

Desafíos de la pandemia en la relación entre salud mental y medio ambiente

Cristina Maria Douat Loyola^I

ORCID: 0000-0003-2824-6531



Rosane Mara Pontes de Oliveira^{II}

ORCID: 0000-0002-2183-1423



Elizabeth Esperidião^{III}

ORCID: 0000-0002-9284-6243



Maria Giovana Borges Saidel^{III}

ORCID: 0000-0002-3259-1760



^I Universidade CEUMA. Miembro del Departamento de Enfermería Psiquiátrica y Salud Mental de ABEn. São Luís, Maranhão, Brasil.

^{II} Universidade Federal do Rio de Janeiro. Miembro del Departamento de Enfermería Psiquiátrica y Salud Mental de ABEn. Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.

^{III} Universidade Federal de Goiás. Coordinador del Departamento de Enfermería Psiquiátrica y Salud Mental de ABEn. Goiânia, Goiás, Brasil.

^{III} Universidade Estadual de Campinas. Miembro del Departamento de Enfermería Psiquiátrica y Salud Mental de ABEn. Campinas, São Paulo, Brasil.

Cómo citar este artículo:

Loyola CMD, Oliveira RMP, Esperidião E, Saidel MGB.

Challenges of the pandemic in the relationship between mental health and the environment.

Rev Bras Enferm. 2021;74(Suppl 3): e74Suppl301.

<https://doi.org/10.1590/0034-7167.202174Suppl301>

Pensar en las relaciones de la sociedad con el medio ambiente debe estar implícito en nuestra forma de vivir y estar en el mundo. Nos enfrentamos a innumerables limitaciones e impactos psicológicos, con desafíos que nos imponen contemplar y analizar ciertos fenómenos presentes en la vida cotidiana de cualquier ser vivo en el contexto pandémico.

La propuesta en este texto es reflexionar sobre la articulación fundamental entre el hombre, el medio ambiente y la salud mental, a partir de tres ejes: reflexiones sobre el medio ambiente con toda la envoltura sociocultural que no depende de la pandemia; consideraciones sobre la responsabilidad del sufrimiento psíquico analizando la experiencia absoluta inmersa en las tecnologías de la comunicación/información, abordar la ideología felicista, englobada en este proceso; y, finalmente, la dialéctica ‘amo-esclavo’, para comprender los procesos de trabajo y el sufrimiento psíquico en un contexto en el que se procesan las relaciones económicas y sociales con la imposición del trabajo a distancia en muchos sectores.

Primero, es importante enfatizar que, en el escenario de una pandemia, es la fatiga y no la inactividad lo que causa angustia psicológica. Es un síntoma que escapa a la perspectiva muscular, al campo físico, siendo una sensación de cansancio que es subjetiva, oculta y no sangra, por lo que es muy poco valorada por la sociedad contemporánea, sin alfabetización en cuanto a salud mental. Los trastornos mentales y los sentimientos de angustia psicológica son insidiosos. No hay posibilidad de que el individuo duerma “normal” y se despierte “loco”. Hay signos, síntomas y pronunciamientos, no siempre socialmente reconocidos, con evidente negligencia y la no valoración de las ansiedades humanas⁽¹⁾.

Como el entorno nos rodea, la experiencia de las pantallas y el trabajo expone una exploración. A menudo, voluntaria y apasionadamente, nos explotamos y esto es un mal de la sociedad de ingresos neoliberal. El agotamiento a menudo proviene del imperativo interno de “tener que ceder cada vez más”, una situación amplificada por la pandemia. Hay coacción social, en cuanto a la imposibilidad de acceder al otro y la casi total falta de corporalidad, tan relevante para nosotros, seres relacionales que somos, sobre todo si se considera que las interacciones sociales son fundamentales para la existencia humana. Actualmente, la humanidad recurre a pantallas, interacciones virtuales, a veces para acompañar un movimiento social irreversible, a veces para reemplazar enfermizamente relaciones, a veces suspendidas por el contexto actual.

Posto es, por tanto, un desafío, añadido a una cierta ideología felicista que se construyó a través de una promesa de éxito individual. Existe una construcción social perversa que considera que es una opción no estar empleado, exponiendo así una realidad de trabajadores altamente calificados que realizan ocupaciones con condiciones laborales muy adversas. La idea de que el trabajador puede ser su propio emprendedor y asumir la plena responsabilidad de su desempeño, sea exitoso o no, está implícita, excluyendo la influencia del entorno en las personas y grupos sociales. Esta construcción dio lugar al concepto de cognitariado, en alusión al término proletariado, refiriéndose a un grupo social concebido por personas con

alta formación académica, pero con ocupaciones y ganancias salariales que no reflejan su nivel de conocimientos. Esta situación despierta la necesidad de contemplación y análisis del entorno, con el fin de (re) pensar los procesos de producción y la lógica que impone la tecnología, con el objetivo de construir el cuidado de la salud mental desde otra concepción social.

