

TRANSITORIEDAD Y TEMPORALIDAD: EFECTOS **PSÍQUICOS DE LA PANDEMIA** SOBRE LOS ADULTOS MAYORES¹

¹ Trabajo presentado no Simposio Psicoanálisis en tiempos de Pandemia: sufrimientos subjetivos, malestares colectivos, de la Facultad de Psicología da Universidad Católica de Santa Fé, Argentina.

Denise Martinez Souza¹

1 Psicóloga, Psicoanalista, Miembro Titular del Centro de Estudios Psicoanalíticos de Porto Alegre, coordinadora y supervisora del Curso de Especialización en Psicoterapia Psicoanalítica para Adultos Maduros del Instituto Cyro Martins, coautora del libro El Adulto Maduro en el diván.

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo abordar brevemente la historia del envejecimiento a lo largo del tiempo, los prejuicios contra las personas mayores, así como discutir la soledad como sentimiento y circunstancia del ser humano, pensando en el sufrimiento emocional que vive el anciano en estos tiempos pandémicos. Me propongo demostrar que la conciencia de la transitoriedad y la temporalidad aportan diferentes matices afectivos a las vivencias de aislamiento social en la vejez.

Palabras-clave: Soledad. Aislamiento. Vejez. Transitoriedad. Temporalidad.

Empiezo mi presentación diciendo que creo que de todos los dispositivos de que disponemos para pensar y comprender los fenómenos subjetivos y del mundo, en especial los actuales, que serían, básicamente, la ciencia y la religión, sin dudas el psicoanálisis es el más eficiente y eficaz para comprender, explicar y trabajar a favor de la subjetividad y de la colectividad.

La ciencia con la razón, la religión con la fe, fallan en ayudarnos en este momento de pandemia, mientras el psicoanálisis viene a nuestro encuentro intentando dar sentido y significado a lo que aun no tiene nombre y es sentido/vivido en este momento tan sombrío.

La necesidad de aislamiento impuesta como vía preventiva contra la Covid-19 pone de manifiesto la soledad y la forma en que lidiamos con ella, como sentimiento y como circunstancia del ser humano, con mayor o menor sufrimiento psíquico.

La relación entre soledad y aislamiento ya está planteada por definición. En lo que atañe al lugar que ocupa el anciano en la cultura y en la sociedad, la soledad asume el matiz del abandono, del desamparo y del desvalimiento. En la pandemia, eso no sería diferente, pero, además, en Brasil, presenciamos la intensificación de esa función casi desobjetivante cuando escuchamos, al comienzo de la crisis, de algunos gobernantes: "esta pandemia solo mata a los viejos" con el sentido de "no hay de qué preocuparse".

La idea de que los viejos son descartables acompaña la evolución de la humanidad desde los albores de nuestra organización social, cuando aun vivíamos en hordas.

Los individuos más frágiles y vulnerables eran abandonados, como sucede en cualquier manada de mamíferos. Los viejos eran los primeros que se dejaban atrás, junto a los niños discapacitados.

Posteriormente, los raros adultos longevos pasaron a ser tratados con deferencia, pues vivir más tiempo les confería una sabiduría que pasó a ser reconocida.

El viejo empieza a tener una función social importante como guardián de la memoria y de la tradición. La sociedad pasó a contar con sus narrativas orales como forma de mantener la historia y la identidad grupal vivas.

Vimos suceder esto en las culturas indígenas de las Américas, en las tribus africanas y de Oceanía, así como en China, Japón, en el Senado Romano, para citar solo algunos ejemplos.

Recordemos, no obstante, que se trataba de una minoría privilegiada, pues, hasta mediados del siglo XX, la expectativa de vida era de 30 a 40 años.

Es muy reciente la posibilidad que hoy se asegura a los adultos maduros de envejecer en gran número y con más salud.

Asistimos en la actualidad a un fenómeno digno de nota que es la rectangularización de la pirámide poblacional y, en muchos países, una tasa de reposición negativa, lo que puede conducir a una inversión de la pirámide nunca antes imaginada.

