



CUANDO LA SOLUCIÓN ES EL PROBLEMA

“Estoy solo desde que nací” y “eres un hijo de puta que me está rayando” fueron de los pocos mensajes que me dirigió expresamente para que yo los recogiera. Además, se repitieron a lo largo de tres horas y media en las que apenas fui consciente del tiempo.

Me lo decía un chico muy joven, de unos veinte años, con antecedentes psiquiátricos, que había estado toda la noche de fiesta, subido en lo alto de un tejado, enfadado, muy enfadado. Y además muy triste, muy solo y muy asustado.

Hasta ahora creo que he sido muy prudente a la hora de exponer los retazos de vida que se muestran ante mí, en mi doble vida profesional como bombero o como psicólogo. Entiendo que son experiencias compartidas en las que siempre aprendo un poco más, y tanto aprendo que parece que eso nunca tendrá fin, que cada vez el hueco por rellenar es mayor, pero en esta ocasión necesito compartir.

¿Por qué? Porque en una de mis últimas guardias me he encontrado con una intervención que me ha afectado emocionalmente, y como repito en cada curso que imparto, a las emociones hay que darles curso, hemos de descubrir qué es lo que nos vienen a decir y tenemos que convertirlas en acción. Y mi acción es poner sobre la mesa, evidenciar, que en nuestra sociedad, en nuestra comunidad, no se da la respuesta que se precisa ante necesidades especiales en uno de los nuestros.

En esa intervención las circunstancias hicieron que fuera el bombero quien se iba a encargar de conectar con un potencial suicida para tratar de que desistiera, para intentar que se diera una nueva oportunidad y evitar un error que no podría repararse. Ésta es la teoría, el objetivo con el que nos acercamos buscando ganar unas horas o unos días más, un tiempo para repensar y para que la persona ‘no acabe con su vida cuando lo que quiere es acabar con un problema’.

Yo tenía las cosas superclaras, pocos días antes había dado un curso para emergencistas sobre Intervención en Intentos de Autolisis, he aprendido con los mejores, he facilitado entrenamiento a otros profesionales, manejo técnicas de comunicación, conozco diferentes modelos que aplicar para este tipo de situaciones. Estaba seguro, incluso con un puntito de la prepotencia que quienes me conocen saben que gasto en algunas ocasiones.

Además, contaba con experiencia laboral que me avala, he trabajado con personas con discapacidades intelectuales, con personas desesperadas víctimas de desahucios, años de trabajo con jóvenes malotes consumidores de drogas donde a veces aparecían las patologías duales, y en los últimos años con mucha atención como voluntario ante situaciones de duelo, a veces muy duras. Me he comido ya muchos marrones. Todo apuntaba a que podía afrontar la situación con una cierta soltura.

Y cuando subo al tejado, convenientemente asegurado, observo que la situación tiene pocas posibilidades de resolverse por la fuerza. Él estaba en el espacio más alto, a un metro y medio de altura sobre mi nivel. El chico desde ahí podía moverse a otros puntos del tejado e incluso podía saltar con dos pasos al exterior, con un riesgo alto de caer al suelo desde un edificio de cuatro alturas. Veía los colchones que se iban preparando. Él mismo llegó a decir “se creen esos payasos que si salto lo voy a hacer sobre un colchón”.

Comienzo presentándome y poniéndome a su disposición para poder ayudarle. Es el momento de establecer el vínculo, a través de la escucha, ayudando a desmenuzar las dificultades que le ocupan. Pero eso no ocurre, no hay vínculo, no hay respuesta, sólo rechazo, porque formo parte de lo que le ha impulsado a subir ahí, aunque eso lo voy entendiendo poco a poco.

Una intervención clásica en bomberos es la de ‘rescatar’ un gato que ha trepado a un árbol y que aparentemente no puede descender por sí mismo. Te acercas con la mejor intención y el gato se asusta y sube más alto, hacia lugares cada vez menos seguros. Sigues insistiendo, le llamas y le animas a desistir en esa huida que cada vez le expone a un riesgo mayor, pero él tiende a seguir huyendo de la persona que se supone que viene a rescatarle. Y en ocasiones el gato cae desde el punto más alto,

normalmente sin sufrir daños aparentes, aterrorizado. Y evidentemente ese gato no tenía intención de suicidarse.

