

No apta para señoritas: entre diagnósticos

escrito por María Antonia Rincón

Me defiendo

Antes de devorarle su entraña pensativa

Antes de ofenderlo de gesto y palabra

Antes de derribarlo

Valorad al loco

Su indiscutible propensión a la poesía

Su árbol que le crece por la boca

con raíces enredadas en el cielo

Él nos representa ante el mundo

con su sensibilidad dolorosa como un parto.

Raúl Gómez Jattin

Parece cliché cuando dicen que un buen diagnóstico es parte de la solución. Sin embargo, el sentido de la frase es relevante, sobre todo, cuando se trata de estabilidad mental. Uno de los problemas más significativos es encontrarse con diagnósticos equivocados y con profesionales que otorgan a los pacientes una categoría que, en lo que sigue, determinará sus comportamientos y peor aún, los justificará en función del diagnóstico.

Quien asiste en busca de ayuda está en una condición de vulnerabilidad muy intensa. Sus sentidos y sus posibilidades de raciocinio están afectados y encontrarse con el diagnóstico pretende cierta certeza que tranquilice. Saber qué pasa con uno o con el familiar es parte inicial del alivio. Pero, si ese diagnóstico es apresurado puede que no contemple

variables dentro de las causas o que no prevea los efectos del mismo.

Los diagnósticos equivocados tienen implicaciones en la comprensión de la experiencia, en el tratamiento planteado y, en últimas, agudizan la ya compleja realidad del paciente. Hay allí otro efecto: quien recibe la etiqueta necesita de herramientas para asumirla, pues corre el riesgo de “pasarse a vivir” a la categoría para justificar sus acciones y omisiones porque se asume como tal y esto, más o menos, le ayuda a evadir responsabilidades de su propia existencia. No es muy consciente, parece que así es la mente: a veces juega en contra. La inercia gana porque es más fácil recogerse en el diagnóstico que asumir el doloroso riesgo de salir de uno para encontrar su lugar y su sentido en el mundo.

Para quien padece la condición creer en el diagnóstico es un salvavidas, en estricto sentido. La sola decisión de buscar a un profesional para presentarle su psiquis, su ánimo y su energía ya es una hazaña. Luego, confiar en que el diagnóstico es certero no solo es un acto de fe, es la única opción para salir de la oscuridad. Después, aceptar el tratamiento y llevarlo a cabo es otra proeza; y no perdamos de vista que quien asiste a ese proceso carece, precisamente, de ánimo y de energía para emprender cualquier acción.

Por ello el buen diagnóstico es tan determinante. Las redes sociales son vitrina para pseudo profesionales que tienen bajo la manga todo tipo de calificativos y de soluciones. Los discursos de “pensamiento positivo” y “amor propio” aparecen a toda hora. Y así, lo único que logran es que ese ser que se siente desubicado, solo, sin quien lo entienda, le sume a su situación una permanente sensación de fracaso y de insuficiencia. Así, la vida es insostenible.

Para comprender qué nos trajo a este punto el camino es conversar con los cercanos, reforzar las relaciones de confianza y hacer lo que corresponda en el día a día con discreción. No es buena idea pretender cambios vitales radicales que impliquen el gasto de las pocas reservas de salud y de fuerza. Ser paciente, asumiendo parte de la etimología de la palabra, como el que experimenta un proceso. Lo que sigue es buscar ayuda de profesionales serios, confiables, que acompañen el descubrimiento del diagnóstico con sensibilidad y comprensión. Por

último, emprender el camino de reconocimiento de uno mismo en terapia, y si es del caso, incluir cuidadosamente la medicación que se asigne.

La vida es un experimento cotidiano, pero siempre, será más completo si nos acompañamos con consideración y afecto. Tal vez, todos tenemos algo de lo que conocemos como locura, ésta también nos hace quienes somos. Comprenderla y abrazarla puede ser el inicio de una vida con sentido, estable y amorosa.