

Poesía de la Mente

Por: Ana María St. John

Siempre me pregunté qué se siente hacerse amigo del miedo, vivir luchando contra uno mismo, escarbar lo suficiente y en lo más profundo del pensamiento para encontrar como resultado la poesía de la mente. No dominar los sentimientos, soportar la máxima angustia sin motivo alguno, plantear la existencia en una montaña rusa de emociones; los psiquiatras lo llamaban Psicosis Maníaco-Depresiva, pero en la actualidad lo denominan Trastorno Afectivo Bipolar (TAB).

La enfermedad mental encontró a Patricia Guzmán joven e insegura, el trastorno le palpo el alma y los secretos, llevándola siempre a la zozobra. El tiempo en el que se enfrenta a ella misma, fue aumentando desde que la diagnosticaron hasta el día de hoy. La depresión; esa desconsiderada, ambigua, dolorosa, insoportable, inentendible, afecta a más de 350 millones de personas en el mundo, según estadísticas de la Organización Mundial de la Salud, OMS. Esa depresión, que acaricia a esta mujer de 52 años, que toca en lo más profundo de su mente el dolor y la felicidad, influye en su diario vivir desde hace mucho tiempo.

“Me descubrieron la enfermedad a los 17 años, aunque comencé a tener síntomas años antes, como las depresiones, y según el psiquiatra que me atendía, suele prevalecer el primer síntoma, así que las manías no me dominaban tanto como la angustia”, me dijo sin titubeos, pero no me miraba a los ojos, lo dijo, entre tinto y cigarrillos.

La enfermedad es una disfunción de los mecanismos cerebrales que regulan el estado de ánimo, asegura Eduardo Vieta, uno de los principales investigadores del Trastorno Afectivo Bipolar. La patología descubre en silencio al paciente, a veces pasando desapercibida, así como la mayoría de las enfermedades mentales, y por esto suele ser confundida con otros trastornos, donde queda totalmente clara la capacidad de la mente para despistar a los expertos, a cualquier persona.

Para ella las crisis depresivas son más frecuentes que las manías, aunque también experimenta estas fases; etapas llenas de sentimientos de euforia, desproporcionados y excesivos, porciones de tiempo que tiene la necesidad de estar activa; pueden variar de días a meses. Su actividad se centra en el orden, comienza a hacer oficio y a reacomodar las cosas de su casa, dice que los espacios ordenados relajan; es como si su subconsciente quisiera prepararse para la depresión. Aunque otros días empieza a caminar y a dar paseos, muchas veces a comprar de forma exagerada y cosas que no

necesita. “Entra, sale, se le olvida algo o necesita cualquier otra cosa, vuelve y sale; llega arregla, pone y sigue. La prefiero así que deprimida”, contaba Inés su mamá.

La primera vez que estuvo en una clínica de salud mental fue porque no podía quedarse quieta, no estaba cansada, no durmió una semana, intentaba conciliar el sueño pero era imposible que llegara a ella; síntomas preocupantes, que además pueden desatar otras enfermedades, daño cerebral y la muerte si no se toman medidas inmediatas.

Según investigaciones del Laboratorio de Sueño y Neuroimagen de la Universidad de California, cuando una persona no duerme las horas suficientes, su cerebro comienza a reaccionar en los centros emocionales a las experiencias de manera negativa, pues se evidenció un incremento excesivo de dichas alteraciones, es decir, el cerebro revierte los hábitos emocionales dentro de algún contexto establecido, comenzando a producir muchas respuestas y de manera inapropiada, más primitiva.

Su mamá, Inés, me contaba que Patricia estuvo internada en la Clínica Nuestra Señora de la Paz, durante un par de semanas. La primera estuvo completamente sedada, para poder recuperar el aliento, llevarla a los sueños para calmarla, para destruir la manía y que volviera a ser ella misma. Los días siguientes estuvo un poco adormilada por los sedantes y fue recuperándose rápidamente. Sin embargo, a pesar del progreso el psiquiatra no le iba dar de alta, tanto así, que creía necesario hacerle electrochoques.

Cuando me dijo esto quedé completamente sorprendida, casi sin aliento y solo pude balbucear, ¿de qué manera podía ayudarte esta terapia para salir de ese diagnóstico, de la manía?, ella con el ceño fruncido y los ojos cerrados, movió la cabeza y me dijo que no sabía, además, su mamá le había preguntado si quería recibir este tratamiento pero ella se negó.

La terapia electro convulsivante o electrochoques se utiliza para tratar enfermedades psiquiátricas graves o las depresiones severas y estados de agitación, características propias de la bipolaridad, algunos expertos aseguran que existe una mejoría, pero se debe usar como último recurso, porque este tratamiento ha sido objeto de gran controversia, ya que existe la posibilidad de la pérdida de memoria a corto, mediano o largo plazo, también de la disminución de la inteligencia y puede causar daño cerebral. Algunos estudios indican recaídas frecuentes a pesar del uso de medicamentos después de la terapia.