El ejemplo del gato sirve para describir el que fue mi primer descubrimiento, este chico no tenía ninguna intención de suicidarse, ni siquiera se le había pasado por la cabeza. Sólo huía. ¿De qué? De los recursos que la comunidad ponía a su servicio, de la posibilidad de una atención psiquiátrica que le llevaría a atarle a una cama, de la palabra falsa que le daría un bombero para engañarle y convencerle de que eso no iba a pasar. Él había cometido esa madrugada un pequeño delito, quizás podría considerarse sólo una falta o simplemente una gamberrada, pero no le preocupaban las consecuencias ante la ley. Sólo manifestaba rabia ante lo que había supuesto la presencia de una ambulancia ante la puerta de su casa, cuando se le identificó como una de las personas que una hora antes había traspasado la raya de lo que se considera una norma legal.

La ausencia de una intención autolítica modificaba la descripción de la situación, me posicionaba para intentar comunicarme con él aunque no modificaba los objetivos de la intervención ni las estrategias a utilizar. Yo buscaba que bajara por su propio pie, que se pudiera generar abajo un diálogo sobre los siguientes pasos a dar, que no fuera ni se sintiera agredido por el Sistema. Tres horas y media dan para mucho, y pude ensayar todo lo que sé para establecer un vínculo, a través de la escucha, atendiendo lo que quería compartir y atendiendo las emociones que le ocupaban, buscando que valorara la situación junto a las alternativas a las que podía tener acceso. Confiando en su capacidad para controlar la situación, respetando el tiempo que pudiera necesitar, introduciendo el silencio. Y la sensación que me llevé es que nada de eso había funcionado.

De hecho, él mismo se ocupaba repetidamente de hacerme saber su opinión sobre mi intervención; “me tienes hasta los cojones”, “me estás rayando”, “no te aguanto más”, “¿te quieres ir de aquí de una puta vez?”. Junto a ello, el hilo de su comunicación giraba en torno a las que serían sus fantasías de resolución. Por orden de complejidad eran: 1) que nos fuéramos todos los recursos, por aburrimiento o porque surgirían otras intervenciones en las que se reclamarían nuestros servicios; 2) que él se cansara de la situación, huyera por los tejados, penetrara en una vivienda rompiendo

alguno de los tragaluces y de ahí a la calle con las manos en los bolsillos; y 3) aguantar e ir enfrentándose de uno en uno a cada rescatador que se acercara. Yo ahí tenía un papel protagonista, puesto que iba a ser el primero.

A estas expresiones de rechazo hacia la ayuda que le podíamos prestar, hay que añadir las conductas que lo acompañaban, arrojando restos que encontraba en el tejado, insultando a compañeros y compañeras que participaban en el dispositivo o a quien se pudiera detener en la calle a observar o a grabar. Creo que merece la atención recoger la percepción de su posición ante sus vecinos, expresaba la distancia que les separaba y el desprecio con el que se sentía tratado: “¿Qué hacéis ahí mirando? Después os cruzáis conmigo por la calle y hacéis como que no me veis”. Para mí, era uno de los pocos momentos en los que se quitaba la máscara y quizás la única oportunidad de la que disponíamos para hacerle las cosas más fáciles cuando se alejaban los curiosos que le resultaban molestos.

También se dieron otros momentos en los que se apreciaba el impacto de la situación, los momentos de llanto, en silencio, sin expresar lo que sentía y sin que mis intentos de abrir esa puerta sirvieran para nada. Ni el silencio, ni las preguntas, ni las devoluciones empáticas me permitieron establecer un canal que facilitara la expresión de lo que le hacía tan vulnerable, sólo el miedo a que lo ataran seguía apareciendo de forma recurrente. Llegué incluso a establecer un contacto físico, un toquillo en un pie mientras le pasaba una botella de agua, un gesto de ánimo y cercanía que él rechazó diciéndome “con eso te crees que me vas a engañar”.

