

I CAPÍTULOS DE APSA



CAPÍTULO PSIQUIATRÍA, SOLIDARIDAD Y AMOROSIDAD

Este Capítulo se encuentra abocado a investigar, promover y difundir sobre la articulación entre solidaridad, empatía, ética de la otredad, amorosidad, salud mental y Psiquiatría.

El trabajo que nos presenta la Dra. Valeria Mendizábal es un ejemplo cabal de lo que desde una perspectiva teórica nosotros proponemos toda vez que la solidaridad la consideramos en sus dos acepciones; tanto como la ayuda brindada para resolver un problema sin recibir nada a cambio, como así también la solidez de los lazos sociales que unen a los integrantes de una determinada comunidad. Se comprenderá que ambos miramientos se relacionan directamente con la ética de la otredad. Además, creemos que también se da un vínculo con la Psiquiatría, no sólo por prevenir la expansión de un narcisismo mórbido sino también porque los gestos y los actos solidarios genuinos tendrían también un impacto anti-estrés y anti-depresivo. Incluso se encuentra un correlato neurobiológico relacionado con el aumento de oxitocina y serotonina como así también una menor carga alostática en aquellas personas que realizan a menudo actos solidarios y comunitarios. Y en base a ello es nuestra intención diseñar y promover “dispositivos de solidaridad” en los campos preventivos y terapéuticos de Salud Mental. Nos referimos al trabajo individual y grupal con pacientes, facilitando y sosteniendo una saludable incorporación a “cadenas solidarias”, por ejemplo, en articulación con organizaciones no gubernamentales.

Dr. Hugo Dramisino

Médico Psiquiatra (UBA)

Presidente y fundador del Capítulo de Psiquiatría, Solidaridad y Amorosidad de APSA

The image shows the cover of a synopsis for a virtual event. The background is a photograph of a lush green landscape with trees and a building. The text is overlaid on this image. At the top, in a green box, is the text 'CAPITULO PSIQUIATRIA, SOLIDARIDAD Y AMOROSIDAD' and the 'APAL' logo. Below this, the title 'PROYECTO DE HUERTA Y COMPOST EN EL VIEJO ZOOLOGICO DE CABA Y ANEXO EN FACULTAD DE AGRONOMIA, 2010.' is written in bold. Under the title is a subtitle in italics: 'Análisis de los efectos en la solidaridad y el lazo social en grupo de jóvenes de 16 a 21 años con trastornos mentales severos. Hospital Tobar García.' Below the subtitle, it says 'PRESENTA Dra. Valeria Mendizábal' and 'COORDINA Dra. Florencia Reynoso'. Further down, it says 'VIRTUAL' and 'Sábado 30 de Agosto a las 11:00 hs.'. At the bottom, there is a white box containing the Zoom logo, the text 'zoom', and the ID '217 161 4952' and password 'Contraseña: apsa2025'.

RELATO DE UNA EXPERIENCIA EXTRAHOSPITALARIA.

Proyecto de Huerta y compost en el viejo zoológico de CABA y anexo en facultad de agronomía. 2010

Valeria Mendizabal, médica psiquiatra.

Relato descripción y análisis de los efectos en la solidaridad y lazos sociales de los jóvenes de 16 a 21 años con trastornos mentales severos. (Servicio de prevención del Tobar García). Este proyecto fue creado por el equipo de prevención del Hospital Carolina Tobar García, con integrantes de distintas áreas, psiquiatría, psicología, asistente social, agrónomos del INTA colaboradores del proyecto, estudiantes de psicología UBA, acompañantes terapéuticos y rotantes de otros países que querían conocer la experiencia de asistencia y capacitación laboral.

La rehabilitación psicoemocional a través de huertas y compost en pacientes psiquiátricos es una práctica que esta creciendo en la Argentina y en otros países. Con resultados muy alentadores. Aquí les cuento donde y como se están desarrollando actualmente en nuestro país. Hospitales que implementan estos programas (caba) desde 2015 Hospital Alvear lleva adelante proyecto de huerta y jardín orgánico como acción terapéutica. Coordinado por la Facultad de Agronomía de la UBA.el programa busca:

- Fomentar la integración social de los pacientes.
- Desarrollar habilidades sociales y laborales.
- Promover el trabajo colectivo y el sentido de pertenencia.

El Hospital de Día ***“Explorando caminos”*** en Formosa tiene talleres de huerta como parte del tratamiento ambulatorio de los pacientes. Las actividades incluyen:

- Cultivo y cosecha de alimentos.
- Preparación de comidas con lo cosechado
- Fortalecimiento de vínculos y hábitos saludables.

