CIENCIA Y SALUD

Miedo a salir a la calle

POR DR. ENRIQUE DE ROSA ALABASTER - 08.08.2020

Mi vida, no hay derecho a salir con miedo a la calle.

Dentro de poco toque de queda y refugios que arden.

Respondamos antes de que se haga tarde,

o quizás un día despiertes y no haya nadie.

(Ismael Serrano)

Hace varios años, ocupándome del área del trauma psíquico, expongo en un congreso médico Internacional realizado en Argentina el tema "Trauma y Violencia Urbana". Las causas graves, y válidas para el trauma, eran el terrorismo, bombas, Malvinas, guerras etc. La violencia urbana parecía lejana a tal punto que alguien consideró que buscaba solo originalidad.

Hoy la anécdota parece imposible, es una cruel realidad que se visibiliza en ciudades enrejadas que llaman la atención a extranjeros llegados a Buenos Aires y en el miedo, que olvidamos por momentos pero que reaparece con una noticia o un ataque. Nos habituamos a convivir con este estado, con esa sensación.

Ya sobre esta base de miedo, ese aprendizaje social, apareció algo nuevo e inesperado, una epidemia, y una consigna lógica: el distanciamiento físico, al que llamaron social (con lo que implica) nos salvaría. De allí a la cuarentena, una medida extrema, pero a la medida de ese peligro anunciado: la muerte. A ese miedo previo se le agregó aun otra capa, que fue profundizando y fue reforzando comportamental y cognitivamente esa emoción tan primaria.

A medida que el distanciamiento continuaba, nosotros, seres de hábitos, empezamos a aprender algunos nuevos: la comunicación a distancia, el teletrabajo, la sociabilidad virtual, a la cual se nos impulsaba desde hacía un largo tiempo de manera vigorosa. Esta tenía consecuencias en algunos casos nefastas. Desde la disrupción en la vida íntima, hasta delitos como el grooming. Pero nos adaptamos, aunque sobre la matriz del miedo, no por una elección. Al igual que los hermanos de Cortázar en la casa tomada (¿seguirá en pie?), los ruidos lejanos empezaron a encerramos, y mejor, ahora sí, si el distanciamiento fuese social. Allí no habría que pagar consecuencias de la exposición al otro, así las defensas, las estrategias, los aprendizajes y habilidades de lo social, se van desvaneciendo, o mutando en estos otros. Empezamos a preguntarnos si los niños en las escuelas no aprendían básicamente esas formas de inteligencia social y emocional, cuando vimos luego de un tiempo, que el solo contenido se volvió tedioso para algunos niños, que también optaron por salir con permisos, que les eran dados, y al igual que los adultos a transgredirlos. Esta transgresión nos enseñaba paradójicamente que esas libertades no eran propias.

En el fondo, como una realidad Orwelliana, el miedo a salir a la calle y al mismo tiempo la transgresión, con la culpa o no, pero con un hábito que reemplaza al otro. Así somos, aprendemos, desaprendemos.

Y aprendimos y vamos aprendiendo a temer. Nos repite diariamente el gran hermano con lenguaje verbal y gestual que temer, es bueno, protege, finalmente temer es sabio y sobre todo racional.

En una reciente encuesta sobre una hipotética y casi utópica por momentos, vuelta a la normalidad, quizás una forma de anhelar lo perdido del pasado, preguntaron a un grupo de personas si volverían a su lugar de trabajo y la gran mayoría dijo que no, que estaban acostumbrados a esta nueva forma de trabajo, en realidad de vida.

En el fondo, esta reclusión quizá nos proteja de esos bárbaros que nos dicen llegarán por nosotros, como ya anunciaron Cavafis, Coetzee, y otros, es decir lo sabio es esperar y mientras esconderse. Como el militar de Buzzati en "El desierto de los tártaros", se va amoldando y pasando la vida.

Al mismo tiempo la inseguridad aumenta, inevitablemente, la realidad parece no llevarse bien con el relato. Se tratará de una enfermedad, una fobia, agorafobia, ¿o simplemente una forma de vivir con miedo y delegando nuestra seguridad en la información última, esperando que una respuesta esperanzadora surja?

La tecnología, los cambios de paradigmas anuncian un mundo maravilloso, pero también en una especie de Darwinismo social, quienes quedarán por fuera de él, pueden estar en un espacio suspendido.

Plantearse el lugar del miedo en el condicionamiento social, puede ser la clave para evitar esto.

Dr. Enrique De Rosa Alabaster

@enriquederosa

Psiquiatra, médico legista, presidente de la Asociación Argentina de Victimología (M.N. 63.406).