

# No hay amor sin humor

*“El amor verdadero no es la idealización del otro, eso es fácil, sino ver en lo trascendente y sublime en lo cotidiano”*  
Slavoj Zizek

Camilo Ramírez Garza

**E**l amor nos muestra, día a día, experiencia tras experiencia, que es un fracaso para... ¿Llorar? ¿Jugar? ¿Reír? ¿Huir? ¿Morir? ¿Vivir?... “Haga lo que sea, de cualquier forma siempre estará mal” (Sigmund Freud)

Jacques Lacan decía “No hay relación sexual” (O lo que hay es una no-relación sexual”) y esto no se refería necesariamente a los casados, sino se remite a que no hay posibilidad de realizar completamente el propio deseo en el otro; el otro, ese amado me plantea la confrontación con la imposibilidad de...experiencia que la idealización experimenta como frustración y que los psicoanalistas y comediantes bien saben que es inherente a la condición humana (el malentendido, el conflicto, el fracaso) en tanto hablantes. Por ello el amor, desde una óptica psicoanalítica, es al igual que el humor, el triunfo de un fracaso.



Del drama a la tragicomedia (“Si usted ha entendido, seguro está equivocado”, Jacques Lacan) avanza quien reconoce relación tras relación amorosa fallida – valga la redundancia – una posibilidad más que un fracaso, pues es de las fallas que se produce un

sujeto nuevo, para los amantes que se encuentran y entrelazan, aman, abrazan, alejan, y que a veces, bajo ciertas condiciones también se golpean e insultan, como único encuentro posible de momento.

“Haga lo que sea siempre estará



mal” - le dijo Freud a una madre quien le había preguntado cómo amar y ser una buena madre para sus hijos. Bien podría valer para cualquier enamorado/a que desea lo imposible: a priori hacer lo correcto para no sufrir a futuro. Cosa por demás complicada, pues al querer evitar un problema se producen mil.

Los problemas de las relaciones amorosas no son “fallas de calidad” como lo ve la calidad industrial que produce objetos en serie, esa con la que se quiere desde hace varios años evaluar y someter a los humanos, sino experiencias que surgen para revelar algo de la verdad singular (esa

verdad que se oculta a la vista, la verdad Inconsciente, diríamos psicoanalíticamente hablando) de nosotros mismos y de los vínculos que establecemos. En ese sentido, los problemas son mensajes cifrados que “Entre problema y problema...”, justo como “Entre broma y broma...” la verdad se asoma. ¿Qué te revelan tus problemas? ¿Qué te dicen? ¿Por qué tienes esos y no otros? Interrogantes que hacen el inicio de un análisis de lo que sucede en el amor...

Psicoanalista  
<http://columnacamilo.jimdo.com>  
Twitter: @CamiloRamirez\_

## Pintar, bailar, crear para envejecer mejor

¿Puede el arte ayudarnos a envejecer con dignidad? Para mediados de siglo decenas de millones de personas sufrirá de Alzheimer, por lo que científicos están explorando nuevas formas de tratarlo, como con el baile y la pintura.

Quienes favorecen el arte han argumentado por mucho tiempo que la creatividad puede ayudar a las personas de la tercera edad.

Y un grupo de científicos comenzó a investigar ahora cuán cierto es esto.

Shula Strassfeld contiene la emoción mientras recuerda haber bailado con su padre de 92 años, que está en silla de ruedas y sufre de demencia.

“Fui a visitarlo para su cumpleaños y bailamos. Puse música y comencé a rotar su silla de ruedas. ¡Que mirada tenía! Eso no tiene precio”.

“Aunque al día siguiente no recordaba lo que había pasado, su alma sí; su cuerpo sí. Algo en él cambió con esa experiencia. Estaba más alerta, más activo. Cuánto me gustaría poder hacer eso todos los días”, dice.

