

## Salud mental

### Introducción y nuevos criterios sobre salud mental y su prevención mediante el Psicodiagnóstico de Rorschach\*

ISABEL ADRADOS

Que decir sobre salud mental que no haya sido dicho ya, a comenzar por la definición de ese término? Como dice Jean-François Lyotard, papa del pensamiento pós-moderno, en su ultimo libro, "lo que verdaderamente nos amenaza hoy es la generalizada sensación de que nada mas vá a acontecer". Todo ya fué estudiado y escrito, todo ya esta hecho y programado. Es justamente ese sentimiento de impotencia que experimento en este momento, en que procuro decir algo nuevo, sobre ese tema tan antiguo y al mismo tiempo tan actual, eterno, diriamos, mientras el hombre exista, la salud mental. Diversas son las definiciones de "salud mental", desde el concepto clinico que considera salud mental "la ausencia de enfermedad" y normale aquellos individuos que carecen de rasgos patológicos, hasta "el estado normal del individuo".

Ese limitado concepto biomedico excluye la salud de la sociedad, las patologias sociales. La salud mental no me parece hoy simplemente "ausencia de enfermedad" mas un estado de bienestar que se extienda a lo fisico y social y que veo como un proceso en constante mutación.

Las patologias sociales me parecen dar origen a graves problemas para la salud mental. La mayoría de los países de America Latina viene suportando situaciones politicas, sociales, culturales, y económicas extremadamente penosas. Como aislar la salud mental del individuo de ese factor nocivo, pervertido, cuando sabemos que de cierta forma, es causa de grande parte de las aberraciones de nuestro tiempo, especialmente en las grandes ciudades?

La sociedad en nuestro continente esta enferma, las estadísticas revelan un aumento alarmante de crímenes violentos, alcoholismo, drogas, accidentes, suicidios, etc. Los jóvenes, especialmente, viven desesperanzados. En Brasil piensa muchas veces que era mas saludable la indignación, el protesto abierto, el enfrentamento de cierta forma suicida de los jóvenes de 64, que la abulia, la descreencia, la desesperanza, enfin, de nuestra juventud actual. Los mas lucidos y conscientes, tal-

\* Conferência apresentada no VII Congresso Interamericano de Rorschach e outras técnicas projetivas, realizado em Buenos Aires em julho de 1989.

vez por tener una capacidad de crítica más aguda, presentan con frecuencia un síndrome mezcla de fobia, angustia y depresión que en Río los especialistas están llamando de "síndrome de pánico".

Llevo trabajando en clínica 30 años y nunca examiné tantos casos de depresión. En la mayoría de ellos, la polaridad psico-física pone en evidencia que esos dos aspectos se encuentran, hoy más que nunca, profundamente interligados, dependientes. Los especialistas en enfermedades psico-somáticas conocen bien el problema y saben que una cosa es curar el mal que aflige al individuo en un determinado momento, y otra la enfermedad subyacente.

Yo veo la salud mental como multidimensional, envolviendo aspectos físicos, sociales, políticos, etc. Considero la representación de salud y enfermedad como extremos opuestos, bastante dudosa. La salud mental dice respecto a una sensación de integridad, no apenas psicológica como también física y espiritual, conseguida por el difícil equilibrio entre los varios elementos que componen nuestro organismo y su relación con el medio donde se encuentra inserido.

Piensa que el enfoque de la salud mental, actualmente, debería ser "holístico", dadas las circunstancias en que el hombre viene actuando en las últimas décadas. En esta fase final de la Era Tecnológica, con su extraordinario desenvolvimiento, criaríanse condiciones ambientales de tal índole que transformarían la vida psíquica y mental en extremadamente vulnerable, principalmente en las megalópolis, donde el estrés físico y psicológico pasaron a formar parte de lo cotidiano para la inmensa mayoría de la población.