Se dieron durante la intervención distintos intentos de mediación que no cuajaron, otros se desecharon antes de ponerlos en marcha porque se anticipaba que en ese momento sería como echar gasolina al fuego. Sólo al final se incorporaron dos personas con la capacidad de influir, una profesional con la que él ya tenía contacto y otra persona de su círculo de amistades más cercanas. Yo me alejé unos metros acercándome a ellas, formando equipo, mientras él se acercó hacia una posición en la que se reducía la exposición a una caída. Se establecieron momentos de una cierta comunicación en los que pude participar, había reproches, desconfianza, amenazas, ... pero al menos parecía que había un espacio en el que la palabra se iba haciendo hueco.

Se iba elaborando una propuesta y parecía que llegaba a la situación una cierta esperanza.

Era el momento de la persuasión, le proponíamos que bajara por su propio pie, que previamente hablara con la Guardia Civil sobre posibilidades de solución contemplando las consecuencias de todo lo que había pasado en las últimas horas. Le animábamos a mostrar control para de esta forma evitar que se usara la fuerza contra él, buscando ese objetivo de que no se le atara a una camilla, objetivo que estaba detrás de su huida y que compartíamos quienes estábamos en el tejado. Y de repente volvió la tormenta. Algo vivió que le hizo romper ese hilo. Pudo ser encontrarse en un callejón sin salida, no creer que existía una solución razonable, o pudo ser el miedo a afrontar la situación en la que estaba. El hecho es que de repente volvió a estar dominado por la rabia, una furia contra todo y contra todos, que se manifestaba insultándonos, gritando, y arrojando objetos hacia el exterior desde esa nueva posición en la que disponía de suficientes ‘recursos’.

Todo había vuelto a la casilla de salida. De repente, el caos.

Cuando imparto formación sobre este tipo de intervenciones siempre me posiciono en contra de intentar contenciones físicas salvo en el caso de que sea la única opción posible y que la seguridad esté garantizada. En este caso corríamos los dos riesgos principales, que él cayera como resultado de mi acción o que el rescate se convirtiera en un acto de violencia más del que escapar. Se me cruzó la idea, valoré opciones y lo descarté.

Pero algo pasó. Cuando rebrotó su conducta de ira pensé que iba a provocar el uso de la fuerza o que podía agravar su situación si generaba daños por los que tuviera que responder. Volví a subir a la posición anterior, con la clara intención de protegerle de sí mismo. Me amenazó pero no hizo ningún gesto hostil hacia mí, y volvió a subir a esa posición de altura en la que había estado durante la intervención. Y de repente un salto en mi memoria, lo siguiente que recuerdo es tenerle cogido del brazo, tendido sobre su parte del tejado.

¿Un episodio disociativo? ¿Un mecanismo de defensa ante recuerdos que suponen un coste emocional? No lo sé. Lo cierto es que en algún momento la necesidad de que no siguiera con ese comportamiento debió ser muy intensa en mí, supongo que el chico se expuso con alguna postura en la que yo aprecié cierta vulnerabilidad física en su posición y lo siguiente pudo ser que yo tomara la decisión de intentar parar inmediatamente eso que estaba ocurriendo cogiéndole del brazo y tirando de él. Apenas uno o dos minutos que han desaparecido de mi memoria.

Sí que recuerdo ya tenerle atrapado tirando de su brazo en una posición que me daba mucha ventaja para contenerle. Fue el momento en el que llamé a mis compañeros para que me ayudaran, y de los que obtuve una respuesta inmediata. Pero antes de que estuvieran a mi lado le liberé la presión y solté su brazo. Quizás era tenerlo tan cerca, quizás el tamaño de las lágrimas o como le temblaba la barbilla al llorar. A lo mejor era verle tan parecido a uno de mis hijos y no poderlo abrazar. Es posible que le soltara porque me pedía ayuda, gritando y llorando, desenchajado, para que no lo volvieran a atar. Puede que simplemente pesara sobre mí la idea de que esa no era la solución que a él le podría ayudar, podría servir para resolver la situación ese día, pero a medio plazo sería una razón para seguir huyendo, un empujón más para acercarle al abismo.