Al parecer los electrochoques hacen pasar por la cabeza del paciente una cantidad de corriente que es capaz de mantener encendida durante pocos segundos una bombilla

de 10 vatios, produciendo una respuesta convulsiva, pero se suele minimizar el efecto con anestesia y relajantes musculares.

“Eso es toda una atrocidad”, me dijo su mamá, con la voz entrecortada, intentando aguantar el llanto, a pesar de sus gafas y el reflejo de la luz sobre ellas, vi una lágrima caer. Esta señora de cabeza blanca que asemeja un copito, una ternura inexplicable como de una niña pequeña, pero con la sabiduría de los años y sus estragos, intentaba disimular el dolor con una sonrisa grande, me partió el corazón en segundos. Me comenzó a explicar que para una madre ver a un hijo en una situación así era la peor experiencia, pues domina la impotencia y el miedo del mal entendimiento de la enfermedad mental.

Patricia al principio no salía de su habitación, le costaba trabajo levantarse de la cama, bañarse, vestirse, comer, hablar con alguien, explicar que sus sentimientos, su alma destrozada, su corazón roto no tenía razón ni explicación; se preguntaba permanentemente por qué le pasaba a ella, “fue horrible, no se lo deseo a nadie”, susurró. No logro imaginar qué podía sentir su mamá, al verla así; desesperada, ahogada en lágrimas, con el nombre de la enfermedad atravesado en la garganta, en el pecho, como un puñal. Inés prefería verla en las fases de manía en vez de las depresivas, “por lo menos esta activa, no llora, por lo menos habla”.

- Yo solo pensaba en el rechazo que podía sufrir Pati y la ignorancia de la gente cuando se nombra alguna de esas cosas que la sociedad no entiende. Pero hija, eso sí, yo sentí que me moría cuando me llamaron a decirme que se había volado de la clínica.

- ¿Cómo así señora Inesita, en qué momento se voló de la clínica?

- Fueron minutos de angustia, que sentí como horas, yo no sabía que ella iba a venirse para acá.

- ¿Qué se imaginó?, ¿si llegó a la casa?.

- Si, pero yo qué me iba a imaginar. Por mi mente pasó de todo, que nos odiaba, que no nos iba a perdonar que la hubiéramos llevado a ese lugar y que le fueran a hacer esos choques, que quién sabe qué le hubieran podido causar.

- Pero por qué no iba a volver, qué podía detenerla para regresar a casa, si usted le ofreció el mayor apoyo que se puede dar.

- Carlos, mi amor, él nunca entendió a su hermana.

Patricia contó que intentó calcular los horarios de los médicos y a la mínima oportunidad corrió, huyendo de los locos que le decían loca, “me querían hacer electrochoques, eso no lo sugiere alguien normal”. Aunque asegura que al correr media cuadra se cansó demasiado; tal vez por los medicamentos, tuvo que detenerse para sacar aliento, a tomar aire, enseguida se dio cuenta que uno de los doctores iba detrás

de ella, vio un bus que transitaba por los alrededores de su casa y se subió. “Yo le dije al conductor que me venía persiguiendo un tipo que decía que era médico, que me ayudara porque no tenía ni un centavo”, se reía con picardía, porque logró su cometido.

No se conoce con exactitud porque se da el Trastorno Afectivo Bipolar, TAB, sin embargo, algunos expertos creen que se debe al desequilibrio de unas sustancias bioquímicas en el cerebro, otros investigadores creen que es genético, pero no existe claridad, no se puede explicar por completo. Aunque cabe la posibilidad que el desarrollo de la enfermedad mental tenga un desencadenante; para la familia y para Patricia fue Carlos, su hermano.

La convivencia en la casa de la familia Guzmán era un enfrentamiento silencioso, todos sabían que pasaba algo pero nadie entendía por qué. Su mamá creía que era mejor callar porque nadie iba a entender por lo que estaba pasando Patricia, ya que para ella, Carlos jamás entendería por qué su hermana era tan consentida. Sus hermanos pensaban que su comportamiento estaba basado en cosas de la edad, y no había ningún indicio de que tuviera algún problema, pues tenía amigos, salía con muchachos de su edad, todo normal, como cualquier adolescente; hasta que llegó la hospitalización. A pesar de esto, sus padres no se sentaron a explicarle a sus hermanos de qué se trataba la enfermedad.

Carlos era violento con ella sin razón, la expresión de Patricia cambia completamente cuando habla de él, se pierde el tono acogedor de su voz, se ve en sus ojos una ira encapsulada, como si jamás se hubiese podido desahogar por el maltrato que recibió durante años. Eso sí, cortó todo tipo de relación con él, porque a pesar de que transcurrió el tiempo, él nunca cambió.

