

PODRÍAN REPETIRSE LOS EFECTOS PSICOSOMÁTICOS DEL "CORRALITO"

*Lo advirtió un experto de la Asociación Mundial de Psiquiatría
La crisis actual podría desencadenar el
SÍNDROME DE ANSIEDAD POR DISRUPCIÓN*

Por la crisis financiera mundial, este no es un buen momento para tomar grandes decisiones familiares, económicas ni laborales: la realidad no da signos ni información suficientes para que podamos proyectar, ya no en el mediano o largo plazo, sino siquiera cómo terminaremos el año.

Día tras día, la realidad nos despierta con situaciones que aumentan ese nivel de incertidumbre. "No podés planificar nada", le dijo el miércoles pasado con evidente fastidio una mujer de mediana edad al hombre con el que acababa de subir al subte en la estación Uruguay de la línea B. "Es como si no supieras qué hacer", retrucó el entrecano acompañante.



Moty Benyakar

La exposición constante a acontecimientos sociales, económicos y laborales que quiebran de pronto la realidad y le cambian continuamente el rumbo sin una salida previsible provoca en la sociedad lo que el psiquiatra argentino Moty Benyakar describió con el profesor Carlos Collazo, durante la crisis de 2001, como síndrome de ansiedad por disrupción (SAD).

"Afecta a personas sanas y con una relativa estabilidad psíquica que abruptamente se enfrentan con la falta de parámetros sociales o económicos claros para tomar decisiones", precisó el doctor Benyakar, presidente de la Sección de Intervención en Desastres de la Asociación Mundial de Psiquiatría (WPA, por sus siglas en inglés).

A diferencia de lo que sucede con el estrés, la ansiedad o el trauma, la causa de la distorsión de la percepción en el SAD no está en el individuo, sino en la realidad cotidiana. El síndrome, que es resultado del impacto económico y social, afecta a cada integrante de la sociedad. No se trata de un simple estrés o un trauma, sino de una reacción con características específicas, que necesita también un tratamiento específico.

De no tomarse medidas rápidamente, opinó el psiquiatra, podrían repetirse las consecuencias para la salud física y psicológica que causó, por estos días, el tan recordado corralito.

Las consultas psicológicas y psiquiátricas aumentaron muchísimo sobre problemas psicosomáticos, como los trastornos gastrointestinales o alergias, además de un crecimiento del 36% de la mortalidad cardiovascular para el mismo período en los tres años anteriores y del aumento de los suicidios, enumeró Benyakar, que preside también la Red Iberoamericana de Ecobioética para la Educación, la Ciencia y la Tecnología, Cátedra de Bioética de la Unesco.

La solución que propone el Equipo de Investigación en **Ansiedad por Disrupción**, que dirige Benyakar en la Universidad del Salvador, es **ayudar a la población a desarrollar lo que los investigadores llaman inmunidad psíquica.**

Esta protección le permitiría a la sociedad proteger su salud y reducir los efectos de una realidad más que compleja.

Funciona como la inmunidad que proporcionan las vacunas, que no curan ni eliminan los elementos nocivos, sino que previenen que la enfermedad nos destruya.

Conocemos los componentes de la “vacuna” necesaria para este momento, pero son los gobiernos, las empresas, las escuelas, los bancos y el resto de las organizaciones e instituciones los que tienen que poner en práctica la etapa de vacunación agregó el experto.

¿En qué consiste esa “vacuna” que otorga inmunidad psíquica?

En tres elementos básicos:

- **reconocer las características de la situación o el factor amenazante,**
- **identificar las reacciones típicas de cada integrante de esa institución o grupo ante esa situación, y**
- **evaluar permanentemente qué precauciones se tomaron en cada caso.**

La “vacunación” que deben realizar las autoridades, las instituciones y las organizaciones consiste en tomar medidas para que, según cada caso, los gobernados, los alumnos o los empleados no enfermen y puedan, finalmente, contar con parámetros para sobrellevar la realidad con menos incertidumbre.

"A diferencia de lo que ocurre ante la agresión, **la ansiedad por disrupción ocurre cuando una persona no puede distinguir de dónde viene el daño, por lo que no se puede defender.**

En nuestro país se vive en un estado permanente de violencia, no sólo por la inseguridad en las calles, sino porque la población no sabe de dónde le vendrá el golpe "resumió Benyakar".

Hoy, desgraciadamente, los argentinos somos líderes en el síndrome de ansiedad por disrupción."

Por Fabiola Czubaj

Publicado en La Nación de Buenos Aires el 24 de noviembre de 2008