En Brasil, de acuerdo con la Organización Mundial de Salud (OMS), existen aproximadamente 20 millones de individuos con neurosis, un millón con psicosis y 5 millones con problemas psicológicos derivados del alcohol. Quiere decirse, 26 millones padecen de algún disturbio psicológico. No obstante, la preocupación con la asistencia médica especializada es precaria, los médicos, los psicólogos y en general los profesionales de la salud son mal remunerados y peor considerados; las prioridades en materia de presupuesto son siempre para la área económica y tecnológica. La mayor parte de los países industrializados se preocupa, obstinadamente, con la expansión y el crecimiento industrial, con la productividad, lo mismo los países en desenvolvimiento aunque en menor escala.

Otro aspecto que perturba la mente de los hombres de todo el mundo es el desenvolvimiento nuclear y sus consecuencias y derivados como por ejemplo los residuos nucleares, sean ellos terrestres o estratosféricos. Es cierto que ultimamente la política de las grandes potencias está siendo orientada de forma a disminuir el arsenal de armas nucleares, mismo así los científicos, ingenieros nucleares y en fin las personas implicadas de alguna forma con el problema se sienten preocupadas con esos residuos. En Brasil, el accidente radioactivo ocurrido con el cesio 137, en Goiânia, tuvo repercusión mundial, la Radio Nacional se vio obligada a colocar un especialista en el asunto para poder responder las preguntas llenas de angustia, procedentes de todas las partes del mundo. Las nuevas generaciones desde que comienzan a tener discernimiento, se sienten amenazadas; todos sabemos por los eficientes medios de comunicación, que a nivel mundial, ya hubo diversos accidentes nucleares con desastrosas consecuencias, no apenas inmediatas, como también programadas para, no mínimo, 500.000 años; esos accidentes en la medida que afectan la integridad física deterioran la salud mental.

La población de Angra dos Reis, a unos 120 kilómetros de Río, vive sobresaltada por causa de la usina instalada en esa ciudad y que este año registró diversos abalos sísmicos sin que todavía se haya descubierto la verdadera causa. Entre otros

motivos, fué atribuido el movimiento sísmico a una cantidad respectable de lixo atómico enterrado en esa area.

Quizá, todavia mas grave es el lixo espacial. La mayoría de los compañeros deben recordar que la revista *Time* en lugar de escoger el tradicional "Hombre del Año", resolvió escoger esta vez "El mundo amenazado", en función del desastre ecologico en marcha. En la capa de la revista el mundo era representado dentro de un saco plastico, como lixo abandonado en la playa. No es solo la superficie y la atmosfera proxima de la Tierra que están poluidas, mas las orbitas espaciales proximas de la Tierra comiezan a quedarse seriamente poluidas. Asimov, escritor y astrónomo, observó que en apenas 30 años conseguimos poluir el espacio vecino de la Tierra.

Ahora bien, el hombre asiste pasivamente a toda esa agresión, dirigida por grupos extremadamente especializados? Felizmente no, ya son muchas las personas, especialmente entre los cientistas y particularmente entre los ecologistas, que se conscientizaron de que los factores ambientales, sociales, etc. pueden ser tan acutantes en la determinación de los desequilibrios emocionales y fisicos cuanto los originados en la propia economia interna de la personalidad. Esa orientación puede ser encontrada no solo en el campo de la psicologia como también en medicina, sociologia, economia, etc. Diversas corrientes y asociaciones ligadas a la Ecologia intentan evitar que el hombre se destruya a si mismo, en la medida que altera el equilibrio de la naturaleza, con serias repercusiones a nivel emocional.

En Brasil, una de las pocas cosas saludables que se han hecho ultimamente es la ley de la protección a la Naturaleza. Ella no surgió espontaneamente en la cabeza de nuestros hombres de Estado, mas fué prácticamente exigida por el Banco Mundial, que tomó posiciones que implican en mudanzas en la politica ambiental de Brasil. Mudanzas que fueron reforzadas despues del asesinato del lider de los seringueiros, Chico Mendes.

El enfoque actual sobre Salud Mental ya comienza a acompañar ese movimiento abrangente eliminando o desconsiderando el punto de vista mecanicista, miope, simplista que se desenvolvió a la sombra del modelo Biomedico, Cartesiano, para tomar, enfin, una posición "holistica".