El tabú de la enfermedad mental lo implanta el mismo paciente y su familia, por el miedo al rechazo, a que los familiares y la sociedad no entiendan que no existe ningún tipo de episodio que pueda generar peligro para los demás, por estar cerca a la persona enferma, ya que los episodios psicóticos se caracteriza por la pérdida del sentido de la realidad, lo cual puede generar la distorsión de la imagen y alucinaciones, la pérdida completa del yo, síntomas que no se relacionan con el TAB . En cambio, en el trastorno bipolar, se ven los cambios de los estados de ánimo; irritabilidad, felicidad y tristeza extrema; en este caso no corren riesgo los demás, pero si el paciente, ya que en los estados depresivos existe la posibilidad por el sentimiento de culpa y la cantidad de emociones, esto puede llevar al paciente al suicidio.

La vida de Patricia siguió siendo una montaña rusa de emociones, fue medicada con litio, que se utiliza generalmente para tratar los episodios de manía y también para las

depresiones, sin embargo, para ella este medicamento tuvo consecuencias graves en su salud física, como problemas de tiroides e hipertensión, además de dañar su piel.

La familia solía ir a paseos los fines de semana, a pescar, cazar y acampar, pero por lo general ella estaba deprimida y era todo un proceso salir a disfrutar con su familia, “a veces cuando ya teníamos todo listo para irnos decía que ya no quería ir”, me dijo su hermano mayor Luis, “nunca entendí esos ataques que le daban”. Su papá y sus hermanos no comprendían por completo por qué tomaba esas decisiones a último minuto, qué era lo que pasaba.

Al transcurrir el tiempo y en uno de esos paseos familiares conoció a Roberto, un hombre alto y bien parecido, intercambiaron números y empezaron a salir. Cuando notó que la relación estaba tomando un buen rumbo y seriedad, le contó de su enfermedad, él la entendió, la aceptó sin peros, sin juzgar estuvo con ella, la aceptó; “era un hombre muy inteligente, demasiado interesante”. Roberto era diabético, pero no le explicó a Patricia la gravedad de su enfermedad, no le dijo que tenía que inyectarse insulina y además no se cuidaba lo suficiente.

Poco tiempo después llegó Paula, su hija, la luz de los ojos de esta pareja, de sus abuelos, de la familia, la primera nieta. Lastimosamente la enfermedad de Roberto fue empeorando progresivamente, “él no se cuidaba a pesar de tener a la niña”, dijo Inés, mientras arreglaba las cosas de la mesa, “nos tocaba escarbar el maletín a ver si tenía dulces”, vi un poco de decepción en su cara. Muchas veces lo encontraban desmayado por las hipoglicemias, el azúcar para él era una montaña rusa, como las emociones de su esposa. Falleció el 11 de agosto de 1996, luego de atravesar un año de diálisis; dicen los que saben que es peor que la quimioterapia.

Paula apenas sabía hablar y dice acordarse del momento en que llamaron a su mamá para avisarle, “me tenía en brazos, levantó el teléfono, colgó; el recuerdo es fugaz. Corrió a la casa de mis abuelos que era en el conjunto de al lado, yo le pregunté a mi mamá si había sido así o si solo fue un sueño y me miraba sorprendida porque estaba muy chiquita para acordarme”.

A Paula la criaron sus abuelos y su mamá, creció en un hogar lleno de amor, con todas las comodidades, y aunque la situación económica fue en declive cuando su abuelo falleció, nunca le faltó nada. Mientras me contaba que su mamá y su abuela tuvieron hasta negocios de mermelada, “vivían haciendo cosas; comida, encurtidos, mermeladas y hasta chocolates; creo que ese último negocio fracasó por mi culpa, les quedaban muy ricos”. Siempre lucharon sin importar razón alguna, por ella por verla sonriendo. Inés mencionó que si ella sigue viva es por su nieta.

Ella cuando tuvo un poco más de conciencia y comenzó a entender la dimensión de las cosas, se dio cuenta que los comportamientos de su mamá eran diferentes. “A veces estaba muy activa, arreglaba la casa completamente, desde temprano o a la madrugada, pero había días que no se levantaba de la cama y meses en que todas las tardes dormía horas”. A pesar de los indicios, no tenía claro qué pasaba, pero cuando Paula cumplió la mayoría de edad no se imaginó que la vida como la conocía iba a cambiar completamente.

Comenzó a narrar el episodio, con mucho impacto, como si siguiera sorprendida con lo que pasó. Ella se había quedado la noche anterior donde una amiga y cuando llegó notó que Patricia estaba bastante agitada, “el brazo derecho lo movía de una forma impresionante, hablaba incoherencias, nunca me asusté tanto como en ese momento, mi abuelita no entendía, yo tampoco”, dijo con tristeza.

