

¿El sueño regio?

"La interpretación de los sueños es la vía regia hacia el conocimiento de lo inconsciente dentro de la vida anímica"
Freud

Camilo Ramírez Garza

En 1921 Freud publicó Psicología de las masas y análisis del yo. En la cual planteo, entre otras cosas, que toda psicología individual es al mismo tiempo psicología social. Cada drama individual posee las marcas del colectivo. ¿Por quién doblan las campanas? Escribió Hemingway.

Recientemente se ha mencionado por diversos medios la expresión "El sueño regio" a partir del cual se enlista una serie de características que identificarían a los regios; donde además de los clichés sobre comer carne asada, cabrito y machacado con huevo, si se le va a los Tigres o a los Rayados, se habla de solidaridad, don de gentes, lo claridoso, lo trabajador y ahorrativo - por no decir codo- la posibilidad de ha-

cerle frente a las crisis, etc. de los regios. Tales valores, como también se les han llamado, poseen un reverso pocas veces reconocido, pues "la verdad cala" y conviene dejarla afuera. De ahí que se intente instrumentar una lógica de "Aquí no pasa nada": "Estamos padeciendo crisis que vienen de afuera", decía el ex gobernador de NL Natividad González Parás, para referirse a la crisis económica, la delincuencia y la influenza, entre otros asuntos, aún pendientes.

Tomemos un caso paradigmático para abordar ciertos elementos del reverso de dicho "Sueño regio". Siguiendo lo que Freud sostiene respecto al sueño como vía regia de acceso a lo Inconsciente, nos preguntamos: ¿Qué es lo que nos revela "el sueño regio" sobre nuestra individualidad-colectividad? Recientemente salió a la luz, casi literalmente, el caso de una joven, Mayela Saldaña Salinas quien por 20 años estuvo recluida en su casa. (¿Honor a su apellido: Sal-daña, salir daña?) Sus

padres fallecieron, ella pudo salir. Lo primero es pensar que la tenían recluida a la fuerza. En diversas entrevistas expresó que sus padres le decían que era mejor no salir, pues luego la visitarían. (¿No es caso el sentir de muchos regios, mejor no salir?) El caso escandalizó el tiempo justo que duran las notas en los medios hoy en día, un instante. De 34 años, Mayela comienza a recorrer las calles de la ciudad en la que ha vivido, pero no conoce. Una nota decía que cumpliría 15 años ahora a sus 34.

Tomemos lo que sucedió al salir, pasemos del padecimiento individual a lo que nos muestra del colectivo regio. Diversos medios, dependencias de gobierno y particulares se comunicaron para darle su apoyo: le hicieron un cambio de imagen, corte y tinte de pelo, maquillaje, salidas, paseos. Le preguntaban si quería trabajar, contestaba que no sabía, que solo quería su casa limpia y muebles en buen estado. ¿No es acaso el ideal de muchos regios:



tener casa, coche, verse bien sin importar lo que suceda al rededor... y a veces sin trabajar? ¿Por qué no ofrecerle una síntesis de las noticias, platicarle que ha pasado en todo este tiempo? No por nada se nos ha calificado como una sociedad poco politizadas, en donde "circo, maroma y teatro" son efectivos.

"La civilización termina donde comienza la carne asada" expresó José Vasconcelos. ¿Podremos pasar a ser una individualidad-colectividad informada, crítica y actuante a pesar de que el mayor rating de la televisión local lo posean programas de concursos y comentarios idiotizantes? ¿No será más

bien que dicho "sueño regio" se refiere a quedarnos dormidos, cerrar los ojos, dormimos en nuestros laureles, a infantilizar a los adultos... fiestas de 15 años a los 34? ¿Será ese el perfil ideal -para las autoridades- del regio, que se crea rey, pero es gobernado por su ignorancia, comprando y comprando, gozando y gozando, creyendo dormir un sueño apacible sin salir a la calle, pues "saldaña" quedando capturado por el miedo, cediendo sus espacios y garantías ante el crimen, tanto de grupos delictivos como del mismo Estado?

camilormr@gmail.com
http://camiloramirez.jimdo.com



Habían asociado la depresión materna con la alteración del crecimiento infantil.