Por otro lado, dentro del enfoque de "nuevos criterios" no podemos desconsiderar y mucho menos olvidar los recientes descubrimientos, principalmente de neurotransmisores bioquimicos; en lo que dice respecto a la ansiedad, por ejemplo, se ha descubierto que los Benzodiazepinas (ansioliticos) actuan sobre los receptores cerebrales especificos y, hace apenas meses, fué encontrado un antagonista de los Benzodiazepinicos especifico (unico). Esto, obviamente, implica en una gran organicidad de la ansiedad, o mejor, de la tendencia ansiosa de un individuo. Esta viene en detrimento de ciertos conceptos psicanaliticos y sin duda merece nuestra consideración. En Rio, como deciamos hace poco, está apareciendo con frecuencia un tipo especifico de ansiedad, el "pánico agorafóbico" que responde perfectamente a antidepresivos triciclicos.

Cuanto a la P.M.D. y la ciclotimia hay a considerar que se trata de una misma enfermedad con variación apenas cuantitativa en la sintomatologia, consideración esa implicita incluso en la DSM-3 (clasificación de las enfermedades mentales de la Organización Mundial de la Salud). Actualmente es considerada como una enfermedad organica hereditaria. Lo que puede considerarse como novedad es el hecho de ser de tipos distintos la hereditariad de la depresión unipolar, de la bipolar y parece que incluso tendrian distintas alteraciones de neurotransmisores cerebrales.

También en la esquizofrenia, con exámenes de TAC (tomografía axial computarizada) y MRI (resonancia magnética), se han encontrado alteraciones morfológicas cerebrales en el tipo de esquizofrenia con embotamiento y principalmente autismo, lo que no acontece en las esquizofrenias de tipo paranoide puras.

De todas formas, mismo hoy, con tantos adelantos, las dudas son muchas, como son muchas las teorías a respecto de esa enfermedad.

Continuo haciendo el diagnóstico diferencial con el Rorschach, apoyandome en el P.M.K. y llevando en consideración datos pormenorizados de la entrevista relativos a vida pregresa, antecedentes hereditarios, posibles factores psicicos desencadenantes de disturbio y, obviamente, la sintomatología actual. En mi experiencia, el Método de Rorschach ayuda a diferenciar la esquizofrenia de otras enfermedades mentales, con puntos coincidentes en su sintomatología.

Como decia Dr. Mira hace mas de 20 años, "afirmar que un individuo es esquizofrenico practicamente no representa nada, a no ser que, inmediatamente, precisemos la forma y probable naturaleza de la psicose, asi como la fase en que se encuentra. De esa forma, mas que un diagnóstico nominativo es preciso llegar a un diagnóstico comprensivo, si no queremos exponernos a que también aquel se torne falso".

Esos conceptos son practicamente los mismos que sustenta hoy la DSM-3 al desistir de hacer clasificaciones etiologicas y partir para el diagnóstico operacional o sea, define cada categoria lo mas claramente posible y de esa forma los diagnósticos pasan a ser comparables, mismo que hechos por profesionales de distintas orientaciones.

Sobre las demencias hoy se considera que algunas demencias seniles o pré-seniles son originadas por virus lentos y que ese tipo de enfermedad nada tiene a ver con la arteriosclerosis. Esa colocación mucho me esclareció y ayudó durante la pesquisa que precedió a la elaboración de mi libro sobre Tercera Edad. Con el diagnóstico correcto, fueran adecuadamente medicados los idosos con demencia senil (que son muy pocos) y los esclerosados.

Mas estos conceptos nos llevan al terreno de la prevención através del psicodiagnóstico.

### **La prevención através del psicodiagnóstico**

En relación al Método de Rorschach todos sabemos que tiene un importante papel en la prevención de problemas mayores de salud mental. Esto es mas notorio en las primeras fajas etarias. Acompañio de cerca ese proceso, mediante la supervisión de un grupo significativo de terapeutas que trabajan con niños y adolescentes, siendo el motivo mas frecuente de la queja, por parte de los padres y educadores, la ausencia o el escaso rendimiento en los estudios, acompañado por alteraciones de la conducta y comportamientos atipicos.

