

11a Jornada la Xarxa a Debat

SALUT MENTAL COMUNITÀRIA: Cap a unes pràctiques emancipadores

Barcelona, 26 de enero de 2024

[Raul Salmerón. Psicólogo CSMIJ Nou Barris](#)

Buenos días. Ante todo, agradecer a las instituciones organizadoras y colaboradoras de la jornada, que trabajan por mantener un espíritu de pensamiento crítico en momentos complicados para ello. También a las compañeras de mesa, que, en el trabajo previo, me han cuestionado y enriquecido las ideas iniciales que traía.

Porque, al fin, de eso se trata.

El otro día, justo cuando pensaba en esta conversación, apareció una noticia en mi móvil cuyo título era: “5 hábitos fáciles que activan tu hormona de la felicidad”.

Vale la pena pararse en cada idea. Creo que es difícil condensar mejor el paradigma de la época que en ese simple enunciado: simplicidad, inmediatez; lo hormonal, lo neural, lo somático como base de todo; la felicidad como ideal total y además, la responsabilización (más bien culpabilización) absoluta del individuo si no la consigue, sean cuales sean sus condiciones de vida y entorno. Porque, al fin y al cabo, solo habrías de mantener unos hábitos... El mercantilismo y la banalidad en su conjunto.

Frente a esto, venimos hoy a hablar de modelos que están, aparentemente, en el polo opuesto a esos mensajes en los que estamos inmersos.

Me gustaría desarrollar, lo más brevemente que pueda, tres puntos:

1. La idea de pensar lo colectivo a partir de lo subjetivo particular de cada uno.

2. La dificultad para centrar el trabajo en un entorno contradictorio y altamente complejo.

3. Y de ahí, una reflexión sobre la posibilidad y condiciones de una clínica que se base en la escucha y el detalle, capaz de alojar subjetividades.

Una clínica artesana, con “oficio y espíritu”, como definía justamente lo artesanal el otro día, en una entrevista, el director de cine Wim Wenders. Por cierto, si no han visto su última y maravillosa película, “Perfect days”, vayan y me cuentan.

1. En unas jornadas celebradas el noviembre pasado sobre la Complejidad en Salud Mental, organizadas por Pere Claver, Manuel Desviat planteaba que, para pensar una salud mental comunitaria, la deriva va de lo subjetivo a lo colectivo.

Así que, en realidad, eso quería hacer hoy. Una reflexión sobre si es posible y cómo, “crearse” un trabajo que habilite espacios que acojan la escucha y la construcción de subjetividad. Eso a pesar de condiciones, no sólo materialmente precarias, con pocos recursos, sino, también, de una gran confusión estructural.

Creo que, si uno no “se construye” su trabajo, hay un riesgo. El de que, bajo ideas como el “trabajo colectivo”, mal interpretadas, la praxis quede, secuestrada, en realidad, por lógicas de gestión, orientadas a compensar la falta de profesionales e ideas. Que quedemos sometidos a una pura “optimización de recursos”. El riesgo, me parece, es acabar siendo más gestores que terapeutas, más atentos a un “contar números” que a que “nos cuenten” pero con palabras.

2. Nos encontramos, y es una de las primeras cosas que apareció en las reuniones preparatorias, de la mano de Alba creo, inmersos en grandes paradojas. Lo paradójico forma parte esencial de lo humano y eso no debería amedrentarnos. El problema es que, cada vez más, parece que esas contradicciones se radicalizan en una disociación, una polarización, tan grande, que no hay modo de encontrar soluciones intermedias para actuar.

Me explico con ejemplos:

-En el trabajo en CSMIJ, si seguimos una lógica comunitaria, habría de tenderse a un menor uso de los diagnósticos “duros” y patologizantes. Sin embargo, todos

los terapeutas, desde la primera sesión, estamos obligados a etiquetar con un diagnóstico patológico, no vale otro, a cada chico o chica que pase por la puerta. Asimismo, hemos de llegar a un mínimo porcentaje de diagnósticos graves o las instituciones son sancionadas económicamente.

- Por otro lado, todos los profesionales estamos, ahora, aparentemente, sujetos al imperativo del trabajo comunitario. Pero, en realidad, si ha de ser comunitario, no debiera ser imperativo, ni de una verticalidad unidireccional, como es el caso. Cada vez hay más distancia entre lo que se piensa a nivel organizativo y la práctica del día a día. Como también se decía en una reunión previa, nadie pregunta como se venía ya haciendo el trabajo comunitario, ni cómo se piensa o se organiza éste por parte de sus agentes.