El hecho de que estemos siendo hiperestimulados con información nos impulsa aún más a desarrollar la ubicuidad y la telepatía, atributos casi exclusivos de las deidades en tiempos de antaño, en la capacidad de estar presentes en diferentes lugares o de comunicarnos a distancia, sabiendo todo lo que sucede en el mundo a través de 'clics'. Sin embargo, tales funciones cognitivas implican habilidades psíquicas que no están completamente desarrolladas desde un punto de vista evolutivo. En esta perspectiva, es posible que sea necesaria una reprogramación neurológica psicológica y relacional, con el fin de mejorar el *hardware* del organismo, que se encuentra en una etapa de mutación bicultural en sus 'terminales'. La brecha entre el desarrollo de los procesos evolutivos y los de la era tecnológica, dada la necesidad de estructurar la realidad, produce ciertamente sentimientos inherentes al malestar psicológico, una condición preocupante para el campo de la salud mental⁽²⁾.

En la sociedad contemporánea, los sujetos se ven obligados a entregarse, trayendo la lógica dialéctica del 'amo-esclavo', en la que solo es amo si disfruta de los bienes producidos por el esclavo. ¿Era el amo el esclavo del esclavo? El pensamiento lacaniano considera la constitución del amo o esclavo desde la perspectiva del otro. Sin embargo, en este panorama pandémico, no hay otro, o si lo hay, asume otra configuración exigida por el modo de vida pandémico, en el que las interacciones adquieren distintas particularidades. La sociedad disciplinaria está lastimando al sujeto, como ya lo evidencia Foucault⁽³⁾, ya que el individuo es amo y esclavo de su trabajo, aspecto muy característico de este momento histórico-cultural que trae un sentido ficticio de libertad.

En el entorno en el que vivimos, quienes fracasan, fracasan por su culpa ya interiorizada y la suma de estas experiencias se convierte en capas de sufrimiento, pérdida de subjetividad,

incapacidad para dar sentido a las experiencias y atrofia de la capacidad reflexiva. La velocidad de la información, a menudo atropellada por innumerables *fake news*, aliada a la necesidad de producir, nos azota constantemente, haciendo aún más evidente la lógica de producción, que antes era externa, que se interioriza en cada uno de nosotros. El trabajo a distancia permite que las personas tengan más tiempo para explorarse a sí mismas. El *home office*, tan naturalizado en la pandemia, carece de una estructura temporal de corporeidad y destaca aún más la falta de presencia del otro. En la cualidad de lo humano, desde el punto de vista psíquico, lo que habíamos ido perdiendo progresivamente ahora se está radicalizando debido a la virtualidad impuesta por la pandemia. Hacer, ante esta realidad en la que estamos sumergidos, nos agota, no nos da placer y hasta puede destruir el tejido social y la comunidad, con grandes impactos en la salud mental de las personas.

La pandemia, ahora vivida en todo el planeta, ha potencializado una transformación que ya comenzó, en la que el mundo se encuentra en una gran cuarentena, en la que la supervivencia reemplazó al placer, el placer de vivir y la depresión en síntoma de una sociedad cansada, el estrés, ansiedad con muchos signos de angustia psicológica en la mayoría de las personas.

Finalmente, hay una reflexión de Ailton Krenak, ambientalista y filósofo:

La vida no está destinada a ser útil. La vida es fruto. La vida es un baile. Pero es una danza cósmica y queremos reducirla a una coreografía ridícula y utilitaria, a una biografía. La vida es mas que todo esto. [...]. Tenemos que tener el coraje de estar radicalmente vivos. Y no negociar la supervivencia, el pensamiento vacío de los blancos que no pueden vivir con la idea de vivir para nada, piensan que el trabajo es la razón de la existencia, no pueden detenerse y experimentar la vida como un regalo y el mundo como un lugar maravilloso ... ¿por qué insistimos en hacer la vida útil?⁽⁴⁾.

Y, así, te invitamos a persistir en la red de la reflexión.

REFERENCIAS

1. Loyola CMD. Mental health and psychiatric nursing: contributions to the resocialization of person in psychic suffering. Esc Anna Nery. 2017;21(3):e20170301. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2017-0003-0001>
2. Berardi F. Asfixia: capitalismo financeiro e a insurreição da linguagem. São Paulo: Ubu Editora; 2020. 238 p.
3. Foucault M. Microfísica do poder. Rio de Janeiro: Graal; 1979
4. Krenak A. A vida não é útil. Editora Companhia das Letras. 2020. 128 p.