Si observamos los protocolos de esos niños, podemos levantar algunas conclusiones sobre rasgos, actitudes y posibles reacciones frente a dificultades futuras. De acuerdo con los resultados y el estado actual del niño, aconsejar medidas visando reforzar la función integradora del yo, previniendo asi disturbios mas serios de la personalidad en un futuro relativamente proximo. Esa predicción de tendencias puede alertar a los responsables sobre la necesidad de un acompañamiento psicológico, sea en forma de una psicoterapia de apoyo, de un tratamiento mas severo, o talvez, de una orientación psicologica a los familiares.

No podemos precisar en que condiciones ambientales ese niño o adolescente precisará actuar, mas podemos adelantar que, si en el presente se utiliza de meca-

nismos defensivos rígidos, con tendencias compulsivas, en el futuro, cuando precise enfrentar situaciones de mayor responsabilidad, podrá desenvolver una neurosis sintomática, posiblemente de carácter obsesivo y difícil tratamiento.

De la misma forma, si las defensas son débiles, con aumento exagerado de perceptos de movimiento, la actividad de la fantasía podrá estructurarse en un nivel regresivo, con rasgos esquizoides o fóbicos. Obviamente, que la forma como más tarde se organizará el yo no dependerá únicamente de las tendencias defensivas observadas en el estado actual del niño, mas también de las varias características de su personalidad implícitas en la utilización de la forma (F) con las otras categorías del teste.

Aunque la prevención puede ser hecha en cualquier faja etaria, levantamos esos datos sobre la infancia por considerar que es cuando puede ser más productivo el trabajo de prevención y higiene mental, mas todos sabemos que también podemos ser actuantes, cuanto a prevención, en el Setor Organizacional y inclusive familiar. No son pocos los clientes que piden ayuda y desean un diagnóstico clasificatorio, correto que elaborado en forma de laudo multidimensional, sin rotular o clasificar, puede ser de inestimable ayuda para la salud mental del examinando.

Esa colocación, propositadamente superficial, lleva en consideración que el tema será estudiado en profundidad en los trabajos que se desarrollarán durante el Congreso. Apenas me gustaria acrescentar que la fragil línea que siempre separó lo normal de lo patológico, actualmente, en mi concepto, se ha hecho más tenue.

Esto queda más patente, por ejemplo, en el setor laboral – así verificamos que no son pocos los individuos que encaminados por la dirección de la empresa con el proposito de avaliar sus recursos de personalidad y que a nivel de entrevista parecen tener un desempeño satisfactorio, tanto familiar, como profesional y social, cuando examinados mediante el Método de Rorschach, con frecuencia dan señales clinicamente considerados como patológicos.

Pensamos que esos individuos se utilizan de un sobrecontrol acentuado, que determina tensión máxima, hasta que un día se descubren sin animo para trabajar, con miedo de cosas banales, y con un volumen de ansiedad que la quimioterapia no consigue diluir. Casos de ese tipo tenemos muchos ultimamente en Rio.

En mi experiencia, hoy es más difícil encontrar, como hace 10 a 15 años, en los pacientes, mecanismos de adaptación que posibiliten una actuación eficiente de las partes sanas de la personalidad de forma a resolver conflictos, problemas que siempre existieron y existirán, pues forman parte del vivir cotidiano.

El ciudadano de los grandes centros urbanos, para acompañar el ritmo de la ciudad, para sobrevivir, porque no vive en el real sentido de eso término, no le queda tiempo para meditar, reflexionar, tener aquel encuentro consigo mismo que le permita una introversión consciente, tranquila, de la naturaleza de sus problemas, temores, miedos y conflictos, entre otros asuntos.

Para terminar, vamos dar espacio a los compañeros que con sus ponencias y trabajos aportarán importantes contribuciones para el aprimoramiento de las Técnicas Proyectivas. Tengo certeza de que al finalizar este conclave, tendremos un conocimiento actualizado sobre la Salud Mental en Sulamerica, nuestros conceptos sobre prevención serán más concretos y con certeza encontraremos nuevos modelos y alternativas para la enseñanza de las técnicas de personalidad en general y particularmente del Psicodiagnóstico de Rorschach, que a todos nos fascina.