- Más elementos disonantes: Si el marco hubiera de ser comunitario, todos los saberes habrían de ser validados y sin embargo, prima la idea de “experteza”, que, además, básicamente, consiste en la acumulación de títulos de especialista en formaciones, en general, muy caras, con poca profundidad en sus transmisiones y que están, más bien, basadas en técnicas a aplicar.

- Otras discrepancias: Lo público, no deja de sufrir una privatización constante. Esto tiene efectos reales, como una competencia, más que una colaboración, entre recursos, que multiplica la oferta de programas de baja intensidad asistencial. Todo ello intensificando, aún más, el “ahogamiento” de los profesionales.

- Por otra parte, no cuadra con lo comunitario, la imposibilidad de pensar, compartir y construir conjuntamente, dada la sobrecarga asistencial, priorizándose un trabajo solitario y automatizado.

- O algo tan fundamental, actualmente, como la fragmentación o abolición de lo narrativo en común. Luego ampliaré este punto.

A cada una de estas contradicciones radicales, entre otras, a modo de doble mensaje enajenante, estamos sujetos todos, profesionales o no. Y son de una complejidad tremenda.

Otra contradicción ahí: la banalidad en los discursos hegemónicos frente a la gran complejidad que conlleva el trabajo con lo humano.

3. Entonces, y este sería el tercer punto, conviene cuestionarnos, hacer una cuña reflexiva sobre cómo pensar nuestro trabajo particular en el día a día. Pensar en cómo llevar adelante un hacer generativo, que, desde el deseo, no nos condene a enfermar, a quemarnos, ni al nihilismo de la época en nuestra práctica.

Es fundamental seguir sosteniendo un tipo de salud mental pública a salvo del cinismo y de la banalidad, dos de los riesgos sociales de los que alertaba, ya hace años, Lluís Duch en una maravillosa conferencia editada por CCCB, *“La banalització de la paraula”*. Charla que pueden encontrar por internet.

A menudo cuesta saber cómo comenzar a hilar las cuestiones. Pero se aprende de los pacientes. Trabajo con una adolescente de 12 años, que, durante un tiempo, dejó de ir a escuela sin saber por qué. Una amiga le recomendó que, si no era capaz de explicarse las razones, podía tratar de evocar palabras que le vinieran a la cabeza y tal vez, eso le diera una guía. Así que le he tomado prestada la idea para preguntarme como pienso mi trabajo del día a día.

“Narrativa”, “respeto”, “responsabilidad”, “artesanía”, “tiempo”, “confianza”, “varios”, “lo humano”, ... son algunas de las ideas que asocié.

-En cuanto a lo “narrativo”: nos viene faltando un “construimos” a nosotros mismos y a nuestro entorno discursivamente. Cada vez más, las lógicas y los discursos son puramente descriptivos y en busca de una resolución rápida, al modo logarítmico. Esto pasa tanto a nivel particular como social. Pero eso ni acoge ni genera subjetividad ni vínculo, sólo deja en una confusión y una soledad muy propensas a confluir en un sentimiento de sinsentido.

A través de un programa, Programa de riesgos en adolescencias, organizamos semanalmente grupos de conversación en algunos institutos, con alumnos y también con profesionales de lo educativo. El otro día en un grupo de chicas adolescentes, apareció el tema del porno y como, a pesar de (o a causa de ello) tener acceso a esos “estímulos” desde los 10-11 años, siguen manteniendo preguntas alrededor de la sexualidad que no encuentran una construcción discursiva propia. Todo queda en ruido.

Cabe seguir defendiendo la construcción de una “narrativa” particular, de una suerte de mitología de la propia existencia, siempre necesaria para escapar de la vacuidad en el vivir y que, al final, es uno de los aportes más importantes que puede ofrecer un espacio de escucha más allá de lo sintomático.

Hay que alentar a esa artesanía de construir y construirnos con palabras y juego para que se puedan, luego, construir vínculos, con esos mismos materiales.

- “Respeto”: respeto al otro... pero no de un modo “naif”. No me refiero a un ingenuo y puro “tratar bien”, que también, porque la lógica del cuidado proviene de un amor a la particularidad. Si no porque, si no nos interesa, si no nos parece admirable lo que cada uno, en su diferencia es, entiende e inventa para vivir; si eso no genera curiosidad y fascinación, este trabajo debe de ser tremendamente aburrido y absurdo.

