

## UNA VACUNA CONTRA LA DEPRESIÓN.

Acabo de escuchar, en un canal de TV, una voz que reclamaba: "¡una vacuna contra la depresión!" Y me pregunto, ¿y una vacuna contra lo humano? Llegará, no se preocupen, será proporcional a la estupidez humana, que, esa sí, no para de crecer y de multiplicarse; muchos son los testimonios que lo ratifican.

El materialismo y un desconocimiento de la ciencia -el pensamiento mágico- han logrado este efecto destructivo. Lo que no se ve no existe y, cuando despunta, hay que eliminarlo.

Asistimos pues a una eliminación sistemática de los síntomas que dan cuenta de nuestra subjetividad, de nuestros vínculos, o de nuestras palabras, cuando dicen nuestro dolor de existir. Eso último solo requiere una escucha cercana, alguien que de fe de mi existencia y acuse recibo de mi demanda desesperada. Eso alivia y alienta, eso nos humaniza. Y si no, ¿qué sería de este sujeto extraviado que deambula solo por un mundo desertizado, dejado de la mano de Dios y del hombre?

Todo el mundo se pregunta qué va a pasar, pero eso ya está pasando. Se ha instalado la civilización del Selfie. Cada uno con su móvil comunicado con mil otros, pero sin ninguno, o sea solo, con su goce y su tristeza a cuestas, ¡callado!

En tanto psicoanalistas, tratamos a cada sujeto uno por uno, para darle un lugar propio y devolverle su palabra propia. La depresión ha existido desde siempre. De hecho, en mayor o menor medida la depresión existe en todos los pacientes que vemos, es el síntoma más frecuente. Podemos decir que las depresiones dan cuenta de esta cara oscura de nuestra intimidad contemporánea, cuya otra cara es el ideal del éxito y la obligada felicidad-para-todos. De hecho, la depresión es un fenómeno de la época, que representa su estado de ánimo, es la enfermedad del discurso capitalista, como la llaman algunos, que denuncia sus efectos sobre el sujeto actual. Exacerbada, por supuesto por la plaga del covid que ha tirado de la manta para desvelar lo siniestro de nuestras vidas.

Hace años que el pronóstico de la Organización Mundial de la Salud nos advierte: "Se espera que en el 2020 los trastornos depresivos ocupen el segundo lugar entre las patologías responsables de la muerte y discapacidad a escala mundial". ¡Ya hemos llegado!

Recuerdo que eso empezó hace unos 25 años, aproximadamente, o más. Estaba en un servicio público y empezaba a percatarme de que se multiplicaban los diagnósticos de "depresión", que se convertía así en un cajón de sastre. Quiero decir que teníamos que estar muy alertas al diagnóstico y poder discriminar.

Tres causas fundamentales se barajaban en este fenómeno:

1. El boom de los antidepressivos. Para muchos, el antidepressivo, o algún ansiolítico, se ha convertido hoy en algo parecido a un complemento vitamínico.
2. Se imponían los Manuales de diagnóstico (DSM-IV, etc.). La histeria, que era el termómetro de su época, era tachada del Manual. En su lugar aparecían las depresiones y la fibromialgia, entre otras. Todo se aplanaba y se banalizaba. La estupidez y la ignorancia también ganaban terreno en nuestro campo.
3. De-presión, la presión se imponía como modo de vida, el estrés. Así, nos deprimíamos todos un poco ante la pesadumbre del mundo que nos ha tocado vivir. Y algunos tiraban la toalla.

He visto -veo- pacientes que llegan con la etiqueta de “depresión crónica”, cronificada por muchos años de medicación. Llegan con el pronóstico “abandonad toda esperanza”, y, sin embargo, vienen. Una paciente joven me contaba que para ella la depresión era como la diabetes: ella y su fármaco, de por vida. Otra persona mayor me decía hace poco que se estaba enterrando viva... Muchos años de silencio y de fármacos solo tienen una salida: la cronificación. Acaso podemos hablar de un denominador común, algo del depresivo que deviene un paradigma del sujeto actual globalizado, atiborrado, desvitalizado o irresponsable, muy paranoide y maltratado; todo está fuera y el sujeto deviene objeto, víctima del maltrato ajeno.

Y aquí es donde aparece la “vacuna contra la depresión”, para salvarnos de una muerte anunciada.

Y, sin embargo, o por eso mismo, seguimos aquí, nuestra ética da un giro radical a la queja: lo que es queja o coartada deviene una responsabilidad. Es lo que llamamos rectificación subjetiva. Como psicoanalistas situamos al sujeto donde le corresponde estar, en la responsabilidad que le toca asumir, para poder algún día recuperar sus recursos propios y su deseo. Imposible sustraerse a eso.

Lo siento, amigos, no hay vacuna contra la depresión y, si la hubiera, les recomiendo antes de tomarla servirse una copa de cicuta, que nos asegura una muerte mas digna.

Noviembre, 2020.

Daniela Aparicio, psicoanalista, AME de la EPFCL.

