

## Acerca de la importancia de asumir riesgos razonables en los procesos de Recuperación

Alberto Fergusson MD

Director Instituto de Autorehabilitacion Acompañada.

[Afergusson@selfrehabilitation.org](mailto:Afergusson@selfrehabilitation.org) [www.selfrehabilitation.org](http://www.selfrehabilitation.org)

Son múltiples las secuelas que dejaron tanto en las personas diagnosticadas con enfermedad mental como en sus cuidadores, varios siglos de falsas creencias y mitos con respecto a lo que es la denominada “enfermedad mental”. Las diferentes formas de instituciones que se idearon durante siglos, por diferentes motivos forzaron en las personas diagnosticadas con “enfermedad mental” y principalmente con “esquizofrenia”, todo tipo de intervenciones escogidas por los “expertos” sin mayor participación de las personas estigmatizadas con estos diagnósticos. Fue en ese sentido que en nuestro programa y en general en el enfoque que denominamos como “Autorehabilitacion Acompañada”, concebimos lo que llamamos el “manifiesto filosófico”, el cual afirmaba y aun hoy afirma lo siguiente:

“Los denominados enfermos mentales han sido objeto de todo tipo de tratamientos forzados: forzados a hospitalizarse, forzados a desintitucionalizarse, forzados a salir de sus familias, forzados a volver a sus familias, forzados a salir de sus comunidades, forzados a volver a sus comunidades, forzados a utilizar medicación psiquiatrica, forzados a dejar la medicación psiquiatrica, forzados a determinados estilos de vida, forzados a salir de otros estilos de vida y así sucesivamente. Muchas cosas pueden decirse con relación a lo anterior, pero basta con afirmar que precisamente el forzarse o ser forzado por otros a pensar, sentir o actuar en determinada forma es frecuentemente de acuerdo con nuestras observaciones, el origen inmediato de aquel estado mental denominado esquizofrenia. O de lo que nosotros preferimos denominar daño destrucción y descomposición psicológica”.

En efecto casi treinta años de trabajo con personas diagnosticadas principalmente con la llamada “esquizofrenia”, nos han enseñado a apreciar que son frecuentemente pequeñas cosas las que pueden generar grandes diferencias. Una de ellas, a la cual deseamos dedicar estas reflexiones, es la mayor o menor libertad que se tenga de asumir riesgos razonables e inteligentes. Son muchos los pensadores que han mostrado de que manera el asumir riesgos convierte la potencialidad de lo humano en realidad humana.



Alberto Fergusson.

La posibilidad de asumir riesgos parece estar mas o menos limitada tanto para las personas diagnosticadas con esquizofrenia como a sus cuidadores (profesionales de la salud mental, familiares, amigos etc.) Con el argumento de la real o supuesta fragilidad de algunas personas, se les impide a unos y a otros, asumir lo que podríamos llamar los riesgos naturales de la vida.

Nuestro programa fue por muchos años una especie de Comunidad Terapéutica. Desde hace algunos años tomamos la decisión de alejarnos en lo posible de cualquier forma de institución, con la convicción de que de una u otra forma, cualquier institución tarde o temprano tiende a ‘manicomializar’. Nos incrustamos entonces por así decirlo, en la comunidad “natural”.

Al dar este paso muchos cambios comenzaron a generarse por iniciativa comunitaria. Se creo por ejemplo, de manera bastante espontánea, un grupo que estudiaba lo que se llamaban los “residuos de discriminación” en la comunidad. Se buscaba en dicho grupo, identificar aquellas “pequeñas” cosas que continuaban marginando a quienes tenían o habían tenido un diagnostico de esquizofrenia y porque no decirlo, de manera



