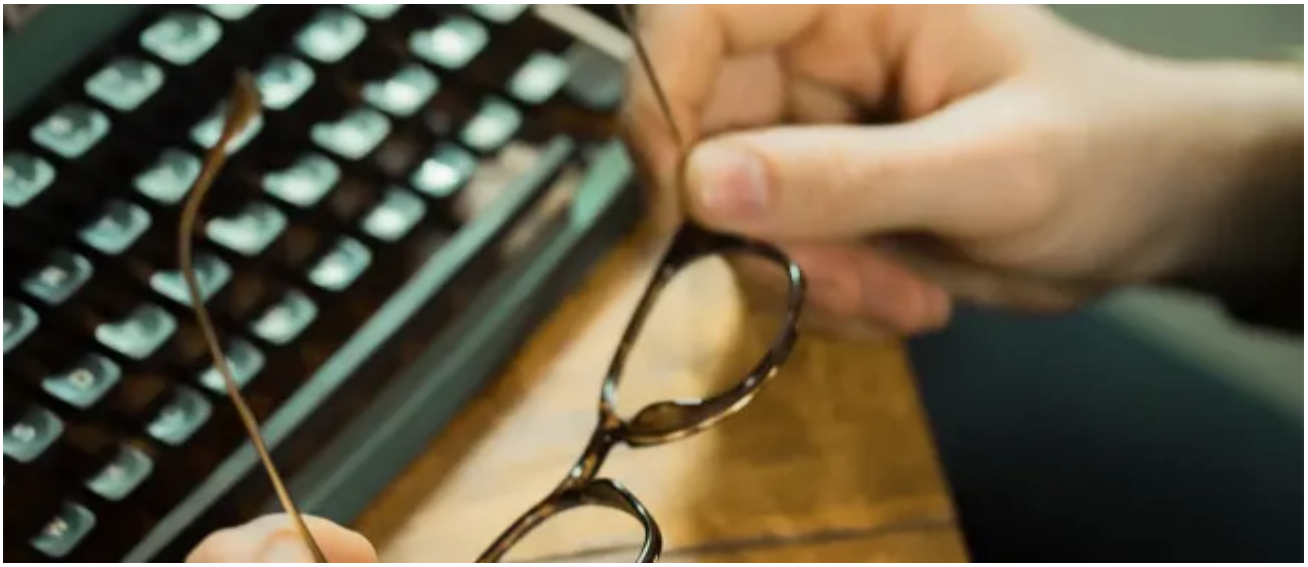
¿Crisis de salud mental o crisis de expectativas?



Tiempo de lectura: 5 min.

David Rieff

La definición médica original del trastorno de estrés postraumático (TEPT) la dio por primera vez la Asociación Estadounidense de Psiquiatría en 1980 en la tercera edición de su Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, comúnmente conocido como DSM-III, como un factor estresante catastrófico que estaba fuera del rango de la experiencia humana habitual. Los autores del diagnóstico original de TEPT tenían en mente sucesos como la guerra, la tortura, la violación, el Holocausto nazi, los bombardeos atómicos de Hiroshima y Nagasaki, las catástrofes naturales (como terremotos, huracanes y erupciones volcánicas) y las catástrofes provocadas por el hombre (como explosiones en fábricas, accidentes aéreos y accidentes de automóvil). Desde este punto de vista, los sucesos traumáticos eran claramente diferentes de lo que los psiquiatras y psicólogos de la época consideraban “estresores” muy dolorosos –por utilizar el término de la jerga– que forman parte integrante de todas las vidas humanas, como el divorcio, el fracaso, el rechazo, las enfermedades graves, los reveses financieros y similares.

Pero en 2013, cuando se publicó el DSM-V, el diagnóstico de TEPT ya no requería la exposición a lo que ahora se denominaban “acontecimientos catastróficos de gran magnitud” de la definición original, como la exposición al combate o la agresión sexual con violencia, sino que también se consideraba justificado por los

denominados “acontecimientos de menor magnitud”, como enterarse de que un familiar había muerto o presenciar una pelea. En otras palabras, ahora no solo se incluían acontecimientos que forman parte normal de las vicisitudes de la vida y que casi todo el mundo experimenta en algún momento entre el nacimiento y la muerte, sino que ni siquiera era necesario experimentarlos directamente.