Depresión materna no afecta crecimiento infantil

Nueva York, EU.-

Los hijos de mujeres con depresión postparto prolongada no tendrían problemas con el crecimiento y el peso, según un nuevo estudio.

En teoría, la depresión materna, especialmente si es prolongada, puede alterar el crecimiento de los bebés y de los niños pequeños. No sólo puede generar dificultades en el amamantamiento sino que, en estadios más avanzados, puede hacer que las madres no controlen si sus hijos comen sano.

Un equipo de Brasil estudió a casi 3 mil 800 niños y a sus madres durante los primeros cuatro años de vida de los niños. El 30 por ciento de las madres sufrieron depresión postparto en algún momento, incluido un 5 por ciento que tuvieron síntomas durante todo el estudio.

Al principio, los hijos de las

mujeres con depresión prolongada parecían tener más riesgo de no ganar altura -eran más bajos que lo indicado para la edad- y de tener bajo peso.

El 6 por ciento de los hijos de madres depresivas tuvieron un crecimiento atrofiado, a diferencia del 3 por ciento de los hijos de mujeres sin depresión después del parto. El bajo peso en esos dos grupos de niños afectó al 4 y al 1 por ciento, respectivamente.

De todos modos, al considerar factores como el ingreso familiar y la educación materna, la depresión postparto no siguió asociada con el crecimiento infantil. El equipo de la doctora Ina S. Santos, de la Universidad Federal de Pelotas, publicó los resultados en Journal of Pediatrics.

Según los autores, los resultados sugieren que, si bien el retraso del crecimiento fue más común en los hijos de mujeres con depresión crónica, el origen del problema es otro.

De todos modos, señalaron que eso no sería una verdad universal.

Estudios previos en India y Pakistán, por ejemplo, habían asociado la depresión materna con la alteración del crecimiento infantil.

Es posible, escribió el equipo, que en algunos países donde las mujeres "enfrentan grandes adversidades y tienen menos poder de decisión y autonomía", la depresión impida que una madre supervise la alimentación de su hijo.

Los resultados destacan también cuán frecuente es la depresión postparto: el 30 por ciento de las madres del estudio tuvieron depresión en algún momento de los primeros cuatro años de sus hijos.

Esa prevalencia tan alta, aseguró el equipo, sugiere que "los trabajadores de la salud tienen que estar preparados para controlar y reconocer la depresión materna para tratarla adecuadamente".



Psicoterapia breve

Regina Kuri

“Es lunes otra vez, además de estar empezando la semana, lo cual siempre es muy pesado, me siento como que no voy a lograr terminar el día”.

Con este pensamiento me levanto, literalmente arrastrando la cobija, pongo café en la cafetera, y procuro no volver a la recámara puesto que de hacerlo, de inmediato podría volver a meterme en la cama y volver a dormir.

Me ataca la inercia. Me atormenta la idea de ir al trabajo, a pesar de que normalmente lo disfruto; lo único que cabe en mi cabeza es la idea de estar bajo las cobijas y no salir hasta el día siguiente. Por supuesto que lo he hecho, pero el día que le sigue es aún peor, pues lejos de sentirme mejor me hundo más y la salida se convierte en un doble esfuerzo.

“He aprendido que quedarme en mi casa me afecta mucho, pero aún no entiendo porqué me entran estas temporadas tan espantosas de apatía y depresión. No creo que sea casualidad, pues son recurrentes, y los días buenos, en los que me siento motivada, cada vez son menos. ¿Qué hacer?”

Laura, 36 años

Sinceramente me he identificado muchas veces con Laura, esa pesadez para hacer las cosas, la batalla campal con los pensamientos de soledad, angus-

tia y miedo.

Estos pueden ser causados por vivencias de la infancia, eventos rezagados en la memoria que salen a la relucir de manera velada desde el inconsciente, cuando en la actualidad nos tenemos que enfrentar a algo nuevo.

En especial los miedos: el temor a establecerse retos y metas, por ejemplo, o a relacionarnos y dejarnos ir.

Muchos cuestionamientos para los que honestamente no siempre encontramos respuestas que nos sean útiles o satisfactorias. Así pasan los días, y a pesar de que sí logremos salir delante -de una u otra forma- con la realización de nuestras tareas diarias, las emociones poco a poco se tornan más negativas, o peor aún, estériles.