Strassfeld, de 66 años, es bailarina profesional, profesora de danza y miembro de Dance Exchange, una compañía basada en Washington, que ha colaborado con neurocientíficos y

organizaciones independientes del área de la salud para explorar los beneficios de la música y el movimiento en personas de la tercera edad.

Dice que hay una gran evidencia anecdótica de estos beneficios.

Ahora, científicos señalan que el intento de Strassfeld de conectar con su padre a través del baile, puede tener méritos.

### EL BAILE ESTIMULA EL CEREBRO

Muchos señalan que el arte y la música activan muchas funciones del cerebro.

Los investigadores señalan que la danza puede beneficiar a las personas con demencia, por su capacidad de estimular muchas funciones del cerebro.

“Con la danza coreográfica, uno no sólo ejercita el cuerpo, si no que también escucha música y se mueve al unísono”, dice Thomas Prohaska, decano del College of Health and Human Services de la Universidad George Mason, en Fairfax, Virginia.

Un nuevo informe sobre las artes y el envejecimiento de la National Academies de Estados Unidos advierte

que el número de estadounidenses afectados de Alzheimer más que se duplicará para el año 2050, pasando de 5,1 millones a 13,2 millones.

El costo directo del cuidado de éstos pasará de US\$ 729 mil millones a US\$1,1 billones en el mismo período.

El informe explora de qué manera las artes pueden contribuir a combatir los síntomas de enfermedades crónicas como éstas, y recomienda que se realicen más investigaciones al respecto.

“La mayoría de los estudios que han tratado de demostrar este impacto, no han llenado los estándares de la investigación científica”, señala Lis Nielsen, directora de la división de Conducta e Investigación Social del Instituto Nacional sobre Envejecimiento (National Institute on Aging ANI), de Estados Unidos.

“Además de eso, hay muy pocos estudios basados en un análisis costo-beneficio. Para dirigir fondos a programas de artes de este tipo y promover su adopción en la sociedad en general, tenemos que demostrar que hay beneficios probados para la salud”, dice.

Es por eso que Instituto Nacional sobre el Envejecimiento está financiando investigaciones sobre cómo el arte



La danza puede beneficiar a las personas con demencia.

puede ayudar a la gente a envejecer de forma más saludable.

“Por un lado, queremos saber algunas cosas básicas, como por ejemplo de qué manera el arte ayuda a mejorar la función cognitiva, la percepción y otras capacidades organismo”, destacó.

“Por el otro, estamos interesados en cómo desarrollar programas que tengan un impacto en la salud de la gente. Si identificamos que un programa específico tiene beneficios, la prioridad es cómo hacerlo accesible a mucha gente”.

### PAPEL IMPORTANTE

Investigaciones sobre el tema son ahora una prioridad para el gobierno de Estados Unidos.

Cerca de 40 millones de estadounidenses, el 13% de la población, tiene más de 65 años y 5,5 millones ha sobrepasado los 85 años. Y muchos de ellos sufren de enfermedades crónicas.

“El sistema de salud realmente tiene que focalizarse más en la prevención entre adultos mayores, para mejorar su salud y ayudarlos a mantenerla”, señala Prohaska.

“Yo creo que el arte tiene un papel importante. Cuán determinante, aún no sabemos”.

Aunque no hay evidencia definitiva de sus beneficios, ya muchos programas de salud incluyen terapias basadas en el arte y la música.

El Centro de Artes y Bienestar (Iona's Wellness and Arts Center), en

Washington, incorpora el arte en todas las áreas de servicios para personas de tercera edad.

El centro tiene un residente de 93 años que es artista, cura exhibiciones en las instalaciones y colabora con uno de los más viejos museos de arte del país, la Collection Phillips (Phillips Collection).

Según Gay Hanna, directora ejecutiva del Centro Nacional para la Vejez Creativa, estas actividades son parte de un enfoque holístico del envejecimiento.