Esta “inflación de grados” de lo que constituye un trauma es la nueva normalidad para las burocracias educativas, de salud pública y psicoanalíticas y terapéuticas. El hallazgo reciente ampliamente difundido (y en gran medida aceptado acríticamente) de un estudio de la Universidad de Alabama-Birmingham publicado en el Journal of the American Medical Association (JAMA) había aumentado un 4,1% entre 2017 y 2022 y ahora afectaba al 7,5% de los estudiantes universitarios estadounidenses es un emblema del consenso actual. Los autores del estudio sugerían que “la pérdida de seres queridos durante la pandemia” y los “traumas raciales” habían contribuido al aumento. Otro estudio iba más allá, y afirmaba que “en 2020-2021, >60% de los estudiantes cumplían criterios para uno o más problemas de salud mental, un aumento de casi un 50% desde 2013”, todo ello en un contexto en el que, según la Evaluación Nacional de Salud Universitaria de 2021 de la American College Health Association, en términos de salud estrictamente física, el 87% de los universitarios describían su salud como “buena, muy buena o excelente”.

Si esos datos son correctos, la enfermedad mental, más que la salud mental, se está convirtiendo en la norma entre los jóvenes de Estados Unidos. Ante algunas de las expresiones más lunáticas de las manifestaciones estudiantiles pro-Palestina que han estallado durante la guerra de Gaza, creer esto puede resultar tentador. Pero en realidad lo que se ha producido es una bajada general del listón de lo que es y no es traumatizante. Dada la creciente hegemonía en toda la cultura de una subjetividad radical en la que, en el caso concreto de la salud mental, al igual que en el de la identidad de género, se afirma que lo que uno siente y lo que uno es son indistinguibles y que es una afrenta moral no tomar al pie de la letra la autodescripción de cualquier individuo, no podría ser de otro modo.

La expansión radical de la definición de lo que constituye el TEPT para incluir prácticamente cualquier experiencia infeliz es simplemente el caso más extremo de este nuevo anormal –ahora lleva el imprimatur de la Asociación Estadounidense de Psicología (APA, por su siglas en inglés). Según la APA, que a finales de 2023 publicó un informe titulado Stress in America ™ [sic] 2023: A nation grappling with psychological impacts of collective trauma, “Los estudiantes universitarios de hoy

también están haciendo malabares con una vertiginosa variedad de desafíos, desde el trabajo del curso, las relaciones y la adaptación a la vida del campus hasta la tensión económica, la injusticia social, la violencia masiva y las diversas formas de pérdida relacionadas con covid-19”. La realidad, sin embargo, es que parte de esta “vertiginosa variedad”, como el “trabajo del curso” y la “adaptación a la vida del campus”, siempre ha sido un elemento integral de lo que es un estudiante universitario, mientras que las “relaciones” son simplemente parte de constituir un ser humano. Y aunque es posible que los universitarios de hoy en día sean más conscientes de la injusticia social y la presión económica, estas no son peores que en el pasado; en realidad, podría decirse que son mejores. De hecho, el único componente del menú de desafíos de la APA que puede considerarse traumático en el sentido de la definición original de TEPT como tragedia o conmoción fuera del rango de la experiencia humana normal es la pandemia de covid.

La explicación más probable de la crisis de salud mental de los jóvenes es que se trata de una crisis de expectativas. Y si su respuesta parece a menudo una forma de histeria colectiva, no se trata de algo de lo que se les pueda responsabilizar con justicia. Por el contrario, son víctimas de la fusión de la cultura del “bienestar”, que ha dominado el imaginario estadounidense durante tantas décadas y que, contrariamente a lo que suponen algunos críticos, no debe nada a la política identitaria y al woke, con el lenguaje de los derechos que está en la raíz de estas expectativas de serenidad y bienestar psíquico que ninguna otra generación a lo largo de la historia de la humanidad, ni en Estados Unidos ni en ningún otro lugar, ha imaginado que se les debiera. El resultado ha sido, en efecto, un desastre psicológico colectivo, solo que no el que los psicólogos creen que es. Lo que realmente ha sucedido es que a los jóvenes se les ha vendido una mercancía: la promesa fraudulenta de que sus deseos deberían ser sus destinos.

Publicado originalmente en Desire and Fate.

Traducción del inglés de Daniel Gascón.

Letras Libres

18 de junio 2024

https://letraslibres.com/cultura/crisis-de-salud-mental-o-crisis-de-expectativas/18/06/2024/

ver PDF

Copied to clipboard