

MÉXICO EN LA MIRA: DEPRESIÓN, RESPONSABILIDAD PÚBLICA Y SOLIDARIDAD HUMANA

De acuerdo con el Boletín núm. 1290 de la Cámara de Diputados, en el año 2019 la Comisión de Salud del Congreso reportó que la depresión afecta a 10 millones de mexicanos.²⁰⁷ Ese mismo año, algunos investigadores de la UNAM dieron a conocer que 15 de cada 100 mexicanos sufren esa enfermedad.²⁰⁸ De acuerdo con Alfonso Andrés Fernández Medina, subdirector de Información de la Dirección General de Divulgación de la Ciencia, seis millones de niños y adolescentes de entre 12 y 22 años son víctimas de dicho padecimiento en nuestro país, mientras que otra gran parte de los enfermos deprimidos en México son adultos mayores de 65 años. Las estadísticas de las que habló el funcionario de la Máxima Casa de Estudios también sugieren que en México por cada dos mujeres deprimidas hay un hombre en la misma condición.²⁰⁹

Contrariamente a lo que se creyó durante siglos, el predominio del género femenino sobre el masculino en las cifras de enfermos de depresión no tiene que ver con ninguna causa

²⁰⁷ Boletín núm. 1290 de la Cámara de Diputados, 17-03-2019.

²⁰⁸ *Boletín UNAM*, “De cada 100 mexicanos 15 padecen depresión”, Ciudad de México, 26 de junio 2019.

²⁰⁹ *Idem*.

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

fisiológica, biológica ni genética. La doctora Clara Fleiz Bautista explica esta proporción en función de “la discriminación, la desigualdad laboral, los conflictos entre ser madre, esposa y trabajar” que viven las mujeres de nuestro país de manera cada vez más cotidiana.²¹⁰ A estas lamentables condiciones de vida habría que agregar, sin duda, la creciente violencia contra ellas, que se expresa lo mismo en el incremento de todo tipo de acoso que en el maltrato físico o psicológico diario que dramáticamente muchas veces conduce al feminicidio.

La Ensanut (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición) registró que 6% de los adolescentes mexicanos de entre 10 y 19 años interrogados entre 2018 y 2019 confesó sentirse deprimido por lo menos tres veces a la semana, mientras que 14% respondió no disfrutar la vida más de dos días a la semana.²¹¹ En México, la depresión es la tercera causa de suicidios entre la población de 14 a 25 años, y afecta sobre todo a las personas que oscilan entre los 12 y los 35. A pesar de estas cifras, en 2018 se otorgó solamente 2% del presupuesto destinado a salud para atender esta enfermedad.²¹²

Como se ha señalado ya, el trastorno depresivo es una enfermedad compleja que no tiene una sola causa ni un solo modo de tratarse. En algunos casos, es posible que realmente se requiera del uso de medicamentos psiquiátricos que puedan ayudar a mejorar la producción y regulación de los neurotransmisores cerebrales vinculados con la alegría, la tranquilidad o

²¹⁰ *Idem.*

²¹¹ Erick Ramírez Martínez, “La Depresión ronda a nuestros jóvenes”, *El Sol de México*, 21 de enero de 2020. Esta nota se publicó algunos días después del tiroteo en el que un niño de 11 años asesinó e hirió a varios de sus maestros y compañeros en el Colegio Cervantes de Torreón.

²¹² Elizabeth C. Velázquez y Manuel Lino, “Depresión en 2020 será la principal causa de discapacidad en México”, *Animal Político*.

MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

el placer. Sin embargo, estos fármacos no pueden consumirse como resultado de la automedicación y deben ser prescritos de manera responsable por especialistas verdaderamente comprometidos con el cuidado de la salud y la integridad física, emocional y espiritual del ser humano.

