experiencia de continuidad.

Es una extraña sensación temporal de atomización la que tenemos que definir producto del aislamiento. En la cual, las dimensiones mentales temporales y espaciales se ponen a prueba y, el tiempo concreto parece transcurrir más lento. Al igual que a las mismas relaciones familiares, que están más exigidas y atomizadas en la presencia.

Tener la posibilidad de tener espacios temporales bien organizados y respetados, así como, espacios familiares e individuales aceptados y redefinidos, es saludable.

Es como si el tiempo, el espacio y las relaciones familiares se cargaran de presente. Si bien, esta sensación en relación al concepto del tiempo es una ilusión, ya que, el mismo no se ha alterado y transcurre de idéntica forma, somos nosotros quienes psicológicamente lo sentimos y lo percibimos así, como un tiempo suspendido, estacionario, inmóvil, que no va a ninguna parte.

Es como si, la sensación del presente parece que ha adquirido en sí misma la dimensión aplastada del futuro, lo que lo vuelve estacionado, como sin el dinamismo de aquello que puede ser imaginado en el mismo tiempo presente.

Es un tiempo que no sentimos que se mueve, que transcurre. Es una especie de letargo o neurosis de presente. Es pesada la carga de variadas incertidumbres de no poder imaginarnos un futuro de “cuando acabará esto”, cuando llegará la vacuna”, es dolorosa la ignorancia y la impotencia que vivimos.

A algunos les toco la cuarentena a solas, con seres amados en la distancia, para ellos el aprendizaje más importante es estar acompañados de sí mismos, apoyarse y sostenerse a voluntad y contra corriente, no abandonar su tiempo a la depresión y no mimetizarse con el desmoralizador silencio de sus sentidos son retos cotidianos. Hacer contacto honesto, efectivo y significativo con otros amados a través de la video llamada y de las redes en general, les resulta en el alivio de la ansiedad, así como les gratifica y enriquece en la soledad, tanto como les enriquece la vivencia y experiencia del contacto consigo mismos.

Cuando la gente sale a la calle ya no es lo mismo, lleva tapabocas, guantes y se apresura a comprar lo necesario para regresar pronto a su hogar. El terror sin nombre está en la atmosfera, tangible como invisible.

Para otros, muchos, la cuarentena es un tiempo para el que no estaban preparados, un tiempo con otras urgencias que deben ser atendidas, la comida escasea, ya no tenemos reserva en casa, no hay como comprarla, escasea la gasolina, cortaron la luz, llevamos meses con escasez del agua.

Mantener la observación como analistas en el campo del psicoanálisis es urgente; escuchar lo no dicho, captar la nueva temporo-espacialidad que se instala en el otro, en transferencia y en nosotros, es una singular oportunidad de observación y aprendizaje de la metapsicología de este fenómeno clínico.

Se presentan muy diferentes grados de regresión en cada quien. Pensamos la relación con el virus letal que encierra, del que hay que protegerse y sus desplazamientos. En el miedo y la ansiedad que predominan como efecto de este tiempo. También pudiéramos observar los diferentes grados de negación, de aprovechamiento, en diversos contextos, frente al mismo evento. Mucho por pensar y procesar.

En la atmosfera también aparecen el espíritu de la solidaridad humana con más claridad al igual que el egoísmo y la voracidad. Paradojalmente se caen las máscaras de la inconsciencia con la que nos manejamos mientras se colocan los tapabocas.

Surge la esperanza de un mundo mejor, en los equivalentes simbólicos de la naturaleza que por la ausencia del hombre retoña y emerge con más claridad luminosa como ese hermoso aro de luz solar contemplado en Caracas, esa lluvia de peces y delfines del Mar Caribe que nos baña, libres ahora del alcance fulminante y depredador de la destructividad humana que estamos conminados a transformar, en algún tiempo y lugar quizás aprendiendo de la experiencia.

Algunos pacientes que habían postergado en “una idea de futuro” el permiso para compartir en familia privilegiando las obligaciones del trabajo, se encuentran ahora en cuarentena con que comienzan a apreciar la bondad de esa idea del supuesto tiempo futuro coexistiendo en el

presente y fortaleciendo los vínculos que otrora estaban supuestamente destinados a ser re-investidos en una jubilación.

En cuarentena hay oportunidad de escuchar y sentir lo esencial, ya no tienes que salir para el salón de belleza, ni por la fiesta de la empresa, ni por la gasolina de un carro que no debes usar, ni por cosas que no son urgentes...hay un mandato nuevo, protector, “no salgas”, “quédate en casa”, escúchate a ti mismo, escucha este nuevo tiempo que tienes para observar y aprender a incorporar los matices, los ritmos que antes ignorabas y que tienen que ver con la capacidad negativa de Keats, con tolerar la incertidumbre, con la capacidad de sostener el reverie, la tolerancia al otro y a los límites de uno mismo, la capacidad de preguntarnos por lo que fuimos y somos en este presente inesperado, no pensado, que se instala junto un futuro incierto.

En lo practico es recomendable, mantener los hábitos de higiene, vestirse y peinarse, comer y compartir la mesa en familia, cuidar los ritmos de sueño y vigilia, límites de horarios, mantener el foco en la cotidianidad de lo familiar, en el respeto por los intereses de los otros y los nuestros. Es tiempo para nuestras aficiones postergadas, pero no por ello debemos dejar de pensar y escuchar lo que está allí, para ser aprehendido, en la pregunta consciente, en el silencio del tránsito, en las calles desoladas, en la tristeza reflexiva, en las verdades escondidas que con tanto ruido social no hemos podido escuchar.

Nos hemos inventado el ruido para dejar de escuchar nuestros recuerdos olvidados, nuestro ser más íntimo, nuestros vacíos malentendidos y maquillados de sonrisa artificial. Este tiempo puede ser liberador en más de un sentido si tenemos el coraje de pensarnos.

Sentir que en este mundo algo nuevo pueda estar brotando... y tal como dice el poema de la carmelita descalza Lucia de Antequera “si sabrá la primavera que ya la estamos soñando”.