- “Responsabilidad”: Porque trabajamos con cosas importantes, con la posibilidad, o no, de que se genere de un espacio potencial de conocimiento y crecimiento. Pero responsabilidad, también, con nuestro propio deseo, nuestro estilo particular y nuestra elección de ocupar ese lugar.

- “Artesanía”: Una artesanía del diagnóstico-comprensión complejo, no nosológico, sobre lo que le pasa al sujeto. Artesanía también del trabajo cuidadoso y de detalle, como de lutier, desde la autenticidad y el estilo propio. Sólo así toma sentido un trabajo humano y humanizante. No debemos renunciar a la calidad en lo que hacemos, o perderá su sentido.

- “Tiempo”: Tiempo para asegurar una supervivencia de los vínculos, tiempo de maduración y de elaboración para cada sujeto, cada familia y equipo profesional. Tiempo para los procesos humanos.

- “Confianza”: confianza en los recursos del paciente. Muchos chicos van trabajando, sin nosotros, hasta la siguiente sesión, aunque sea un mes después. Eso, en principio, va contra lo teóricamente esperable. Pero sorprende lo que traen, lo que han ido elaborando en su “soledad acompañada”, en su compromiso firme con lo terapéutico. Winnicott trabajaba con entrevistas terapéuticas sin continuidad. Habrá que revisarlo.

Se dice que lo que hacemos en primaria no es terapéutico. Creo que sí. Hay que cambiar expectativas, eso sí y jugar con lo que sí podemos ofrecer a los jóvenes: una constancia, un estar a disposición en lo posible, una mirada desde la complejidad y la falta de certezas, un vínculo firme, una espera ...

Eso puede sentar las bases, también, de otra confianza. La del paciente hacia nosotros, la confianza en el vínculo, base de todo trabajo posible.

Y confianza, claro está, también, en los otros profesionales. No creernos los únicos que saben trabajar.

- ¿Por qué “entre varios”?: por incluir el trabajo con otros compañeros de diversas áreas: SSAP, EAP, escuelas, casals, centres oberts, territorio en general...

Únicamente un trabajo de conversación y construcción serio y respetuoso entre profesionales y disciplinas nos puede llevar más allá. El trabajo compartido aporta cuestionamiento, sorpresa y nos sacude de certezas.

Pero “entre varios” también, por los efectos que puede generar un cambio por parte de su entorno en la mirada sobre el paciente. Todo sujeto tiende a una repetición y a generar en su medio la misma respuesta que siempre vivió. Un cambio en la respuesta de ese entorno genera quiebre en esa lógica reiterativa, cuestionamiento y posibilidad de cambio.

- Y finalmente ¿por qué insistir en lo “humano”? Porque, aunque parezca una broma, se está planteando que estas profesiones nuestras podrían estar hechas por IA e, incluso, las grandes compañías tecnológicas están apuntando al negocio de la salud. Porque, cualquiera que lleve años trabajando en salud pública, sabe cómo están empobreciéndose, debilitándose el discurso y la posibilidad del vínculo, a medida que avanzan las derivas privatizadoras y de gestión.

Pero es imposible empaquetar lo humano.

El contagio de la lógica logarítmica a todos los ámbitos de nuestra vida es, no sólo empobrecedor, si no también destructivo para la vitalidad humana. El error, la imprevisibilidad, el deseo, la creatividad, el vínculo, la ternura... Esas son, más

bien, algunas de las lógicas humanizantes que nos pueden apartar de la depresión, la ansiedad o el sentimiento de vacío de nuestra época.

Luís Feduchi, con la posición ética y humanista que le caracterizaba, hablando, en una entrevista, del recordar poesías y de la amistad, decía algo también muy poético: que “la palabra que se te olvida, te la recupera el otro”.

Me parece que ahí se podría entender algo fundamental: que es el otro el que nos presta y a quien prestamos esas palabras. Palabras con las que nos construimos y que construyen nuestros vínculos.

Y creo, firmemente, que hay que seguir defendiendo espacios donde alojar eso.

Podemos, ahora, si quieren, conversar. “Conversación”, por cierto, me parece otra idea esencial, que, como paradigma para el trabajo, puede integrar mucho de lo que les hablaba.

Raúl Salmerón Romero