

14/8/2015



**RELATO DE
EXPERIENCIA**

**"A LA LOCURA IDA Y VUELTA: UN VIAJE DE PREGUNTAS Y
EMOCIONES"**

"A LA LOCURA IDA Y VUELTA: UN VIAJE DE PREGUNTAS Y EMOCIONES"

Tipo de trabajo: Relato de experiencia

Categoría temática: Producción de conocimientos en salud

TRABAJO INÉDITO

Autores:

Débora P. Morandeira; Médica residente de Medicina General de Luján; DNI 33018666.

María C. Agüero; Médica Generalista; DNI 30931587.

Ana C. Grosso; Médica residente de Medicina General de Luján; DNI 30647368.

Alicia M. Paredes; Médica residente de Medicina General de Luján; DNI 29032813.

Patricia Leguiza; Médica residente de Medicina General de Pilar; DNI 31653249.

Matías A. Duca; Médico residente de Medicina General del HNB Sommer. DNI 30820772

Institución: Pi.Lu.So. Residencias de Medicina General de Pilar, Luján y Sommer

Domicilio: Lamadrid 1279. P.A. Luján (B) (6700)

Teléfono: 011-1567990279

Mail: debora.morandeira@gmail.com

"A LA LOCURA IDA Y VUELTA: UN VIAJE DE PREGUNTAS Y EMOCIONES"

RESUMEN:

Tipo de trabajo: Relato de experiencia.

Categoría temática: Promoción de la salud.

Modalidad de presentación: Póster; Cañón multimedia.

Objetivo de la experiencia: Vivir la experiencia de viajar a Chapadmalal-Mar del Plata (Provincia de Buenos Aires, Argentina) en el contexto de un congreso de salud mental y arte con personas con padecimientos mentales que se encontraban en ese momento externadas o internadas en el Hospital Dr. Domingo Cabred.

Objetivo del relato de experiencia: Recuperar la experiencia que contribuyó a la temática de una jornada interresidencias (Pi.Lu.So, 2014), posterior propuesta de una encuesta y finalmente al desarrollo de un trabajo de investigación.

Descripción de la propuesta metodológica aplicada: Fueron analizadas las experiencias de dos médicas, Residentes de Medicina General de la RMG Luján (provincia de Buenos Aires) recolectadas en forma abierta e individual por e-mail en primera instancia. Luego profundizada a través de una entrevista también individual y posterior puesta en común colectiva.

CONCLUSIÓN: El viaje estuvo cargado de emociones y enseñanzas personales que sirvieron tanto para la formación médica y como experiencia de vida. La Ley Nacional de Salud Mental N° 26.657 nos compete como médicos, nos interpela y abre el juego de las decisiones.

Palabras clave: ley de salud mental, externados, Hospital Cabred; jornada interresidencias, Pi.Lu.So.

Objetivo de la experiencia

Vivir la experiencia de viajar a Chapadmalal-Mar del Plata (Provincia de Buenos Aires, Argentina) en el contexto de un congreso de salud mental y arte con personas con padecimientos mentales que se encontraban en ese momento externadas o internadas en el Hospital Dr. Domingo Cabred.

Objetivo del relato de experiencia

Recuperar la experiencia que contribuyó a la temática de una jornada interresidencias (Pi.Lu.So., 2014), posterior propuesta de una encuesta y finalmente al desarrollo de un trabajo de investigación.

Ubicación en tiempo y espacio

Octubre del 2013, Luján – Chapadmalal – Mar del Plata. Provincia de Buenos Aires.

Contextualización del viaje

12° Festival y Congreso de arte “Una puerta a la libertad: NO al manicomio”

Descripción de los actores sujetos participantes

Internados y externados del Hospital Dr. Domingo Cabred que forman parte de la actividad “Radio en movimiento”; integrantes del programa de rehabilitación y externación asistida (PREA), y médicas, residentes de medicina general.

Encuadre institucional en el que tuvo lugar

12° Festival y congreso de arte “una puerta a la libertad: no al manicomio”, Mar del Plata

Marco teórico

¿Qué dice el Marco de referencia para la formación de residencias de medicina general y/o familiar?

