

MARÍA ALMODÓVAR
Santiago

Cuando leemos o escuchamos la palabra 'neurosis' nos echamos a temblar. ¿Sabemos realmente lo que es, doctor?

La palabra *neurótico* asusta un poquito porque en sí todos lo somos en cierta manera. Obviamente hay ciertos momentos de la vida en que se pueda exacerbar esa situación. Pero bueno, hablar de lo neurótico es hablar de lo normal. Todos tenemos algo de nervioso, de ahí el refrán: De locos, poetas y artistas, todos un poco.

No obstante, hay ciertas connotaciones negativas de la palabra, hay ese estigma negativo de neura, de nervioso, de persona un poco cansina, quejosa, demandante..., en fin, todas estas cosas que existen en el plano social.

Entonces, ¿podemos

SANTIAGO PARADA

Psiquiatra y presidente de la Asociación Psicoanálisis Aplicado de Galicia

“La sociedad actual tiene un narcisismo patológico y maligno”

decir que cualquiera, en un momento de su vida, puede vivir un episodio así?

Si partimos del hecho de que somos neuróticos, todos hemos vivido situaciones psicotraumáticas por muy buena que haya sido nuestra vida y nuestras relaciones con nuestros padres y figuras de apego importantes. Pero siempre hay cosas que no van bien. Nadie está libre de crisis, de avatares desfavorables que nos lleven a la aparición de la reactivación del conflicto.

Dicho esto, ¿vivimos en una sociedad neurótica?

Esto es muy matizable. En estos momentos vivimos en una situación muy especial, no nece-

sariamente neurótica. La actual tiene un narcisismo exacerbado, patológico y maligno. Hay mucha soledad, muy poco contacto interpersonal de verdad. Lógicamente falta la simbolización y lo que es importante y constitutivo del sujeto humano.

En este sentido, quizá la sociedad actual es caracteropática o psicopática, carece de empatía, que es lo que nos permite acercarnos al otro. También el sentimiento de culpa, que es tan importante en el trabajo psicoterapéutico.

Ansiedad, miedo y obsesiones. ¿Cómo se puede aprender a superarlos?

Realmente, cuando hay estas situaciones clínicas de ansiedad, de obsesión, de fobias, se necesita acudir a un profesional que ayude a manejar esas situaciones. Es a través del trabajo psicoterapéutico, de las interpretaciones en la relación transference y de la elaboración de estas situaciones, incluyendo los sueños, cómo el paciente va superándolo y, sobre todo, se va dando cuenta de que la angustia, la fobia o la obsesión son síntomas que remiten a otras situaciones que tienen que ver con aspectos de su vida, de su historia personal, que dejan marca y que se reactivan en los eventos de la vida normal.

¿De qué forma la palabra puede contribuir a sanar?

La palabra cura, no hay ninguna duda, a través de múltiples mecanismos. No solo nos sirve como descarga, sino también para conectar con aspectos íntimos de nuestra vida. De esta manera, en el organismo y en el cerebro se producen cambios. No solo la persona cambia a través de lo que aprende, sino que también todo esto opera cambios en las neuronas.

El Nobel Erik Kandel, que antes de neurofisiólogo fue psicoanalista, descubrió las neuronas espejo, que eran las que tienen bastante que ver con la empatía, que es importante en la escucha y comprensión de los demás. Cuando alguien se siente comprendido y escuchado supone un cambio, y mucho más si eso se hace en un acompañamiento prolongado psicoterapéutico. El profesional debe ser capaz de acompañar al paciente

y sentir con él todos los momentos de sufrimiento.

Ustedes, los psiquiatras tienen fama de prescribir mucha medicación. ¿No está nuestra sociedad excesivamente farmacologizada?

Este es un aspecto importante. Es obvio que en la sociedad actual hemos caído en una excesiva medicalización del sufrimiento psíquico y del sufrimiento humano consustancial (pérdidas, duelos, rupturas, conflictos vecinales y familiares) para aliviar ese dolor prescribiendo ansiolíticos, antidepresivos que, posiblemente, no son necesarios.

La medicina en general farmacologiza en exceso el sufrimiento. Esto ocurre no solo en la psiquiatría. Pero a veces hay una psicologización del propio sufrimiento. También se hacen terapias psicológicas conductuales, orientativas para cuestiones que a veces no deberían ser necesarias.