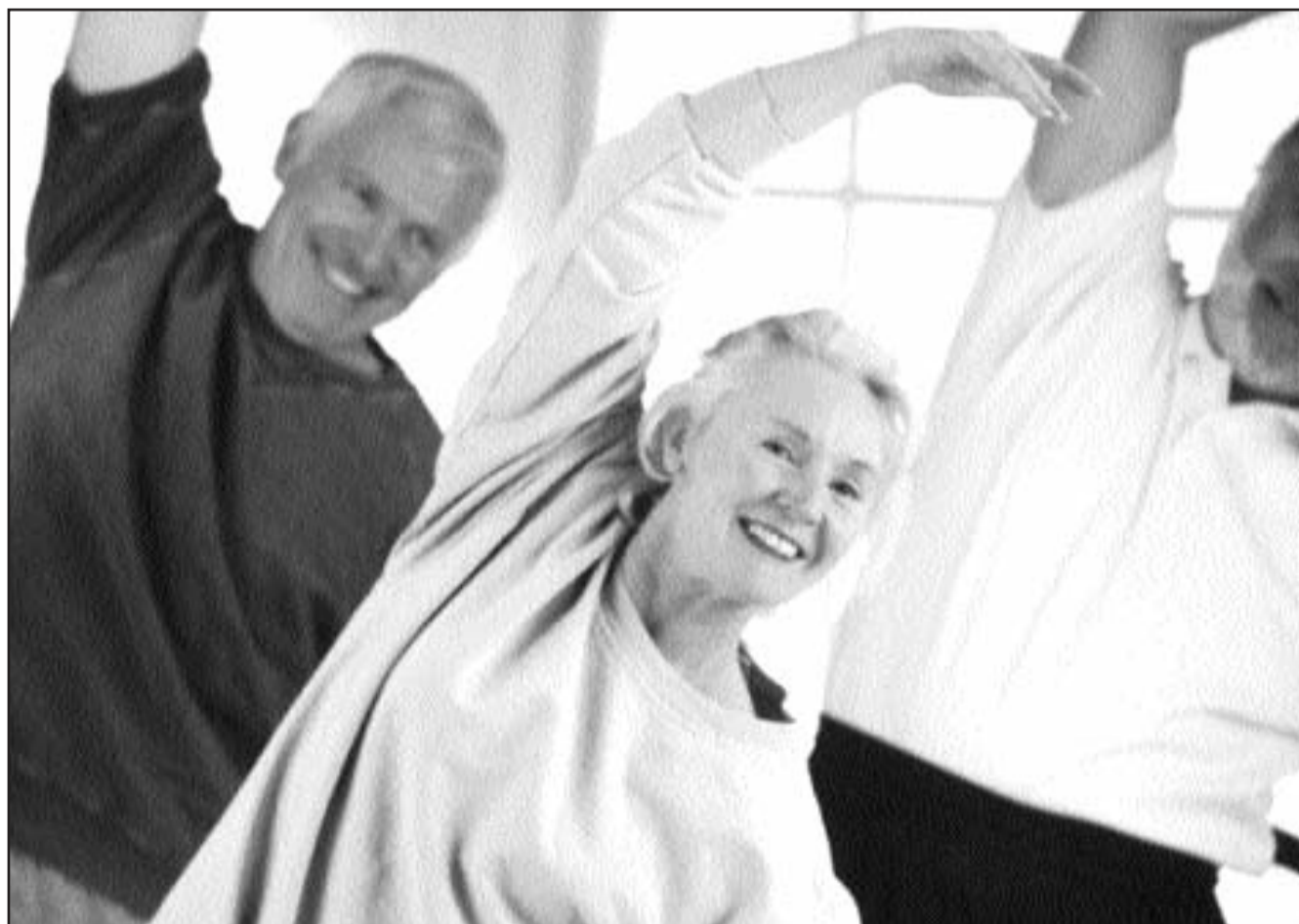
“El arte es intrínsecamente parte de nosotros”, dice. “Somos seres estéticos y es cómo procesamos el mundo”.