Además, hoy se reconoce que un verdadero tratamiento contra la depresión no puede limitarse al consumo de antidepresivos, sino que siempre debe incluir terapias psicológicas, cognitivo-conductuales o psicoanalíticas, que promuevan un proceso de verdadera curación emocional y que permitan al sujeto autoconocerse a partir de que este confronte y toque su dolor y sufrimiento de manera conciente. Es evidente que el Estado mexicano tiene la obligación de proporcionar todos los medios necesarios para garantizar la atención médica y psicológica a toda la población deprimida que así lo requiera.

Pero la depresión sólo puede tratarse realmente de manera conjunta y comunitaria. Ciertamente, el Estado tiene que asumir su responsabilidad pública y ofrecer las instituciones y los especialistas médicos capaces de guiar a los enfermos en su proceso de curación. Sin embargo, en nuestro país el combate a la depresión sólo será verdaderamente posible si comprendemos sus causas sociales, económicas y culturales y entre todos buscamos combatirlas. Efectivamente, el primer paso para tratar este terrible padecimiento emocional es aprender a reconocer el dolor de uno mismo, pero sobre todo, el del otro; asumir que vivimos en un país lleno de tensiones, problemas, contradicciones, violencia, injusticia y desigualdad que enferman y causan gran sufrimiento entre toda la población sin importar el sector, el género o el grupo social al que se pertenezca. En nuestro país el dolor ajeno y propio existe y ya es tiempo de reconocerlo, asumirlo y hacer algo con ello.

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

En las décadas más recientes, nuestro país se ha convertido en un territorio cuyo clima emocional ofrece escenarios de muerte e inseguridad que cada día resultan más insoportables de sobrellevar. Los feminicidios que aumentan cada día, los cuerpos de jóvenes mutilados que aparecen en bolsas de plástico para la basura, los desaparecidos, los niños secuestrados, las masacres y enfrentamientos entre grupos que se disputan el control de sus territorios, son solamente algunas de las realidades cotidianas que poco a poco y de manera terrible se han ido incorporando a nuestra normalidad generando un universo sensible en el que prevalecen el miedo, la sensación permanente de amenaza y la convicción de que la vida es hostil, caótica y adversa.

Todos sabemos que hoy, México es un país donde el sistema de justicia es inoperante, donde la violencia física y emocional se vuelven cada día más presentes y donde la pobreza crece a niveles alarmantes. En un mundo como éste, la existencia se cubre y se oscurece con fuertes dosis de dolor, a veces indescriptibles. Aquí, las pérdidas son muchas y se presentan y aparecen de manera constante. Hoy, México es un país de cuerpos adoloridos y cansados; un país de hombres y mujeres condenados a la miseria material y espiritual, una nación de sujetos en gran parte alienados y desesperanzados.

No ayudan el enojo, la división ni el resentimiento que se han generado en los años más recientes. El tejido social está prácticamente roto y la confrontación que los mexicanos viven unos contra otros se manifiesta no sólo en las batallas de clase, en el recelo que muchas mujeres sienten hacia los hombres o en los enfrentamientos cotidianos en las comunidades dominadas por el narco y el crimen organizado. El odio y la desconfianza hacia el otro impiden cualquier intento por reconstruir los vínculos o la cooperación social. Hoy, nuestro país vive uno

MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

de los momentos más difíciles por los que ha atravesado históricamente; las ausencias y las pérdidas son muchas y es muy probable que cada día sean mayores. A la falta de un orden judicial claro, de garantías individuales, de seguridad cotidiana, de oportunidades reales se suma la falta de contención social a partir del verdadero fortalecimiento de instituciones que permitan el desarrollo de relaciones sociales construidas sobre la conciencia del bien común.

Ciertamente, la llegada de la pandemia del COVID-19 no ayudará tampoco. A la desolación ya existente en nuestro país habrá que sumar la presencia de más muertos y de mucha gente enferma y cansada que tendrá que debatirse al tener que elegir entre cuidar su salud o salir a trabajar para no morir de hambre. El desempleo generado por la crisis económica será inevitable, mientras que es muy probable que los niveles de violencia e inseguridad también se incrementen en esta muy desoladora pero real “nueva normalidad” mexicana.