En el Hospital Gandulfo de Lomas de Zamora. El programa “Manos creativas” incluye huerta, arte y música como puente para la reinserción social. Los pacientes desarrollan actividades que les permiten interactuar, expresarse y recuperar autonomía y en la Colonia Montes de Oca también se cuenta con talleres de rehabilitación.

En cuanto al taller de compost y huerta de Pechohue. Estaba desarrollado sobre la base de la:

- **Interdisciplinariedad.** Estas tareas no son sólo tareas recreativas, sino que tienen amplias posibilidades terapéuticas muy valiosas y beneficios psicológicos.
- **Trabajo en equipo,** supervisado y con reuniones mensuales y semanales para tareas de coordinación de roles. Ingresos de usuarios. Ficha de ingresantes y seguimiento de los mismos. Enfoque social, psicoanalítico y médico.



Foto zoológico: Valeria Mendizabal. 2010

Cada asistente al programa tenía su tratamiento psicofarmacológico o psicoterapéutico dentro de la red de salud mental del GCBA, y el equipo podía consultarlos si era necesario algún ajuste u observación.

Existe Enlace con distintas instituciones públicas, Niñez, Salud, Desarrollo Social, la fundación Lazos y Amartya entre otras. Algunas de las características de estos programas son:

- 1- **Enfoque ecológico:** respetando el medioambiente, los elementos para el cuidado de los cultivos eran naturales sin agrotóxicos. No modificamos el medio ambiente. Asesorados una vez al mes por un agrónomo del INTA(enlace interinstitucional), respetábamos un entorno saludable en la tarea. Con el debido cuidado también de los jóvenes que tenían ropa especial que brindaba el zoológico para realizar la capacitación en tarea. Si el clima no era favorable se trabajaba en el tinglado para realizar y preparar los futuros plantines, o cargar bolsas pequeñas de compost para vender. Ayudan al paciente a reconectarse con un ciclo natural de crecimiento, muerte y regeneración.
- 2- **Seguridad en la capacitación.** El zoológico brindaba a cada joven y trabajadores un seguro de accidente dentro del predio.
- 3- **Socialización las tareas** eran en grupos con asistentes, alrededor de dos o tres asistentes por grupos de cuatro a ocho jóvenes. El diálogo se realiza entre pares para recordar la tarea antes de comenzar. Cooperación en las distintas tareas. Repartir los elementos de trabajo y recordar las tareas de cada día que surgían día a día. O sea que el ciclo vital de las plantas

nos daba la pauta de los tiempos a respetar y manejar con los jóvenes su ansiedad. Reduciendo el Stress.

- 4- **Resultados visibles:** los asistentes al programa veían como avanzaba el trabajo de huerta, así como el de compost y reforzaba sus logros y autoestima.
- 5- **Socialización:** desde la perspectiva de la Salud Mental podríamos mencionar que estas actividades mejoran y estimulan la interacción social y el trabajo en equipo, siempre con supervisión de las asistentes del programa.
- 6- **Comunicación** entre pares y asistentes. Así como la interrelación con autoridades del programa y de la institución. Mejorando el lazo social y la solidaridad. Se constituían grupos de trabajo los de la huerta y los del compost que luego podían rotar según la tarea o ayudarse ya que el ciclo del compost alimentaba la huerta y viceversa. En el descanso, se hacía un trabajo de relevamiento escrito y verbal de las tareas realizadas, para programar las siguientes tareas y registrar siembra, cosecha y manejo de las tareas del armado del compost (rotación, armado de camas o parcelas de almacenamiento. En ese recreo laboral se charlaba de cuestiones de relación y socialización tanto en los avances como los obstáculos a resolver. Promovemos la socialización del paciente/trabajador psicótico.
- 7- **Contacto con la Naturaleza y ciclo vital.** Teníamos el calendario de siembra y cosecha que revisamos en cada ciclo o estación del año para guiarnos en los tiempos de la misma. Esto generaba conocimiento, pero en el día a día percepción de los cambios de las plantas. Limpieza y regado de huerta. Esquema de trabajo, los que preparaban la tierra y ordenaban los plantines. En lo que respecta al entorno del predio la observación de los animales que deambulaban por allí, libres patagónicas, patos etc. Resultaba el gran atractivo de la jornada y respeto y cuidado de los mismos. La mirada de los animales y su contemplación como dice John Berges resulta de una rapport muy estimulante para el ser humano. Que la vista llega antes que las palabras. También señala que lo que sabemos o creemos influye en cómo vemos, y que ver no es una reacción mecánica, sino un acto voluntario. Además, destaca que nunca miramos sólo una cosa, sino la relación entre las cosas y nosotros mismos. La visión establece nuestro lugar en el mundo. El pasado es una relación entre el presente y el pasado, y el miedo al presente mistifica el pasado.
- 8- **Encadenamiento.** La sucesión organizada y programada de la tarea los ordenaba y tranquilizaba, además ellos mismos fomentaban y recordaban los pasos a seguir por la repetición de la tarea. En compost, colocar la bosta de herbívoros que traían en carretillas luego hojas verdes que extraemos de las cañas, regado, colocación de pasto seco del zoo y lombricompost que almacenamos en una cuna próxima al espacio de refugio de las jirafas. Un entorno muy interesante ya que también se trabajaba el respeto por los animales. Responsabilidad compartida entre los equipos, siguiendo el proceso de la naturaleza. La empatía que se produce en cada encuentro y los apoyos entre pares para