Por otra parte hay movimientos que cuestionan los efectos de la medicación. Yo, como psiquiatra, tengo que decir que no es adecuado. Los psicofármacos han supuesto una revolución en el tratamiento de las enfermedades psíquicas graves, psicóticas y neuróticas, desde luego a la altura de otro tipo de fármacos. Pero bueno, este sería otro tema, y de debate amplio, que no vamos a tratar ahora.

¿Cómo es la psicopatología de nuestros días?

La psicopatología, al igual que las clasificaciones, están muy influenciadas por el momento cultural. Lógicamente, Sigmund Freud tuvo una influencia muy importante.

Sin embargo, hay un sociólogo que habla de la sociedad líquida y la volatilidad de las cosas, Zygmunt Bauman. Y asegura que todo forma parte de la inmediatez, porque ya no hay cara a cara, se busca la satisfacción inmediata y existe poca tolerancia a la frustración.

El concepto de realidad se altera bastante y esto tiene que ver con el incremento de los trastornos de personalidad que vemos tanto en los jóvenes. Y también apreciamos patologías adictivas, como el enganche a internet y a los videojuegos.

Hoy también estamos viendo una ludopatía especial a través de la red. Internet en cierta manera lo ha cambiado todo. Falla el contacto real entre las personas, quedan menos para hablar, para jugar. Cada vez se habla menos por teléfono. Nos encontramos con personas que viven y mueren en soledad en situación de abandono y tienen 5.000 amigos en redes sociales.

¿Cuanto había de 'magia' en los problemas mentales antes?

Las enfermedades mentales han existido desde siempre. Obviamente, los síntomas van muy modulados por los momentos sociales y por la cultura de cada zona. ¿La magia? Si nos referimos al recurso en nuestro medio (Galicia, Asturias) de acudir a personas del curanderismo o las *meigas*, era algo frecuente, y sigue siéndolo. Y para muchos esto supone una catarsis, uno expresa su problema ante una persona que se supone que le va a ofrecer remedios. También en ese sentido opera la sugestión de la persona, pero bueno, habría que pensar que a veces no es suficiente para modificar las cosas. A veces se daña más y se refuerzan los síntomas.

¿Cuándo hay que pedir ayuda, doctor Parada?

Cuando vive una situación de desbordamiento psíquico permanente y es incapaz por sí mismo de manejar esa situación, entonces es obvio.

En el trabajo psicoterapéutico el paciente va descubriendo que su sufrimiento no es ajeno a circunstancias de su vida.

El paciente, cuando aparecen estos síntomas, no sabe de dónde vienen y por qué. La terapia le ayuda a seguir progresando en este recorrido e ir entendiendo cosas que tienen que ver con su inconsciente.

Tengo que decir que los sueños permiten reconstruir situaciones traumáticas, del pasado, en las que ha tenido serias dificultades. A partir de ahí, toma más contacto con su inconsciente, que es algo que se ha criticado tanto al psicoanálisis.

Usted preside la Asociación de Psicoanálisis Aplicado de Galicia Gradiva, y eso me recuerda a La Gradiva del célebre Sigmund Freud. ¿El mundo ficticio y el real conviven en armonía? ¿Qué revelan nuestros sueños?

Es un sueño clásico de la obra freudiana. Nosotros hemos cogido la figura de La Gradiva, novela de *Jensen*. El material de los sueños es el material importante para acceder al inconsciente. En ellos hay aspectos de la vida, del deseo, que están reprimidos y que aparecen. Pero hay mucho más. Los sueños en terapia son muy importantes en la resolución de duelos, pérdidas...

Su manejo es lo que permitió a Freud llegar al concepto del inconsciente que, insisto, ha sido un concepto corroborado por las modernas investigaciones sobre la memoria.



FREUD, EN SANTIAGO

JORNADAS.

Hoy y mañana tienen lugar en el Gran Hotel de Santiago las VI Jornadas Clínicas 'Los caminos de la neurosis-La cura por la palabra', que contará con las ponencias de prestigiosos especialistas, expertos en la psicopatología y psicoterapia psicoanalítica de las neurosis. Destaca un sobrino nieto de Freud, Joseph Knobel Freud, que hablará de 'Adolescentes borderline'. Están organizadas por Gradica, la asociación que preside el médico psiquiatra Santiago Parada, jefe

de sección del Servicio de Psiquiatría del Complejo Hospitalario de Pontevedra-Salnés.