El mundo no estaba en absoluto preparado para esa realidad que ha ocasionado una demanda para la población más joven y un colapso del sistema de previsión social.

Actualmente, existen en el mundo más de 11 millones de personas de más de 90 años y 326 mil personas de más de 100 años.

“La proyección de adultos mayores de más de 60 años para 2025 en Brasil es de aproximadamente 34 millones de personas, lo que sitúa a Brasil en el 6° lugar del mundo en número de adultos mayores” (Schneider, Bonardi, Gomes y Costa apud Macedo, 2006).

La población de más de 60 años en Argentina es del 14,3%, lo que equivale a unas 4,5 millones de personas. La expectativa para 2050 es que el 20% de la población esté constituida por adultos mayores, conformando, así, la tercera población con mayor número de adultos mayores de América Latina, quedando atrás solo de Uruguay y Cuba (Demografía da Argentina, 2021).

La falta de planeamiento del Estado, la falta de preparación de la sociedad para acoger esa nueva realidad ha transformado la longevidad, que es un privilegio de muchos, en una incomodidad y una gran preocupación tardía.

La dificultad de pensar en la vejez y en el envejecimiento poblacional, la dificultad de inclusión, se ha puesto de manifiesto en las teorías que sustentan la comprensión psicodinámica del proceso de envejecimiento y de la Adultez Madura.

Vean que también el psicoanálisis promovió un aislamiento de la población más longeva cuando siguió considerando que un individuo de 50 años no tendría plasticidad psíquica para un análisis, como lo sostenía Freud, justificadamente, al comienzo del siglo XX, cuando la expectativa de vida era de 30 años.

Tal desinversión también queda en evidencia por los pocos estudios tanto teóricos como técnicos realizados sobre esa franja etaria.

En la demanda de atención, los sentimientos de los adultos mayores de incompreensión con respecto al momento vivido, la sensación de aislamiento, de rechazo, de descalificación y el sentimiento de soledad se han mostrado como una constante en la esfera individual y colectiva.

Ante esas perspectivas, que relegan a los adultos mayores a una condición de descarriados de los lazos colectivos, no podemos considerar que la soledad en la vejez se pueda tratar igual que la de las demás fases del desarrollo.

Asimismo, debemos tener en cuenta que el proceso del envejecimiento en sí mismo, con su arduo trabajo de elaboración de los duelos, es solitario y difícil.

I La soledad y el proceso de envejecimiento

Hemos señalado que el adulto maduro experimenta importantes cambios en su vida al enfrentar la crisis de ajuste a la adultez madura. Sus muchas pérdidas producen una sintomatología variopinta que combina defensas características del duelo, de la melancolía, de la hipocondría y de las enfermedades orgánicas sin que todos los síntomas se hagan presentes.

Hemos mostrado la correlación existente entre las pérdidas vividas en la adolescencia y las pérdidas del envejecimiento, como la pérdida del cuerpo joven, de los padres (en la madurez), de la autoimagen, del papel que se había cumplido hasta ese momento.

Otras, sin embargo, son exclusivas del envejecimiento, como la pérdida de la potencia sexual, de la capacidad reproductiva, de los hijos dependientes, el enfrentamiento del nido vacío, la pérdida de los pares, pérdidas relativas a la jubilación.

La piel que se habita, sometida a los contornos del envejecimiento, es desconocida. Se pasa a convivir con los límites impuestos por las pérdidas físicas, pérdida de masa muscular, del espacio corporal, de la motricidad fina y gruesa, de la acuidad visual.

A semejanza de lo que debió hacer en la infancia y en la adolescencia, el Yo deberá volver a habitar ese nuevo/viejo cuerpo que le presenta el envejecimiento y que desplaza el centro, el eje, el núcleo del self, porque la cáscara ha cambiado.

Inmerso en esa extrañeza, con una incómoda sensación de no reconocerse ni ser reconocido por el ambiente, el individuo siente amenazado el sentimiento de pertenencia.

Enfrentará síntomas como la despersonalización, la desrealización, el retraimiento, vivencias de escisión y desintegración temporales que podrán o no evolucionar hacia los movimientos de la interioridad que conducen a la integración y al rescate de la integridad.