viajar hasta el zoológico, sostener la tarea, el presentismo y la continuidad de la misma son espacios de contención y encuadre y encuentro entre pares que van creciendo día a día. Mejoran las habilidades motoras y la concentración, el trabajo físico de sembrar, regar y mover la tierra mejora la coordinación mano-ojo y las habilidades motoras finas y gruesas. La atención se desarrolla ya que se necesita entrenar día a día la concentración. También debo destacar que cuando faltaban herramientas íbamos a comprar todos juntos las herramientas y entendían el costo de las mismas y porque deben cuidarlas.

- 9- **Simbolizar el crecimiento personal y la esperanza.** El proceso de ver una semilla convertirse en una planta fuerte y productiva puede ser una poderosa metáfora del propio proceso de recuperación del paciente Refuerza la idea que con cuidado y atención el crecimiento y la sanación son posibles. Regular las emociones al ver con alegría una buena cosecha o frustraciones por una plaga eran situaciones diarias. No se trataba sólo de una terapia ocupacional ya que el propósito era la salida laboral que les daba una identidad de trabajadores en un predio como el zoológico que tenía su prestigio, Además la venta de productos al personal del zoo, o en agronomía a la población de los vecinos fortalecía el manejo de dinero la respuesta y contacto con los compradores que les devolvía una suerte de reconocimiento social a su tarea.
- 10- **Salida ocupacional.** Este proceso era evaluado por el equipo que se reunía una vez al mes y que estaba en contacto con distintas instituciones estatales como el botánico, fundaciones, el tinglado amarillo de chacarita donde se vendía el compost, y se seleccionaba a un joven para turnarse con dicha tarea los miércoles y sábados. Todos junto con las instituciones de enlace, Servicio de Prevención en Salud Mental del Tobar García. Y programas de Niñez y desarrollo social.
- 11- **Resocializar, reinsertar e integrar.**

El retorno a la vida social de pacientes que tuvieron varios procesos de internación no resulta sencillo ni para el paciente ni para el que se compromete y acompaña este tipo de tareas.

Tratábamos como menciona Vasen en su libro del invento a la herramienta. Que el zoológico se convirtiera en un nuevo hogar (no domesticar) crear un nuevo domicilio sino otorgarle una nueva identidad como trabajador y articular su salida del zoológico a veces compleja. Porque el espacio público es el que otorga o asegura que el individuo obtenga los reconocimientos sociales de ciudadano.

La integración no puede constituir otra cosa que la recuperación de los derechos de los ciudadanos. La integración requiere de lo público para romper justamente el circuito de la diferenciación-segregación.

Hay que trabajar sobre las marcas de la alienación crónica de dependencia obligada, a veces por el terapeuta a veces por el paciente.

Las políticas de desinstitutionalización y cierre de establecimientos manicomiales se encuentran con estos límites. Todo ello requiere de un estado afín para lograrlo.

Vincular las acciones de Salud Mental a la comunidad, aporta a la construcción de un imaginario nuevo sobre la naturaleza de las enfermedades mentales.

Hay que tener en cuenta que la situación de marginalidad en la que estuvo y está situado el enfermo mental en la modernidad afecta hoy a más ciudadanos, por diversas causas. Y cada sector de la población que entra en esta condición de marginalidad genera rápidamente el imaginario social de la diferenciación y segregación. Ej. Chicos de la calle, recolectores de basura, pacientes con sida etc. Los huérfanos sociales abandonados de la vida social y el intercambio simbólico.

Desde los adultos nos obliga a ampliar nuestra percepción de la condición humana y sus avatares. Aliviar el temor, generar confianza, recuperar la curiosidad por el universo del otro. Trabajar los procesos de desalienación del “adentro” y del “afuera”.

Valeria Mendizabal, Médica psiquiatra.