sutil, también a aquellos que los acompañaban en sus procesos de recuperación. Las personas “acompañadas” y “acompañantes” de acuerdo con nuestro lenguaje. Podríamos decir que se creo una especie de observatorio de pequeñas discriminaciones. Muy pronto uno de los participantes detecto un hecho sorprendente: La actitud frente al riesgo era diferente entre la población de personas acompañadas y acompañantes, con relación a lo se observaba en la población general. Mientras que en esta última se asumían diariamente todo tipo de riesgos, los diagnosticados con esquizofrenia y sus cuidadores evitaban los riesgos casi automáticamente. Esto resultaba para nosotros especialmente insólito en la medida en la que el rediseño de la vida diaria con toda creatividad, es uno de los postulados centrales de la Autorehabilitación Acompañada. Parecía que estaba proscrito tomar riesgos razonables. Parecía exigírsele implícitamente a las personas acompañadas un grado de prudencia que con frecuencia llevaba a la inmovilidad. No replanteaban su vida con libertad ingenio creatividad, y se mantenían en determinados estilos de vida a pesar de que dichos estilos claramente significaran para ellos un evidente daño psicológico. Parecían olvidar que el evitar tomar riesgos razonables e inteligentes es en si mismo el peor de los riesgos.

En los últimos años se ha consolidado un enfoque positivo y progresista. Me refiero al denominado Modelo de Recuperación, el “Recovery Model”. De acuerdo con nuestras observaciones, no existe ninguna posibilidad de recuperación, sin tomar riesgos razonables e inteligentes por parte de todos los involucrados en los procesos de recuperación, o sea tanto por parte de las personas acompañadas como por parte de las personas acompañantes. En un

panel reciente en la Universidad de Boston. donde coincidieron varios miembros de WAPR, se planteo en uno de los talleres el análisis de aquellos casos que estaban ‘atascados’ en la ruta de la Recuperación. (“Those who are stuck on the road to recovery”). Alcance a plantear en dicho panel la idea según la cual, en principio, los atascados somos los cuidadores. Fue solo recientemente que el grupo que mencione en nuestro programa, detecto que muchos de aquellos que no se recuperan son precisamente quienes no asumen riesgos, bien sea porque ellos no se atreven o porque sus acompañantes los impulsan a que no lo hagan. Entre mas atascado se este, mas habrá seguramente necesidad de tomar riesgos. A partir de estos hallazgos, se creo un grupo que analiza en conjunto el riesgo, con el fin depurarlo por así decirlo y lograr que de esa manera se logre una mayor posibilidad de éxito en cualquier empresa riesgosa. Existía desde siempre en nuestro programa un viejo lema que dice lo siguiente : “El que piense recuperarse debe hacerlo con el que quiera apoyarlo, sin el que no desee apoyarlo y contra el que sea”. Con la nueva actitud ante el riesgo, dicho lema a recobrado plena vigencia.

En un documento que se publicara próximamente, daremos ejemplos detallados de lo que llamamos riesgos razonables e inteligentes. Por el momento dejaremos planteadas cuales son las “excusas” mas frecuentes que hemos encontrado para impedir que se asuman los riesgos que se requiere desafiar si se piensa realmente en la “recuperación”.

En primer lugar esta el fantasma de las “crisis”. Al igual que la denominada amenaza terrorista a nivel mundial ha servido como excusa para coartar ciertas libertades básicas de la población, la amenaza de las “crisis” psicológicas constituye la excusa ideal para desestimular el que se asuman riesgos razonables y necesarios. En segundo lugar esta el fantasma del suicidio con todos los riesgos legales para las personas acompañantes. En tercer lugar esta la que constituye quizás la forma mas sutil de censura al riesgo, la cual se genera a través de posturas mas o menos moralistas abiertas o disfrazadas, frente a los nuevos estilos de vida que con toda creatividad y libertad deben diseñar y asumir las personas que estén en un proceso de recuperación. En este sentido cabe recordar otro lema que ha hecho carrera en nuestro programa el cual dice: En ocasiones hacer cosas que puedan ser juzgadas como “enfermas’ por otros, puede ser la única forma de no ‘enfermar’ realmente.