Todas las percepciones y sentimientos descritos pueden conducir a un retraimiento, marca de una desinvertidura en la realidad externa y de un incremento del vínculo con el mundo interno.

El adulto maduro pasa a habitar un lugar yermo dentro de sí mismo; aumenta la desmotivación, las conductas inhibidas, la retracción afectiva y la astenia, la irritabilidad y los cambios de humor. Son síntomas muy similares a los de un proceso depresivo sin constituirlo efectivamente.

El mundo se vuelve más pobre y el yo, sin los registros valorizados de sí, queda ensombrecido.

Ese retraimiento forzado es vivido, además, como un exilio social, pues los sentimientos internos y las percepciones externas se mezclan y se superponen.

La soledad y el sentimiento de soledad se potencian, se condensan, produciendo un aumento del sufrimiento psíquico.

Ahora bien, llamamos la atención especialmente sobre lo más significativo de esta fase, que es la pérdida de la ilusión del tiempo infinito, la conciencia de la finitud y de la transitoriedad, que conlleva la imposibilidad de negar la realidad de la muerte.

Pensemos los contornos de esos sentimientos ante el confinamiento exigido por la pandemia, ante el aislamiento de hijos, nietos y de la convivencia familiar y social. Pensemos que el intento de enfrentar la crisis de ajuste al envejecimiento cuando el aislamiento se convierte en una imposición potencia los síntomas descritos anteriormente.

Los adultos maduros que lograron elaborar los duelos resultantes de lo que denominamos Síndrome Normal de la Adulthood Madura y que gozan de buena salud y de una razonable independencia enfrentarán conflictos importantes debido al enfrentamiento de la transitoriedad. Creemos que en aquellos más dependientes o institucionalizados la modificación se hará sentir en menor grado.

II Transitoriedad y temporalidad en la adultez madura

En su célebre texto "La transitoriedad" (1916 [1915]), Freud nos advierte sobre los sentimientos conflictivos que experimentamos cuando nos enfrentamos con nuestra perennidad, que se contrapone, inexorablemente, al anhelo de inmortalidad que habita en todo ser humano.

Y observa que: "El valor de la transitoriedad es la de la escasez en el tiempo. La restricción en la posibilidad del goce lo torna más apreciable." (Freud, 1916 [1915], p. 309).

Cuando nos enfrentamos a la verdad irrefutable del envejecimiento y la cercanía de la muerte ya no se puede negar o desmentir, si el deseo de vivir prevalece sobre el temor a la muerte, el adulto maduro estará empeñado en reivindicar fruir el tiempo como algo que no se debe desperdiciar.

La conciencia de la finitud es una de las grandes adquisiciones del proceso de elaboración de la crisis de ajuste al envejecimiento. La percepción de la transitoriedad retira nuestra ilusión de perennidad, nos lanza a la percepción del desamparo, de nuestra incompletitud e impotencia. Tenemos que admitir que la vida es transitoria y que la exigencia de inmortalidad no puede reivindicar ningún derecho a la realidad.

Freud (1916 [1915]) nos habla asimismo de dos tendencias psíquicas que presenta el ser humano ante la imposibilidad de existir sin perecer: "el dolorido hastío del mundo", vivido como desaliento, y "[...] la revuelta contra esa facticidad aseverada." (p. 309), ambos resultantes de una rebelión en la mente contra el trabajo de duelo que se hace necesario ante esa verdad inexorable.

Notamos esas dos tendencias en estos tiempos pandémicos: el desaliento por la imposibilidad de gozar de la vida debido a la amenaza representada por el coronavirus y el sentimiento de revuelta por el confinamiento. En los adultos maduros esos sentimientos se potencian e incrementan el deseo de rebelarse contra esa prisión autoimpuesta y retar al peligro.

Lo que se podría entender como una actitud inconsecuente se puede explicar por la conciencia de la finitud y el deseo legítimo de disfrutar de la vida que aun les queda por vivir. Cuanto mayor sea el adulto maduro, menor es la perspectiva de futuro y mayor la urgencia por vivir el presente.

