

## DEPRESIÓN Y TRISTEZA: ¿COSTOS Y BENEFICIOS?

Tal como se mostró en las páginas de este libro, siempre resulta interesante reconstruir las nociones con las que cada sociedad ha mirado a sus melancólicos y deprimidos a lo largo de la historia. La manera en que se ha concebido a dichos sujetos dice mucho del sentido común que ha orientado la existencia de los seres humanos en cada momento y en cada lugar. Y es que en realidad las respuestas y reacciones culturales a la experiencia del dolor, la soledad y el miedo revelan mucho de nuestras formas de estar en el mundo y de interpretar.<sup>201</sup>

En el año 2017, la OMS dedicó el Día Mundial de la Salud al trastorno de la Depresión. Como cada 7 de abril en que se conmemora la fundación del organismo internacional, en esa ocasión la campaña mundial invitó a que todos “habláramos de depresión” debido a lo preocupante que resultaba el predominio de esa enfermedad en muchas sociedades del planeta. La OMS señaló con alarma que 50% de la población global que sufría de ese padecimiento no recibía tratamiento alguno, y que en los países más ricos se destinaba solamente 5% del presu-

<sup>201</sup> Nuevamente merece la pena recordar a Sara Ahmed cuando explica cómo “el dolor está vinculado con la manera en que habitamos el mundo, en que vivimos en relación con las superficies, cuerpos y objetos que conforman los lugares que habitamos”. Ver Ahmed, *op. cit.*, p. 59.

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

puesto destinado a salud pública para tratarlo, mientras que en los países de más bajos ingresos esta porción era 1%.<sup>202</sup> Hasta allí, todo parecían estadísticas relevantes para comprender el descuido en el que vivían los hombres y las mujeres afectados por este mal que se definía como una de las dos causas principales de suicidios en el mundo. Lo curioso venía después.

De acuerdo con las descripciones oficiales de la enfermedad mental y, sobre todo, con las explicaciones de la urgencia de cambiar esta situación, atender a los enfermos de depresión era impostergable por los nocivos efectos materiales que esta enfermedad podía llegar a generar en todas las economías del mundo. De esta manera, la página oficial de la OPS señalaba que la “inversión en salud mental beneficia el desarrollo económico. Cada dólar invertido en la ampliación del tratamiento para la depresión y la ansiedad conduce a un retorno de cuatro dólares en mejor salud y habilidad para trabajar”.

Más adelante se insistía en que la falta de acción podía resultar realmente costosa, pues la depresión podría llegar a causar “una pérdida económica global de un billón de dólares cada año. [...] Los hogares pierden financieramente cuando la gente no puede trabajar. Los empedadores sufren cuando los empleados se vuelven menos productivos”, y lo que parecía también muy problemático era que, de seguir sin pronta atención los enfermos de depresión, “los gobiernos tendrían que pagar mayores gastos en salud y bienestar”.

A simple vista, hay algo que salta al leer estos argumentos. La OMS insistía en la imperiosa necesidad de atender la salud mental, pero, como es fácil advertir, lo hacía sobre todo esgrimando razones económicas. No cabe duda de que el argu-

<sup>202</sup> Esta información aparecía en las páginas oficiales tanto de la OMS como de la OPS.

## MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

mento económico es un elemento fundamental entre las preocupaciones de un organismo internacional como la OMS, pero no deja por lo menos de llamar la atención que la depresión preocupara principalmente por eso, y no por el sufrimiento padecido por los enfermos, por los daños a su integridad humana o la inhibición de su desarrollo personal.

A decir verdad, no se trata de culpar a la OMS de nada; más bien, resulta francamente sintomático de nuestro tiempo la manera en que este organismo internacional en principio preocupado por la salud de los seres humanos construyera la representación de este padecimiento en términos predominantemente económicos. Al leer el argumento que daba para atenderlo de manera urgente en todo el mundo resulta inevitable no pensar que, efectivamente, la depresión de nuestro tiempo cobra significados culturales muy particulares a partir del sentido común de “las sociedades del rendimiento” descritas por el filósofo surcoreano Byung Chul Han en su *La sociedad del cansancio*. En el orden cultural de dichas sociedades, parecería que no hay otra manera de concebir las experiencias humanas del dolor, la tristeza o la desesperación que no sea la pérdida económica; mucho menos posible incluso comprender el origen social de la sensación de fracaso permanente y del agotamiento extenuante que genera la absoluta impotencia ante las exigencias de “rendir”, “producir” y ser “un sujeto exitoso” bajo los parámetros aceptados por estas sociedades voraces de aparente “superabundancia”.<sup>203</sup>

