

Sobre salud mental y la incertidumbre

Por: Carlos García de la Vega. 21/08/2021

Seis escenas de verano de dos señoras perplejas

MARI. —Lo de la chiquita esta de la gimnasia que prefirió retirarse porque sentía que necesitaba cuidar de su salud mental me ha dado mucho que pensar. ¿Tú cuánto tiempo hace que te tratas la depresión?

CONCHA. —¡Buf! Pues no lo tengo claro, te diría que desde toda la vida, pero sería exagerar. A lo mejor desde los cuarenta y tres o cuarenta y cuatro. Treinta años, madre mía.

MARI. —Pero tú ahora estás bien, ¿no?

CONCHA. —Está todo bajo control, que no es poca cosa. Durante algún tiempo me quise hacer la dura y dejaba los antidepresivos. Lo que pasa es que caía en pozos muy oscuros. Ahora ya sé que es mejor con ellos que sin ellos. También es cierto que menuda diferencia los de ahora con los de antes. Es como si antes te trataran con una motosierra y hoy en día con un bisturí.

MARI. —Oye y con la sangría, ¿no te sentará mal, no? A ver si he metido contigo la pata hoy.

CONCHA. —A ver, mujer, un día es un día. Además, que bastante tengo con considerarme una enferma crónica, como para tener que vivir atrapada en una rutina como de sistema penitenciario. Un día que una se pase un poco, pues no pasa nada, si es en buena compañía y porque así encarta. Otra cosa sería que estuviera con el cartón de vino abierto a diario en mi casa, y eso nunca.

MARI. —Ya, claro. ¿Y cómo supiste que te tenías que tratar?

CONCHA. —Durante mucho tiempo no lo supe. De hecho, en realidad, yo no me di cuenta, fue el médico de cabecera el que me sugirió que quizá lo que me pasaba era que tenía una depresión y que algo había dejado de funcionar bien en mi cerebro.

MARI. —¿Y tú no notabas nada?

CONCHA. —Yo estaba destrozada, claro. No tenía fuerza para nada. Pero como que daba por hecho que llevar una vida casi sin distracciones, siempre con obligaciones, en la que mi papel parece que tuviese que ser estar para todos y que ninguno estuviese para mí, como que me superó. Es como si el personaje de ser perfecta hubiese hecho que yo desapareciera. Se me comió.

MARI. —Es que ahora yo siento que a mí me ha pasado eso también. Yo he estado cansadísima mucho tiempo, siempre, poco alegre, sin ganas de nada. ¿Habré estado yo también deprimida sin saberlo?

CONCHA. —Pues lo más probable. Y nuestros maridos seguramente también.

MARI. —Ahora que todas mis obligaciones han desaparecido, que vivo en una balsa de aceite, siento a veces que hay algo en la cabeza que no funciona. Solo ahora lo siento de verdad. Pero, ¿te puedes creer que durante mucho tiempo me decía a mí misma que no fuese floja, que tirase para adelante, que yo no iba a necesitar ese tipo de ayuda porque me daba vergüenza?

CONCHA. —En eso se ha avanzado mucho, lo mismo que te digo una cosa te digo la otra. Ahora a la mínima se lleva a los niños a terapia. Como el que antes los llevaba a una actividad deportiva.

MARI. —Es cierto, mis nietos mayores no tienen ningún problema. Lo han pedido ellos solos, en realidad, no han tenido que llevarles sus padres. Lo consideran algo tan natural como ir a hacerse un empaste. Cuando algo se les hace bola, como dicen ellos, van a desmaderarlo.

CONCHA. —Seguramente un poco de terapia me hubiese hecho muy bien para lo mío en vez de tanta pastilla. Pero no había dinero, claro.

MARI. —¿Y por qué no vas ahora? Todavía estás a tiempo.

CONCHA. —Yo soy muy vieja ya, no creo que ya haya nada que hacer con mi cabeza.

MARI. —Mujer, justo ahora que te iba a reconocer que a lo mejor estoy deprimida sin sentirme avergonzada.

CONCHA. —Ay, amiga. ¿Y vas a pedir ayuda?

MARI. —Quizá se lo comente a la doctora de cabecera. Pero bueno, en la pública ya se sabe cómo funciona.

CONCHA. —Te darán algo para dormir y un antidepresivo cualquiera y arreando.

MARI. —Pero es cierto que, con la chica de Estados Unidos, con lo de mis nietos después del confinamiento, no sé bien por qué lo he acabado de hilar todo estos días. Que, a ver, seguramente lo que pase con el mundo es que esta sociedad en la que estamos, además de maravillosa para muchas cosas, es sobre todo insufrible para la mayoría de las personas. Cada cual por sus motivos.

CONCHA. —Puede ser.

MARI. —Es como si se esperase de cada persona muchas más cosas de las que realmente puede abordar. Y lo que es peor, que esa imposición que viene desde afuera cada uno acaba haciéndola suya, y ahí empieza el desastre. El trabajo, la hipoteca, el reconocimiento, los viajes, ponerlo todo en el móvil para que todo el mundo lo vea, para que todo el mundo se compare, la dieta, el deporte... es agotador. Debe de ser agotador.

CONCHA. —Y con todas las condiciones en contra. A mi me hiere la sangre cuando escucho en la radio que la gente joven, por primera vez en generaciones, lo va a tener más difícil para vivir su propia vida que lo que lo tuvimos nosotras. Con todo lo que hemos trabajado y que hayamos convertido el mundo en un sitio peor para ellos es una derrota.

MARI. —Lo es. *(Se quedan en silencio.)* ¿Quieres más sangría?

CONCHA. —No mujer. No vamos a beber en esta escena. ¡Qué van a pensar estos señores de nosotras!

MARI. —Bueno vale, esperamos un poco.

CONCHA. —¡Borrachuza! (*Mari estalla en una carcajada.*)

MARI. —Toda la razón tienes.

CONCHA. —El mundo se ha vuelto loco, Mari. ¿Has visto los incendios en Grecia, en Italia, en Siberia, las inundaciones terribles en Alemania, el deshielo de los polos? ¿Qué está pasando? ¿No tienes miedo?

MARI. —A veces no sé si tener miedo o si pensar que, en realidad, nos están queriendo asustar como con todo.

CONCHA. —Es demasiado terrible como para ser un montaje, ¿no crees?

MARI. —Es que ya no sé qué creerme, Concha. Pero si te imitan la voz y los gestos de los políticos en la tele con un programa de ordenador, ¿qué es lo que es verdad y lo que no?

CONCHA. —Ahora pareces tú la conspiranoica. (*Se ríe*). ¿Crees que el hombre llegó a la luna o que fue un montaje de Carrascal?

MARI. —¡Pero bueno! ¡Qué cínica!

CONCHA. —Es que es una obviedad, Mari. El hombre es un lobo para el hombre. Y para la Tierra más. Es tan ridículo como comprarse un piso y destruirlo. Eso estamos haciendo con la Tierra.

MARI. —No, si tienes razón. Pero es que es tan insoportable todo que no sé si lo están exagerando por algún motivo que se me escapa.

CONCHA. —Hay cosas que no se pueden exagerar porque ya lo son de por sí.

MARI. —Como para no padecer ansiedad y trastornos mentales.

CONCHA. —Precisamente, Mari, precisamente.

[LEER EL ARTICULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: CTXT

Fecha de creación

2021/08/21