En el Marco de referencia para la formación de residencias de medicina general y/o familiar dentro de lo que es patología prevalente se menciona:

“Problemas de salud mental: depresión, ansiedad, distimia e insomnio. Fobias. Detección de problemas psiquiátricos mayores. Suicidios.” “Salud mental en el adulto mayor.”

Ley Nacional de Salud Mental 26.657. Sancionada en el año 2010, reglamentada en el año 2013.

ARTÍCULO 33.- La Autoridad de Aplicación debe desarrollar recomendaciones dirigidas a las universidades públicas y privadas, para que la formación de los profesionales en las disciplinas involucradas sea acorde con los principios, políticas y dispositivos que se establezcan en cumplimiento de la presente ley, haciendo especial hincapié en el conocimiento de las normas y tratados internacionales en derechos humanos y salud mental. Asimismo, debe promover espacios de capacitación y actualización para profesionales, en particular para los que se desempeñen en servicios públicos de salud mental en todo el país.

Descripción de la propuesta metodológica aplicada

El equipo de trabajo que presenta este relato de experiencia se encontraba realizando un trabajo de investigación para presentar en el 30° Congreso Nacional de Medicina General, al profundizar en el porqué de realizar la pregunta ¿Qué crees es la locura? durante una jornada interresidencias de medicina general CABA – Provincia de Buenos Aires (Jornada Pi.Lu.So. por las iniciales de las tres RMG organizadoras, Pilar, Luján, Sommer) en Julio 2014, encontraron esta experiencia como motor principal de dicha pregunta y contribuyente a la temática abordada en la jornada que fue la Promoción de la salud.

Fueron analizadas las experiencias de dos médicas, Residentes de Medicina General de la RMG Luján (provincia de Buenos Aires) recolectadas en forma abierta e individual por e-mail en primera instancia. Luego profundizada a través de una entrevista también individual y posterior puesta en común colectiva. Se incluye la reflexión volcada por una de ellas al finalizar el viaje llamada “Un viaje hacía la libertad”.

Planificación

Se aclara que no hubo planificación previa a la realización de la experiencia por la cercanía de tiempos entre la propuesta y la realización del viaje.

Pre-viaje

¿Cuándo? ¿A dónde? ¿Quiénes?

En octubre del 2013 nos informan que se llevaría a cabo un congreso sobre arte y salud mental en la ciudad de Mar del Plata donde participarían personas con padecimiento mental del Hospital Dr. Domingo Cabred siendo necesaria la presencia de un médico (condición obligatoria) para autorizar el mismo.

Se contactan con una médica residente de tercer año de la RMG Luján para plantearle la propuesta, la cual invita a una compañera de la residencia. En el grupo se generaron interrogantes sobre la utilidad del viaje dentro de la residencia siendo que no formaba parte del programa curricular de ese año.

¿Serviría el viaje como experiencia para la residencia?

Sin información hasta el momento en salud mental, ¿se justifica el viaje?

¿“Tenían miedo por ser mujeres?”

¿Qué sucede si alguien se descompensa psiquiátricamente? ¿Cómo actuar? ¿Medicación?

¿Responsabilidades?

“Estoy convencida que si me ofrecían viajar con personas con diabetes, no hubiera surgido tanto debate, los padecimientos mentales generan miedo. Tal es así que le pedí a mi hermana (psiquiatra) algunos libros para llevarme, como "urgencias en salud mental" (500 páginas) porque el miedo se contagia”.

“Mirá si se descompensa alguien, no tenemos idea de nada psiquiátrico. Buscamos ampollas en el centro de salud, de lo que fuera, pensando en si alguno se descompensaba.” “Nos preguntaban si estábamos seguras.”

Ejecución

El viaje

¿Cuántos eran los que iban a viajar?

¿Cuáles eran los criterios para salir?

¿Cómo fue ese viaje?

Llegamos a Open Door para buscar a los 22 muchachos (de entre 21 y 50 años) para iniciar el viaje. Las condiciones para viajar eran haber participado de los talleres y el buen vínculo con los compañeros y equipo de salud.

Aclaración: El término “muchachos” se utiliza en el ámbito del PREA, fundamentalmente para evitar el “chicos” habitual de otros espacios.