Debemos comprender que la temporalidad en la vejez asume un carácter inverso al de la temporalidad del adulto joven o que se encuentra en las fases iniciales de la adultez madura, en las que la apuesta y la ilusión de futuro prevalecen. A diferencia de una persona más joven, que siente el futuro comprometido a corto y mediano plazo, el adulto maduro se resiente porque es el presente inmediato y valioso lo que se le está robando.

Esa apercepción temporal tan discrepante aumenta la diferencia y el conflicto entre generaciones. Los hijos reclaman el confinamiento y el aislamiento austero de los padres por desear que esas medidas les garanticen más tiempo con sus progenitores. Estos, a su vez, contrariando las expectativas de los más jóvenes, prefieren muchas veces apostar en la suerte, pues el futuro para los mayores es una incógnita.

Los hijos que se mantienen distanciados, sin imponer su presencia a los padres para protegerlos, lo hacen como un gesto de amor. Anhelan que los mayores no se resientan con eso, toleren la ausencia, se resignen a la distancia, a la ausencia de la presencia real, a una vida sin el cariño materializado en el contacto físico, en el beso y en el abrazo. Pero ellos sufren intensamente con el distanciamiento.

Los adultos maduros que aun creen en la ilusión del futuro y que apuestan en el confinamiento experimentan sentimientos profundamente ambivalentes. Por un lado, creen que preservan la vida, pero, por otro, sienten que la vida se les escapa de entre los dedos y sufren con la ausencia de la convivencia familiar y social. Y el cuestionamiento surge implacable: ¿valdrá la pena?

Esto me lleva a otra cuestión que me gustaría resaltar y que dice respecto a una inversión de perspectiva en cuanto al valor subjetivo de la proximidad y del distanciamiento.

La pandemia nos ha forzado a vivir a contrapelo de nuestro proceso civilizatorio, de los movimientos que nos hicieron vivir en sociedad, lo que hace aun más insólito este momento.

Las amenazas de la naturaleza tuvieron el poder de acercar a las personas en torno a objetivos comunes, obligándolas a reprimir las motivaciones más egoístas y destructivas. El agrupamiento humano se reunió, entonces, para guardar el fuego, calentarse, cazar, defenderse de los animales salvajes, en fin, para sobrevivir. La proximidad, el estar cerca, estar juntos determinaba la diferencia entre la vida y la muerte.

Hoy, ante la amenaza de la muerte, para sobrevivir, nos vemos obligados a aislarnos, separarnos, alejarnos, no tener proximidad ni contacto físico. La ansiedad de separación se ha transformado en angustia de proximidad.

Somos forzados a romper con ese registro inconsciente filogenético, con esa preconcepción de que el encuentro con el otro nos instituye como humanos, de que existimos por la mirada, en los brazos y en el abrazo del otro. Para sobrevivir, necesitamos distanciarnos, alejarnos para minimizar la posibilidad de la muerte, deconstruyendo una certeza milenaria.

De esa forma garantizamos la supervivencia del cuerpo, del soma, pero ¿a qué costo para la psiquis, con qué carga emocional? ¿Cómo compatibilizar el deseo de tomar en brazos a un niño y acogerlo con todo nuestro amor y tener que rechazar rápidamente ese impulso y esa idea porque los niños son para los adultos maduros avatares de la muerte? Nuestros objetos de amor se han transformado en amenazas y esto nos lanza al vacío del desamparo, lo que hace aumentar las fragilidades. Nuestros registros de afecto y de amor se han vuelto registros mortíferos. El contacto se ha vuelto contagio y el mundo afectivo ha quedado patas arriba.

Le tenemos miedo a la proximidad de las personas que amamos. Miedo de que puedan traernos la muerte, miedo de que podamos llevarles la muerte. Sin embargo, debemos tener en cuenta que, para las personas mayores, la ausencia del contacto afectivo y del contacto físico será tan o más virulenta que el coronavirus.