Y empezamos un nuevo ciclo en el que insistí en mi voluntad de ayudarle y en mi compromiso en la búsqueda de una solución que excluyera la fuerza o la vía de la inmovilización. Utilizaba haberle soltado como una prueba de cómo no quería que fueran las cosas. Había comunicación. Seguíamos explorando la persuasión para que se implicara en un proceso de aceptable para él. Y de repente todo terminó.

¿Por qué en los últimos tiempos se habla tanto de la necesidad de introducir y/o implantar la humanización en diferentes servicios? La respuesta parece de perogrullo; porque poner el foco en la persona no es frecuente en servicios en los que la función principal es ayudar a personas. Para cerrar esta intervención resultó determinante la de quien tenía la última palabra, el médico que actuaba como jefe del dispositivo y que determinó que se utilizara la fuerza para reducir al chico. No importaban las puertas que podrían haberse abierto, ni el efecto que pudiera tener sobre la biografía del chico, ni sus miedos, ni sus necesidades. No voy a entrar sobre los motivos ni a profundizar en

la valoración moral que me suponen, pero mi interpretación sobre ese proceso de toma de decisiones me genera mucha rabia.

Un grupo especial de fuerzas de seguridad intervino y redujo al chico, desde mi mirada, con una actuación muy profesional y respetuosa a pesar de las circunstancias. En pocos minutos estaba con medicación y atado, durante ese tiempo pude escuchar sus gritos sucedía eso a lo que tenía tanto miedo. El final fue como él anticipaba y el curso de los acontecimientos no pudo desviarse hacia otra resolución.

Mi cierre se ha ido produciendo con el paso de los días, contando desde el primer minuto con el apoyo de mis compañeros y de quienes representaban al cuerpo de bomberos durante la intervención, y posteriormente con el de mi familia y el de personas muy cercanas. Ya pasadas unas semanas, pienso que esta experiencia ha sido como el revolcón que una gran ola te puede dar en la playa, me ha puesto en contacto con los límites que acompañan una acción de estas características. Me llevo el trabajo personal realizado para dotar de sentido a la experiencia emocional, la constatación de la importancia de la atención a la persona en situaciones de emergencia y la evidencia de que aún queda mucho camino por recorrer para disponer de recursos adecuados ante la atención de necesidades especiales en el campo de la salud mental. Me quedo con la sensación de haber aprendido y con la de haber actualizado el compromiso que implica el ejercicio de una profesión en la que una personas ayudamos a otras personas.

¿Y para la próxima? Porque estoy seguro de que la habrá.

Sería deseable que para él, para otros y otras como él, hubiera un espacio en nuestra Comunidad donde se sintieran cuidados y seguros, donde se percibieran objeto de una atención especializada. Lo deseable sería que las instituciones con las que se relacionan a lo largo de su biografía lleguen como salvavidas en momentos de zozobra. Cada fracaso en esa relación es un empujón más un contexto que ofrece pocas salidas y muchos abismos, y resulta terrible pensar que pueden confundir las unas con los otros.

Aunque para que las instituciones cumplan eficazmente esa función cada individuo, profesional o no, se tiene que posicionar, para no ser partícipe de la estigmatización del diferente ni ver el rechazo o la exclusión de la persona que nos

resulta disruptiva como única solución. Las respuestas no llegarían desde el miedo, el prejuicio o la indiferencia. En definitiva, se precisará de un compromiso colectivo que impulse acciones que permitan entender y atender a las personas que viven de cerca dificultades relacionadas con la salud mental. Será el momento en el que, tras repensarnos, sintamos que lo que afecta al otro nos afecta a todos.

Noviembre de 2021.