“Fue impactante ese momento, era la primera vez que entraba a la colonia, nos revisaban para entrar, y vi los eternos caminantes, por esos largos senderos que llevan a los distintos pabellones. Por donde mirabas había hombres caminando... ¿qué pensarán?”

“Llegamos al taller redondo, estaban el resto de los muchachos que viajaban, muchos de ellos era la primera vez que salían luego de extensas internaciones, preparaban sus bolsos. Algunos de ellos solo tenían la ropa que les dan en los pabellones, camperas negras, pantalones azules, en ellas decían pabellón 3. Uno me dijo que no le gustaba salir porque iban a pensar que eran presos. Me dijo: Estoy preso, pero no soy un delincuente.”

Aclaración: Taller redondo es el lugar donde realizan los talleres.

“Para la mayoría era la primera salida desde que estaban internados. Hay personas que hace 30 años que están internados”

“Nos subimos al micro despidiéndonos de muchos que se quedaban, con ganas de venir, la condición para viajar era haber participado de algún taller, para exponer sus producciones en el encuentro. No voy a olvidar las caras de los que se quedaban, y esas caras al subir al micro”.

“El viaje de ida fue hermoso, todos venían a presentarse y a preguntarnos muchas cosas acerca de la salud, éramos las doctorcitas. Cantamos todo el viaje, fumamos todos, ya que esa era la válvula de escape para tanta ansiedad. El humo fue a bordo hasta Mar del Plata”. “De las canciones recuerdo el jardinero de María Elena Walsh”.

EL RITMO DEL HOSPITAL CABRED (a partir de lo vivido durante el viaje)

¿Dónde está “tal”? ¿Puedo ir al baño?

La política institucional de funcionamiento se lleva a cabo a través de diferentes normativas, horarios y permisos, movilizarse acompañado y una vestimenta que caracteriza al internado.

“En un momento al ir caminando, me seguían y uno de ellos me pregunta si puede ir al baño y me pide lo acompañe.” “Puedo ir al kiosco a comprar algo (el kiosco estaba enfrente).” “el psicólogo me sugiere que les permita manejarse solos y realizar la actividad que deseen. Esto dio lugar a que comenzaran a manejarse con autonomía, manejando su propio dinero, comprando recuerdos del lugar, etc... para algunos era la primera vez que veían el mar.”

A la hora de cenar muchos se sorprendieron al poder utilizar cuchillo y tenedor. Ellos suelen comer con cucharas porque no está permitido utilizar utensilios corto-punzantes.

“Para mí el hotel era horrible, triste, para ellos era fantástico, les parecía genial poder bañarse a cualquier hora. El único horario fijo era la medicación”.

“Nos resultó curioso que al llegar al hotel se le dio una habitación a una pareja para ellos dos solos. Agradecieron mucho ese gesto. Algo habitual como dormir una pareja juntos o compartir una pieza, para ellos fue un regalo”

CHAPADMALAL – MAR DEL PLATA

“Para sorpresa de todos los malos pronósticos, nadie se descompensó durante el viaje hacia Mar del Plata. Yo pensaba, acaso el manual de urgencias, *¿me hubiera servido para cualquier emergencia psiquiátrica? Cuánto por desaprender, la cabeza biomédica, ¿hace estragos?* El miedo paraliza...”

“Si hubiera tenido miedo, no hubiera podido ver esas caras, al ver algunos por primera vez el mar con 50 años. Si eso no es salud...”

“Tal vez uno se da cuenta, que están todos compensados, todos medicados. Y ellos necesitan del otro. Había un cierto compañerismo, siempre tenían uno al lado que no dejaban solo. Uno protegía al otro. Ellos conocen el dolor del otro, como un espejo”.

“De un día para el otro, a pesar de los intentos por domesticar o encerrar con todas las reglas, empezaron a ser autónomos, como yo creo eran antes.”

“Había una pareja, ella veía el viaje como una luna de miel, de hecho el novio le iba a pedir matrimonio. Lo hizo delante de todos. Muy emocionante. Se arrodilló, le dio un anillo. Ella estaba preocupada de que le apliquen el anticonceptivo inyectable porque no quería quedar embarazada”.