Para muchos adultos mayores, esa realidad es demasiado despiadada, los sentimientos contradictorios son implacables, el sentimiento de soledad y la propia soledad son desesperadores y la crueldad de la culpa que los acomete por transformar a sus objetos más amados en perseguidores les producen desesperanza. Y son justamente la desesperación y la desesperanza las que llevan a los viejos a desistir de la vida.

No hablo solo de la actitud extrema del suicidio, sino de un desistimiento psíquico, una desinvertidura en sí y en la realidad ante el aislamiento forzado que coarta la libertad de ir y venir, que aprisiona el contacto afectivo, que veda la convivencia en nombre de una prevención esterilizadora. Para muchos de esos individuos, enfrentar este nuevo proceso de duelo se vuelve casi imposible y, así, sucumben a la depresión, iniciando un proceso de retraimiento patológico que implica una desinvertidura que puede producir movimientos de desafectación y desmentalización, o sea, un empobrecimiento de la capacidad de experimentar afectos y de usar el pensamiento de forma productiva que da lugar a cuadros de senilidad.

Aquellos que siguen invistiendo deberán realizar un nuevo proceso de duelo para desgastar todo sentimiento de pérdida proveniente de esa nueva realidad fatídica. La condición de posibilidad de hacerlo dependerá de una estructura de personalidad con una razonable capacidad defensiva y una historia de éxito ante frustraciones previamente enfrentadas. Para finalizar, volvemos a Freud (1916 [1915]), cuando afirma:

Sabemos que el duelo, por doloroso que pueda ser, expira de manera espontánea. Cuando acaba de renunciar a todo lo perdido, se ha devorado también a sí mismo, y entonces nuestra libido queda de nuevo libre para, si todavía somos jóvenes y capaces de vida, sustituirnos los objetos perdidos por otros nuevos que sean, en lo posible, tanto o más apreciables (p. 311).

En este punto nos permitimos disentir del maestro, pues creemos —y hemos escrito sobre esto— que también para los adultos maduros es posible esa reinvertidura libidinal cuando consideramos la existencia de un tercer movimiento narcisista que llamamos narcisismo senescente o terciario.

Pienso que la comprensión de ese sufrimiento subjetivo de los adultos maduros ante los efectos psíquicos de la pandemia exigirá del psicoanálisis una atención mayor, también, como fenómeno colectivo y, por ende, una ampliación de su intervención en lo social.

Invoco a Freud (1919 [1918]), que, en el texto “Nuevos caminos de la terapia psicoanalítica” anticipa un futuro para el psicoanálisis:

Ahora supongamos que una organización cualquiera nos permitiese multiplicar nuestro número hasta el punto de poder tratar grandes masas de hombres. Por otro lado, puede preverse que alguna vez la conciencia moral de la sociedad despertará y le recordará que el pobre no tiene menores derechos a la terapia anímica [...]. Se crearán entonces sanatorios o lugares de consulta a los que se asignarán médicos de formación psicoanalítica, quienes, aplicando el análisis, volverán más capaces de resistencia y más productivos a hombres [...] a mujeres [...]. Estos tratamientos serán gratuitos. Puede pasar mucho tiempo antes de que el Estado sienta como obligatorios estos deberes (p. 162).

Ojalá que el Estado y la sociedad no demoren mucho más.

Referencias bibliográficas

Demografia da Argentina. n. d. En Wikipedia. <https://pt.wikipedia.org/wiki/Demografia_da_Argentina>[2021, abril 28].

Freud, S. (1916 [1915]/1992). La transitoriedad. En Obras completas, Vol. 14. Traducción directa del alemán de José L. Etcheverry. Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1919 [1918]/1992). Nuevos caminos de la terapia psicoanalítica. En Obras completas, Vol. 17. Traducción directa del alemán de José L. Etcheverry. Buenos Aires: Amorrortu.

Macedo, S. L. de. (2006). Percepção da qualidade de vida em idosos com e sem a presença de sintomas depressivos. Dissertação (Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Minas Gerais, Programa de Pós-graduação em Psicologia da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas). <<https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUOS-B3UHUT/2/corpo.pdf> >[2021, abril, 28].