Duraron varias horas intentando calmarla, se reía, hablaba y hablaba y hablaba, nada lógico y con el brazo con un movimiento, de arriba a abajo, a una velocidad extrema; “no entiendo como no se cansaba con ese movimiento, no me explico como no le dolía”, imitaba el ajetreo. Todo indicaba que estaba atravesando un episodio mixto del trastorno, las dos sensaciones; euforia y desespero. Patricia sabía que estaba actuando de forma irracional pero no podía detenerse, poco se acuerda.

“Estaba en una manía, me dijo la psiquiatra, yo sabía que mi mamá tiene eso, me había enterado tiempo atrás y por mi abuela, porque mi mamá no fue capaz de decirme. Jamás me imaginé que pudiera llegar hasta ese límite, pensé que era algo cerebral, estaba muy asustada, tanto que tuve que llamar a mi familia, todos llegaron algunos se quedaron con mi abuelita porque estaba muy alterada, mientras que yo intentaba calmar a mi mamá y llamar una ambulancia que tardó muchas horas en llegar”. Me contó mientras intentaba dramatizar el momento; no puedo negar que mientras salían las palabras de su boca, se estremecía mi cuerpo de verla así, reviviendo la angustia.

Luego de esto la trasladaron a la Clínica de su EPS, la psiquiatra que la atendía le sugirió llevarla nuevamente, como años atrás a la Clínica Nuestra Señora de la Paz o tratarla en casa, “cómo me va a preguntar eso, me puso entre la espada y la pared, cómo carajos le iba a decir a mi abuela, solo podía tomar la decisión yo, así que decidí esperar a ver cómo seguía”. El riesgo de llevarla a casa era que Inés tendría que lidiar con ella mientras Paula salía de estudiar, mientras que cumplía con sus responsabilidades diarias. A los dos días Patricia ya era ella misma, o eso aparentaba, logró convencer a uno de sus familiares de su supuesta mejoría para que la dieran de alta.

“Cuando llegó a la casa fue peor, o sea, el primer y segundo día bien; pero después siguió manica, no tan fuera de sí misma, pero si muy alterada, creo que intentaba controlarse, pero no siempre lo lograba. Fue tenaz, yo no sabía que era peor; si ver a mi mami así o a mi abuelita ayudando y lidiando con la manía, era una cosa muy cruel, insólita, lo peor de todo es que se acercaba el cumpleaños, el de las dos”.

Fueron dos semanas extremas para la familia, Paula me contaba que se sentía como su mamá en el límite, con su estudio, cuidando de su abuela y su mamá. “Es que los años no llegan solos, mi abuela bien achacada por los años y mi mamá con esa mierda”, dijo sin temblar, con fuerza, me hizo preguntarme cómo podía llevar todo, desesperada por dentro, pero reflejando calma.

Patricia salió de la crisis y logró fortalecer la relación con su hija, aunque fueron días duros, que pocos podrían entender, porque no se entiende por completo lo que no se vive, lo que no se siente, lo que da miedo conocer. Y a pesar del tiempo logró explicarle lo que sentía, se abrió completamente, su mente descarriada, como la llaman los médicos, no es más que un poema de emociones, por el que cualquiera de nosotros, los que decimos ser mentalmente sanos podemos atravesar, por golpes en el camino, pérdidas de quienes amamos o porque sí.

Supuestamente somos más de 7,2 mil millones de personas en el mundo, de esta cifra, 450 millones padecen una enfermedad mental, además, 144 millones de los habitantes de este planeta sufren Trastorno Afectivo Bipolar. Somos alrededor de 48 millones de colombianos, de los cuales el 40.1% sufren o han sufrido un trastorno mental y según cifras del Grupo de Investigación en Psiquiatría de la Universidad de Antioquia, del 2% al 4% padecen esta patología. 2 millones de pensamientos atacan a Patricia cuando está en las etapas de manía que se desencadenan la fase depresiva, el 50% de estas ideas le hacen creer que no es capaz y el otro 50%, que ve reflejado en su hija y su mamá, la obliga a levantarse de la cama.

Denominamos a la enfermedad mental como locura, pero siempre llamamos locura a lo que no entendemos, porque somos tan simples e incapaces de ver más allá de lo explícito de nuestro comportamiento, tal vez por miedo a entendernos, a encontrarnos con nuestros demonios o tal vez somos conscientes de esa presencia en nuestra mente, pero tememos conocerlos profundamente. Comprendí que los trastornos de este tipo son solo poemas de la mente, tal vez la locura si es un modo diferente de ver la vida, porque en los ojos de las mujeres de esta familia, existe una unidad, comprensión, cariño. “No hay nada que no cure o ayude a sobrellevar el amor”, dijo Patricia, la paciente que vive hace 38 años con Trastorno Afectivo Bipolar.