Mientras más tiempo pasa, más ayuda necesitamos, pero menos nos damos la oportunidad de buscarla. Quizá antes se hayan buscado algunas opciones: libros de autoayuda que no llegan en el momento adecuado, terapias fallidas y costosas, o simplemente no se tiene confianza en la ayuda externa y preferimos quedarnos así.

Como que nos hacemos tolerantes al malestar, aumentamos la dosis de café, buscamos placebos, beber alcohol o consumir drogas, recurrimos a lo menos indicado para aliviar el dolor.

Hoy en día es difícil acudir a una terapia, aunque esté de moda, pues no todo el mundo puede darse el lujo de pagarla,

y mucho menos de enfrascarse en un laberinto de sesiones que muchas veces no llevan a nada.

Claro, depende también del paciente, habrá quien requiera más sesiones, e incluso años, para ordenar el pasado que no deja vivir a plenitud el presente.

El tiempo es una limitante, así como las demandas de la vida diaria, el trabajo, la familia, los compromisos, la familia o simplemente el que nos volvemos menos tolerantes ante las cosas de las que no podemos obtener resultados inmediatos.

Una buena alternativa de solución a este tipo de problemas es la psicoterapia breve, la que cumple con satisfacer las necesidades de la sociedad actual.

Ésta pretende producir cambios de largo alcance sobre problemas complejos y severos en la vida, comparables a los que surgen en el psicoanálisis de larga duración, pero adaptando la técnica a un plan breve.

Las ventajas son el obtener el psicodiagnóstico de la personalidad, que sólo es por poco tiempo, que se trata un tema específico con resultados concretos y que el costo es menor en relación a un tratamiento prolongado.

Busca más información en www.psicoterapiabreve.com.mx

Date la oportunidad de decidir el camino por el que quieres ir. No se puede dar marcha atrás al reloj, pero sí se le puede dar cuerda nuevamente.

En Twitter/ @reginakuri

El Universal

Hallan claves en búsqueda de fármacos para demencia



La demencia afecta a alrededor de 35 millones de personas en el mundo y la cifra se prevé que se multiplicará.

dan a regular esos cambios y se utilizan en el tratamiento de algunos tipos de cáncer.

Andre Fischer, del Instituto Europeo de Neurociencia, en Goettingen, Alemania, que trabajó en el estudio de los ratones, dijo que ahora se pueden crear versiones más personalizadas de esos fármacos para tratar a los pacientes con demencia o Alzheimer.

“Hemos terminado la primera fase, la fase preclínica, y ahora es tiempo de que la industria farmacéutica realmente intente poner esto en práctica”, dijo a Reuters en una entrevista telefónica.

La demencia afecta a alrededor de 35 millones de personas en el mundo y la cifra se prevé que se multiplicará con el envejecimiento de la población.

Pese a que la ciencia investiga estas enfermedades desde hace décadas, los médicos aún tienen pocas armas efectivas para luchar contra la demencia y el Alzheimer, que es la forma más común de deterioro cognitivo.

En el estudio, Fischer y su equipo dieron varias tareas a grupos de ratones de 3, 8 y 16 meses para ver a qué edad

comenzaba a decaer su función mental.

Luego de identificar que los ratones de 16 meses eran los que aprendían más lento, los investigadores estudiaron sus cerebros y hallaron que el proceso de acetilación H4K12 ya no funcionaba.

En consecuencia, no podían regular adecuadamente los niveles de genes asociados con el aprendizaje y la memoria y tampoco podían usar las mismas funciones cerebrales claves que aplicaban los ratones más jóvenes para aprender.

Cuando los científicos les dieron un fármaco que restauró la acetilación y permitió volver a “encender” los genes del conocimiento, los ratones de 16 meses lograron aprender y restaurar sus memorias una vez más.

En un comentario sobre el estudio, que fue publicado en la revista Science, David Sweatt, del departamento de neurología de la University of Alabama, en Estados Unidos, dijo que ahora los científicos estarían “un paso más cerca de entender la pérdida de memoria relacionada con la edad y de desarrollar un fármaco que pueda ayudar a restablecer la memoria”.

