

La Gracia en el Consultorio Psiquiátrico

Por Soraya Saba

Conferencia para la Sociedad Tomista de Argentina, septiembre de 2024

Antes de abordar el tema de la Gracia en el consultorio psiquiátrico, me gustaría hablar un poco sobre la realidad de la salud mental en mi país, Brasil.

Ser psiquiatra en este país es un gran desafío, ya que estamos ante la población más ansiosa del mundo, según la Organización Mundial de la Salud (OMS).

En 2017, los datos revelaban que cerca del 10% de la población brasileña padecía ansiedad, pero en la actualidad esa cifra ha escalado al 27%.

Al igual que todos los trastornos mentales, este alarmante porcentaje cercano al 30% tiene causas multifactoriales, entre las que destacan la inestabilidad económica, política, social, espiritual y, en particular, la violencia. En 2023, se registraron casi 40,000 muertes violentas en Brasil, un número que se aproxima a las 50,000 víctimas de la guerra entre Rusia y Ucrania en lo que va del año.

En relación con la psiquiatría, la Organización Mundial de la Salud estima que una de cada cuatro personas padecerá algún tipo de trastorno mental a lo largo de su vida. Entre los trastornos mentales más comunes se encuentran la ansiedad, la depresión, los trastornos de personalidad, los trastornos de atención, los trastornos del estado de ánimo y los trastornos psicóticos.

El tratamiento eficaz y la posible cura de estos trastornos requieren un enfoque basado en cinco pilares fundamentales: el uso adecuado de medicamentos bajo supervisión psiquiátrica, psicoterapia, actividad física regular, una alimentación saludable y una vida espiritual equilibrada. El seguimiento médico especializado es esencial para el éxito del tratamiento, pero el acceso a estos profesionales no siempre está disponible en todo el territorio brasileño. Según la demografía médica de 2023, Brasil cuenta con 13,888 psiquiatras para atender a una población de 200 millones de habitantes, de los cuales el 30% padece algún trastorno mental.

El panorama de la medicina psiquiátrica en Brasil abarca tanto servicios públicos como privados. Los servicios privados se dividen entre atención particular y cobertura por seguros de salud o convenios, mientras que en el sector público los pacientes son atendidos a través del SUS (Sistema Único de Salud), en unidades de salud básica o unidades especializadas. Sin embargo, la realidad es que pocos tienen acceso a especialistas. Para ilustrar, cuando trabajé en una unidad básica de salud en el barrio Vila Guarani, en las inmediaciones de São Paulo, encontré una lista de espera de tres años para atención psiquiátrica. Paralelamente, enfrentamos otro desafío: la escasez de hospitales psiquiátricos. Según el Censo Federal de 2024, solo hay 104 hospitales en 17 estados. En resumen, hay mucho trabajo por hacer en todos los ámbitos de la psiquiatría. Un ejemplo de la alta demanda es que en un solo mes atiendo en promedio unos 500 pacientes en São Paulo.

Quinientas personas. Quinientas almas que llegan con algún tipo de sufrimiento psíquico, emocional, espiritual o físico, y yo, en poco tiempo, debo ser asertiva y eficaz. La pregunta que siempre me hago es: "¿Cómo podría lograrlo sin la Gracia?"

Santo Tomás nos enseña que la verdad no puede alcanzarse sin la Gracia, una realidad con la que me encuentro cada día en la práctica.

Santo Tomás afirma: "El Espíritu Santo habita en nosotros a través de la Gracia; sin ella, no podemos conocer la verdad. Dios es quien ilumina, siendo para el espíritu lo que la vista es para los ojos; y los ojos del espíritu son el sentido del alma. Así como los sentidos del cuerpo, por puros que sean, nada pueden sin la luz del sol, de igual manera, la mente humana, por perfecta que sea, no puede conocer la verdad mediante la razón sin la iluminación divina, que es el auxilio de la gracia."

Si comparamos la enfermedad psíquica con una oscuridad interior, ya sea causada por pecados, vicios, influencia genética, alteraciones conductuales o enfermedades físicas, podemos suponer que el contacto del paciente con la verdad está disminuido o incluso ausente. La enfermedad psíquica aleja a la persona de la verdad, el amor y la belleza.

Santo Tomás afirma: "Toda verdad, sin importar quién la enuncie, proviene del Espíritu Santo, que la infunde como luz y nos mueve a comprender y expresar la verdad."