EL MOMENTO DE LA “RADIO EN MOVIMIENTO”

El espacio radial funciona como taller en el cual se desempeñan los muchachos en forma grupal, compartiendo debates, lecturas de sus escritos y espacios de humor. Darían a conocer su programa radial en el congreso luego de mucho trabajo de preparación y ensayo.

Cuando subían a hacer radio, se daban la mano para que el otro no se pierda, o si se perdían con el guión lo cubrían”.

“Los muchachos se pasaron 10 minutos del horario estipulado, motivo por el que la organización del teatro decidió cortar el audio, micrófono y las luces. Ellos continuaron de todos modos: ¡acá no nos calla nadie!”.

Alberto (el nombre ha sido modificado)

Alberto, de nacionalidad uruguaya y de unos 60 años, ex jugador de fútbol, está internado hace más de 20 años en el Hospital Cabred. Permaneció detenido durante la dictadura militar en Uruguay en un lugar similar al hotel de Chapadmalal. Este viaje era su primera salida importante.

“Alberto no durmió desde que salimos de la colonia, era el 2do día y nos turnábamos para estar con él porque no dormía, hasta que se acostó y no quiso levantarse, claramente estaba descompensándose. Para él, el viaje era muy importante pero se mezclaron muchas emociones. El equipo estaba preocupado, y yo también, ya habíamos hablado con el psiquiatra y nos había indicado aumentar la medicación pero no hacía el efecto deseado. Alberto no durmió, no comió, ni se levantó por dos días. Surgió un debate entre los profesionales para definir si se realizaba un traslado sanitario o si lograban compensar el cuadro para evitar someterlo a una situación dramática”.

“Uno de los integrantes del equipo mantuvo una conversación con Alberto para disminuir la ansiedad y angustia. Al día siguiente, participó de un día de playa y jugó al fútbol frente al mar.”

“Alberto, luego de tanto sufrimiento llegó arrastrando los pies, con un papel con la letra de la canción “Balada para un loco”. Le preguntaron ¿Qué iba a hacer? Y el respondió: “A hacer lo que vine a hacer.”

“De regreso al Cabred, lo observo sonriente, le digo “¡cómo te cambió la cara!” y el me responde: “Y, estoy volviendo a casa.” “Para mí, es una puñalada al corazón, para él, es su casa un lugar que nosotros cuestionamos”.

¿Desmanicomializar?, ¿es posible?

Rubén (el nombre ha sido modificado)

El requisito para viajar era haber participado de los talleres, además se debatía dentro del equipo de salud cada situación en particular. Puntualmente con Rubén “no se tenía mucha fé, por no ser alguien que se haya vinculado mucho.” Terminó sorprendiendo al equipo, se lo notó muy compañero, de hecho todos lo felicitaron. En el viaje de vuelta, él le dijo a Nicolás (enfermero) “Nico, me salvaste la vida.” Las lágrimas afloraron. Sorprendió ver a un hombre con cara parca, sonreír, verlo contento. Post-viaje se empezó a evaluar su externación.

APRENDIZAJES – DESAPRENDIZAJES

CONTRIBUCIONES AL DESEMPEÑO COMO INTEGRANTE DE UN EQUIPO DE SALUD

Prácticamente no tenemos formación en lo que es salud mental o psiquiatría, ese desconocimiento genera incertidumbre, temor y prejuicios.

Para la residencia sirvió a partir de esta experiencia el proponer la rotación de salud mental como parte de la formación para la/el médica/o generalista.

CONCLUSIÓN

El viaje estuvo cargado de emociones y enseñanzas personales que nos sirvieron tanto para nuestra formación como experiencia de vida.

Por otro lado, es interesante cómo las personas internadas de forma crónica en un hospital monovalente pierden su autonomía volviéndose dependientes del sistema. La Ley Nacional de Salud Mental N° 26.657 nos compete como médicos, nos interpela y abre el juego de las decisiones.

"Es por esto, que debemos conocer más ese campo porque se puede trabajar en eso, incluso podemos ayudar, bastante."