<sup>203</sup> En su famosa obra, Byung Chul Han describe al sujeto de estas sociedades como un individuo abrumado por lo que se exige de él, exhausto, “cansado, hastiado de sí mismo, harto de pelear contra sí mismo”. Byung Chul Han, *La sociedad del cansancio*, Herder, Barcelona, 2010, p. 38. El sujeto descrito por el filósofo surcoreano es un individuo rodeado de una aparente súper abundancia de todo y una total libertad. La exigencia de aprovechar ambas

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

Efectivamente, en este universo cultural, el sujeto solamente es valioso por su capacidad para trabajar, rendir y producir riqueza.<sup>204</sup> Allí, no hay cabida para tocar el dolor de manera consciente; no hay forma de preguntarse por el origen de los sentimientos de soledad y miedo que pueden aquejar al sujeto en un orden de competencia, individualismo y hastío vital. En una sociedad así, no hay tiempo ni interés en comprender de qué está hecho el sufrimiento o la miseria existencial de uno mismo y, mucho menos, del otro.

Como pudo verse a lo largo de estas páginas, la melancolía y la depresión han formado parte de la experiencia humana —al menos de la experiencia occidental— desde tiempos muy remotos. Sin duda, el dolor, el miedo, el hastío y la soledad que han caracterizado a estos dos padecimientos emocionales siempre generaron un sufrimiento profundo; sin embargo, tal como pudo observarse también, en muchos momentos y en muchos casos, melancolía y depresión frecuentemente confrontaron al sujeto consigo mismo, le obligaron a hacer introspección, le exigieron reflexionar sobre sí mismo, sobre el sentido de su vida y sobre el lugar que ocupaba en el mundo que le rodeaba. De esta manera, las experiencias de la melancolía y de la depresión fueron fuente de autoconciencia y autoconocimiento. Los beneficios secundarios del sufrimiento melancólico y depresivo fueron, en ese sentido, la posibilidad de despertar al pensamiento creativo, de hacer contacto con la razón lo mismo que con la emoción para conocerse. La historia del yo interior y la construcción de la conciencia individual no

condiciones para conseguir un éxito que se dice sólo depende de uno mismo resulta verdaderamente aplastante y devastadora.

<sup>204</sup> Aquí, Byung Chul Han sigue de cerca varias ideas de Hannah Arendt, quien señalaba que las sociedades modernas redujeron al ser humano al trabajo como única acción vital. Byung Chul Han, *op. cit.*, p. 18.

## MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

habría sido la misma sin la experiencia melancólica y depresiva en Occidente.

Hoy, en cambio, la experiencia de la depresión está lejos de brindarnos el beneficio de un posible despertar humano hacia la imaginación, la autoconciencia o la reflexión. En nuestro tiempo, no es una fuerza que impulse hacia la creatividad, pues la soledad del sujeto deprimido se convierte irremediablemente en desolación. El enfermo de tristeza se encuentra presa de una sociedad de vínculos rotos y de individualismo exacerbado. En realidad, la desolación es un sentimiento común al sujeto deprimido de las sociedades del siglo XXI, sin importar el sector social en el que vive; sin embargo, también es verdad que la imposibilidad para detenerse a reflexionar sobre la autoconciencia y encontrar fuerza creativa en la experiencia de la depresión es aún más difícil cuando se vive en condiciones de pobreza y marginación extrema. A pesar de lo anterior, es importante señalar que, incluso entre las clases privilegiadas, la competencia, la carrera de las apariencias y el individualismo juegan en contra del sujeto deprimido. Y así, tal como lo explica Byung Chul Han, el universo emocional de las sociedades del rendimiento impiden al ser humano hacerse dueño de sí mismo.<sup>205</sup> En este orden cultural contemporáneo, comprender nuestras emociones, elaborarlas, hacerlas conscientes se mira como una pérdida de tiempo y de dinero. Por ello, en su lugar, la alternativa para los hombres y mujeres deprimidos ha sido dejarlos solos, alienados y dopados.<sup>206</sup> Es decir, hacerlos invisibles y abandonarlos a su suerte.

<sup>205</sup> Byung Chul Han, *op. cit.*, p. 39.

<sup>206</sup> Para el filósofo surcoreano, la sociedad del rendimiento es “la sociedad del dopaje”, una sociedad en donde los seres humanos se auto explotan, se “quemán” y viven como muertos vivientes. Ver Byung Chul Han, *op. cit.*, p. 44.