Si la verdad proviene del Espíritu Santo, independientemente de quién la transmita, y ese alguien es el Psiquiatra, entonces la Gracia está actuando a través de él para iluminar al paciente. La Gracia está presente en el consultorio psiquiátrico, y al reconocer esta realidad, entendemos la magnitud de la responsabilidad inmaterial del psiquiatra. ¿Cómo evitar obstaculizar la presencia de la gracia? Tal vez la búsqueda de una espiritualidad auténtica, la autoobservación y la constante búsqueda de virtudes permitan al profesional que es consciente de esta presencia curativa e iluminadora desempeñar mejor su papel. El objetivo es ser un instrumento que lleve luz a la vida del paciente.

Hoy en día, hay poco interés en meditar sobre la verdad, hablar de ella o practicarla. Ahora bien, si Cristo es el camino y la verdad, debemos recurrir a Él para ejercer la psiquiatría. Es gracias a Nuestro Señor que la gracia estará presente en las consultas.

Puedo entender que, a menudo, la consulta psiquiátrica puede ser la única oportunidad para que algunos pacientes entren en contacto con la verdad. A medida que los síntomas disminuyen, la percepción de la vida como un regalo se vuelve más tangible, reduciendo el distanciamiento de la verdad y permitiendo que la Gracia comience a iluminar al alma que sufre. Quizás este proceso sea lo que propicie esas mejorías inexplicables en algunos de los pacientes que acompaño.

Como ejemplo, recientemente atendí a una paciente que había estado lidiando con una depresión prolongada debido a un cáncer de mama metastásico. Después de someterse a cirugía y múltiples sesiones de quimioterapia, desarrolló una depresión severa. Durante meses, sufrió de pérdida de apetito, insomnio, falta de motivación, desesperanza, pensamientos de muerte y una profunda tristeza.

Casos como este suelen tardar en responder a los medicamentos psiquiátricos debido a la gravedad de la patología subyacente, en este caso, un cáncer avanzado. Por ello, proyecté mentalmente una mejoría tras aproximadamente seis meses de tratamiento, basándome en la evidencia científica y mi experiencia clínica. Sin embargo, para mi sorpresa, la paciente mostró una notable mejoría ya en el segundo día de tratamiento y, a los dos meses, recibió el alta de la quimioterapia.

Ignacio Andereggen, en su libro ***Psicología frente a la Gracia***, señala: “La ley es la regla de la razón. A menudo, al interpretar esta afirmación, pensamos que la razón no

impulsa nada. Sin embargo, para Aquino, esto no es así, siempre y cuando entendamos que la razón actúa no en el sentido de causalidad eficiente, sino en el de causalidad final. Lo que se mueve más que otro es más dinámico. La razón se mueve por atracción, un tipo de movimiento más profundo que el simple acto de producir.”

El movimiento que atrae a medida que avanza solo puede ser denominado Gracia. La Gracia llena los vacíos, nos acerca al Espíritu Santo, fortalece nuestra razón y mejora nuestras conductas. Es nuestra guía firme y nuestra esperanza frente al caos de la enfermedad mental. Además, actúa en la causa definitiva de todo ser humano: el amor a Dios.

Santo Tomás explica que “la gracia puede entenderse en tres acepciones. Primero, como amor hacia los demás,” un amor fundamental en la atención médica psiquiátrica, ya que cuanto más amo mi trabajo y a mis pacientes, más al servicio de la gracia estaré. “En segundo lugar, como un don otorgado gratuitamente,” es decir, hemos recibido la vocación para la psiquiatría como un llamado para ser instrumentos de curación. “Y en tercer lugar, como recompensa por un beneficio dado gratuitamente.” Según Santo Tomás, “la segunda acepción depende de la primera; el amor con el que valoramos a alguien en nuestra gracia precede a los actos que hacemos gratuitamente por ellos. Y de la segunda acepción surge la tercera, ya que de los beneficios dados gratuitamente emana la acción de gracias.”

Frente a esta magnitud, nuestro papel en el consultorio psiquiátrico es reconocer la presencia de la gracia y esforzarnos constantemente para que esta realidad guíe nuestro cuerpo, alma y espíritu en el cuidado de nuestros pacientes. La gracia es la fuerza que opera a través de nosotros.

Bibliografía:

1. Suma Teológica, Santo Tomás de Aquino
2. La Psicología Ante La Gracia, Ignacio Andereggen e Zelmira Seligmann
3. IBGE, Instituto Brasileño de Geografía e Estadística
4. Organização Mundial de la Salud, 2017, 2023, 2024
5. AMB, Associação Médica Brasileira, 2023