Y en la medida en que hay más necesidad de soluciones efectivas desde el punto de vista del costo, Hanna sostiene que el arte comenzará a tener un papel más importante.

“La evidencia anecdótica y las pruebas limitadas que se han hecho, muestran claramente que el arte es un recurso muy importante al que no le hemos dado la atención debida”, sostiene Prohaska.

“Veinte años atrás, el área de actividad física y envejecimiento estaba en pañales y ahora todo el mundo reconoce el impacto potencial que tiene en las enfermedades crónicas. Resulta que el arte tiene un impacto beneficioso también”.

“Esperemos que no tome 20 años para llegar a esa conclusión”.



Aunque no hay evidencia definitiva de sus beneficios, ya muchos programas de salud incluyen terapias basadas en el arte y la música.

La depresión es el trastorno mental más frecuente y las cifras de personas con esta enfermedad lo refrendan, ya que en México 20 de cada 100 personas han tenido algún episodio ansiedad o depresión, mientras que a nivel mundial, la tercera parte de la población lo ha padecido a lo largo de su vida.

La depresión la presentahasta el 20% de la población y sólo una tercera parte de pacientes logran la remisión”, mencionó el Dr. Francisco López Muñoz, director del doctorado de Medicina, de la Universidad Camilo José Cela en Madrid.

La depresión es una enfermedad crónica y su tratamiento debe ser multifactorial, por lo que supone elevados

## No es apatía, ni tristeza.. es depresión

gastos al paciente, a la familia, así como al erariopúblico por el ausentismo laboral que causa. Cabe señalar que en México, las pérdidas son por más de nueve mil millones de pesos anuales.

“Es una enfermedad con componentes biológicos, genéticos, factores sociales y psicológicos que influyen en su desarrollo. La mayores tasas de incidencia se presentan entre los 30 y 40 años, y en la vejez, donde se confunde con una serie de trastornos por la edad. Además, se presenta más en mujeres.”, agregó.

Los cuadros depresivos son más comunes en la mujer en una relación de

3 a 1, debido a factores bioquímicos, por un déficit de monoaminas o neurotransmisores como la serotonina, la noradrenalina y la dopamina. Por ello se requiere de un diagnóstico certero y oportuno, ya que del éxito del primer tratamiento dependerá una remisión o bien recaídas más agudas. “Una depresión mal diagnosticada se replica por tres”, advirtió el galeno.

En este sentido, el especialista aseguró que las tasas de respuesta a tratamientos con antidepresivos no son altas y dos terceras partes de los pacientes no responden y requieren modificar su terapia. “Actualmente se usan como terapias revolucionarias

para la depresión los antipsicóticos, que han demostrado eficacia y seguridad para aquellos pacientes que no han respondido bien a tratamientos con antidepresivos. Son fármacos con una ventaja porque tienen un metabolito que funciona como antipsicótico y anti-depresivo a la vez, lo que nos permite utilizarlo como terapia adyuvante o monoterapia”, afirmó.

Sin embargo, aunque se cuenta con alternativas terapéuticas como la que ofrece AstraZeneca, uno de los principales obstáculos que enfrentan los médicos para el control de la depresión, es el apego al tratamiento, debido a que el paciente desconoce las conse-

cuencias catastróficas de no tratar su enfermedad, y cuando inicia con la terapia se siente bien y la abandona, en este sentido López Muñoz, señaló que “el tratamiento antidepresivo debe durar entre uno o dos años, hay gente que empieza a tener mejorías y abandona el tratamiento con una consecuencia de recaída más aguda”.

“La gente debe educarse, debe conocer. La depresión es una enfermedad con una base biológica y hay que tratarla correctamente. Es un mal crónico no agudo, que evoluciona... sino se atajan bien todos los síntomas, la posibilidad de aparecer un segundo brote es mucho mayor y un tercero mucho más y más severo”, concluyó