Frente a esta perspectiva sin duda lacerante y triste, los retos que aparecen frente a nosotros son muchos. Es nuevamente Sara Ahmed quien en alguna de sus reflexiones se ha preguntado qué debe hacer una sociedad con el dolor y el sufrimiento colectivo.²¹³ Hoy, su pregunta nos viene muy bien a los mexicanos, quienes en los próximos años sin duda tendremos que hacer frente a una realidad por demás compleja y difícil de transitar.

Nos toca a todos intentar contestar dicha pregunta; no será en estas páginas que se ofrezca una respuesta definitiva, pero parecería que lo primero que tendríamos que hacer como sociedad para combatir tanto dolor es asumir que hoy todos vivimos rodeados de él, formamos parte de él y nos ve-

²¹³ Sara Ahmed, *op. cit.*, p. 48.

ESTELA ROSELLÓ SOBERÓN

mos afectados por él. Es decir, parecería que el primer paso a fin de iniciar un tratamiento para paliar o curar nuestros dolores históricos, culturales y sociales debería ser dejar de negarlos, dejar de intentar hacerlos invisibles.

Ahora bien, es importante insistir en que reconocer el dolor que enferma a la sociedad mexicana de hoy no puede ser, de ninguna manera, profundizar las heridas, regodearse en las cicatrices, abrir una y otra vez las llagas históricas para convertirlas en un discurso que en lugar de movilizar nos a la reconstrucción, a la búsqueda de nuevas formas de solidaridad, de cooperación y de empatía nos paralicen en el resentimiento, en la polarización y en la sed de venganza.²¹⁴

La sociedad mexicana no se merece eso. Los mexicanos necesitamos reconocer nuestro dolor, nuestras múltiples causas de dolor para emprender una búsqueda inteligente y consciente de nuestras pérdidas. La depresión, decía Freud, sólo puede curarse cuando se transita por el proceso del duelo. Hoy y durante los próximos años, es necesario que nuestro país elabore muchos duelos, todos los duelos que se requieran para crear nuevos vínculos solidarios que promuevan el desarrollo humano entre todos los mexicanos.

Decía Bertolt Brecht que la esperanza siempre resurge allí donde el ser humano descubre que “algo falta”.²¹⁵ Es en ese vacío melancólico y doloroso que la conciencia individual permite al sujeto imaginar y crear nuevas rutas para construirse

²¹⁴ Aquí sigo a Ahmed cuando retoma a Wendy Brown para explicar cómo los regímenes políticos que hacen de las heridas históricas el pilar de las identidades colectivas imposibilitan hacer política y solamente promueven la venganza. Ver Ahmed, *op. cit.*, p. 65.

²¹⁵ Es Joke Johannetta Hermsen en su libro sobre la melancolía en tiempos de incertidumbre quien recuerda esta idea de Brecht. Joke Johannetta Hermsen, *La melancolía en tiempos de incertidumbre*, Siruela, Madrid, 2019, p. 124.

MELANCOLÍA Y DEPRESIÓN EN EL TIEMPO

una vida o un mundo mejor. En el caso de nuestro país, los mexicanos deberíamos aprovechar este periodo triste, doloroso y deprimente para despertar y buscar, por todos los medios, construir una sociedad más justa, igualitaria, libre y democrática que brinde a todos los hombres y mujeres la posibilidad de vivir seguros, tranquilos y en paz. Una sociedad que reconozca, ante todo, que todos los mexicanos, sin importar su clase, etnia, género o credo religioso, somos iguales, y que lo somos porque todos poseemos exactamente la misma dignidad humana, esa cualidad que en los últimos años se ha olvidado y dañado y que hoy, más que nunca, es necesario recuperar, cuidar y defender para construir un verdadero orden de bienestar.