

Atención psicoterapéutica remota

Susana Kuras Mauer¹ para La Nación

La contención emocional de la población en tiempos de crisis se convierte en una prioridad para quienes trabajamos en Salud Mental, Cada profesión, tendrá que ocuparse, desde su especialidad de asistir, de esclarecer, de apaciguar y ayudar a procesar los efectos psíquicos de tanta conmoción.

Tiempos inciertos, inquietantes van impregnando de angustia nuestros días dentro de las fronteras de cada casa. La sensación opresiva de saber que esto es tan solo el comienzo de un invierno duro por delante, asusta a todas las edades.

La atención psicoterapéutica remota es una herramienta clave para dar continuidad a las sesiones de análisis en esta coyuntura de emergencia. Cómo se implementa? El dispositivo clínico clásico se replica a distancia. Cuidando rigurosamente la hora y el hermetismo propio de la sesión, paciente y analista combinan una plataforma para comunicarse -videollamada, skype, facetime, Zoom- y en ese espacio virtual transcurre el encuentro. En un principio resulta algo extraño para aquellos pacientes que nunca tuvieron sesiones a distancia, pero a poco de andar, la tensión se afloja.

¹ Magister Susana Kuras Mauer

Por qué es importante no interrumpir el análisis en momentos como el actual? Siendo hoy el aislamiento la mejor vacuna para prevenir la expansión descontrolada de la pandemia, es crucial cuidar cierto equilibrio psíquico para atravesarla.

En este lento pasar de los días las ansiedades claustrofóbicas dan sus primeras señales de agobio. Puertas adentro el virus no contagia, pero el miedo se cuela tanto por la crudeza de la información como por una circulación ininterrumpida en las redes sociales de material que corroe y angustia. Y el miedo es muy contagioso, sobre todo en momentos de vulnerabilidad emocional. Como en una partida de ajedrez, la sociedad en su conjunto está en jaque, encerrada, sin margen de maniobra y con el riesgo de que un virus indeseable nos corone. Cuando la angustia avasalla, impotentiza, debilita y junto con ella crecen los miedos.

Los dispositivos psicoanalíticos a distancia son un sostén terapéutico que no necesita cuarentena, por el contrario se convierte en un espacio fértil para procesar los embates anímicos que nos aquejan. Un espacio también para posicionarnos mejor frente a esta crisis planetaria y a la necesidad de regenerar confianza apelando a la creatividad que como dijera Albert Einstein, “nace de la angustia como el día nace de la noche oscura”