PROPUESTAS

-Proponer al PREA como lugar de rotación de salud mental contribuyendo a la redacción de objetivos y marco formativo de dicha rotación.

-Compartir este relato de experiencia en los CAPS de Luján (Buenos Aires) para visibilizar el trabajo del PREA y de esta forma comenzar a generar redes de trabajo y contención con las personas externadas.

-Participar de espacios de difusión y reflexión acerca de la Ley de Salud Mental.

-Propiciar espacio de encuentro con el equipo de trabajo del PREA para profundizar estas temáticas.

REFLEXIÓN FINAL

“Un viaje hacia la libertad”

En un principio el "viaje" fue pensado como una oportunidad para adquirir experiencias en el campo de la salud mental. Estaba equivocada. Terminó siendo un viaje interno de aprendizaje personal y un viaje al exterior. No solo exterior físicamente hablando, sino de exteriorización de pensamientos, ideas, de nuestra esencia.

Un viaje acompañado de seres llenos de ambiciones.

Muchos viven en el mal llamado Open Door, aun no entiendo ese nombre, ellos, los que viven en esa "casa" sintieron (al menos eso me transmitieron) que estaban viviendo puertas abiertas.

Un recorrido por la playa, un picadito, una ronda de mate al aire libre, una charla, son cosas tan simples para unos y tan deseadas por otros.

Escuchar una risa guardada por años y quien sabe si encerrada por esas "rejas químicas" que muchas veces no dejan que se fuguen sus ideas racionales.

Que coincidencia, esos días de liberación hicieron aparecer una risa sincera mía y una risa del alma de Rubén.

En el día a día, muchos me hicieron saber el agradecimiento hacia los que formaban parte del taller redondo. Hoy pienso, ¿sabrán ellos que lo que lograron no es solo por el laburo de los demás?

Siempre pensé lo abandonados que deben estar las personas, también llamadas los usuarios del sistema, que viven en el manicomio.

Hoy me corrijo, existe un abandono por la despersonalización que genera el mismo sistema de salud, que intenta, ante la incertidumbre que se siente el estar frente a un paciente "psiquiátrico", encerrarlos, aislarlos, dejarlos que vivan su locura en un sitio con cuatro paredes o algo más que paredes pero nada más que eso.

Como si el encierro físico generase alguna cura en la "locura" de ellos. Es fácil para el sistema encerrar a quien no saben cómo ayudar, esa omnipotencia que convierte al hombre en un ser lleno de miedo al no saber. Y no saben que un manicomio desvaloriza toda vida humana.

Genera un nivel de dependencia hacia los "profesionales" que poco ayuda a ellos.

Hablé del abandono del sistema hacía ellos, los usuarios. Pero aprendí una virtud excepcional que ellos mismos armaron y afianzaron, y es el compañerismo y el cariño que se tienen entre ellos y con aquellos "profesionales" que sí los tienen en cuenta. Ellos no se sienten solos, no quiero generalizar ni poner en boca cosas que no me dijeron, son apreciaciones. Existe un grupo unido, preocupado por el otro y confiado. No hay tantos secretos y no necesitan mostrarse de alguna manera en particular. Viven su "locura" juntos, dejan volar sus ideas y potenciales en los talleres que gracias al esfuerzo de tantos, hoy tienen.

Entonces me pregunto, ¿son ellos los que ponen trabas para manejar su locura? o ¿somos nosotros, los externados, la sociedad, los que no les permitimos ser ayudados?

Si una persona con diabetes, tabaquista o con alguna enfermedad crónica comparte el día a día con nosotros, ¿por qué un paciente psiquiátrico no puede hacerlo?

¿No padecen una enfermedad crónica que bien seguida y atendida no genera daño a sí mismo ni a terceros?

Hoy si puedo opinar ciertas cosas. La esencia humana es la LIBERTAD, la vida nos dio algo innato desde el día que nacemos y es la capacidad de ser libres. Podremos encerrar, esconder o sobremedicar al "loco", pero tengamos en cuenta algo, no vamos a poder nunca quitarles las ansias por ser libres de nuevo.

Débora Morandeira

Médica, Residente de Medicina General

RMG Luján

Octubre 2013