

LA INMUNIDAD PSÍQUICA

Artículo del Prof. Emérito Dr. Moty Benyakar M.D. Ph.D.



He llamado **impactos disruptivos** a factores externos que provocan alteraciones psíquicas.

La **inmunidad física** es la creación de defensas ante virus o bacterias por procesos propios e individuales.

A veces aparecen nuevos virus ante los que no hemos desarrollado inmunidad, como Coronavirus.

Del mismo modo, **detectamos procesos psíquicos para funcionar saludablemente, ante impactos disruptivos, a los que llamamos INMUNIDAD PSÍQUICA.**

Lo Disruptivo puede producir miedo, tristeza, etc. Lo importante es que no sea aterrador y que sea elaborado adecuadamente.

Cada psiquismo tiene su propia modalidad defensiva ante las adversidades. Existen situaciones en que el psiquismo no puede reconocer el peligro.

La esencia de la inmunidad psíquica es desarrollar defensas enfrentando las situaciones y no huyendo o negándolas.

Las tres características de la inmunidad psíquica son:

- 1) reconocer el factor dañino,**
- 2) reconocer individualmente reacciones propias, y**
- 3) tomar individualmente las medidas adecuadas para preservarse de ellas.**

Ante impactos inesperados, algunos reaccionan escapándose, corriendo, aislándose, negando la situación etc., al emerger estas reacciones las personas pueden sentirse extrañas, transformándose en nocivos y persecutorios.

De la misma manera que **cada organismo reacciona de forma idiosincrásica ante las infecciones,** psíquicamente cada cual reaccionará en base a su propio estilo personal.

El coronavirus nos enfrenta ante la falta de capacidad de desarrollar defensas físicas, y junto a ello no nos permite desarrollar defensas

psíquicas, puesto que nos enfrenta ante lo que el hombre no puede aceptar, la INCERTIDUMBRE.

Es sumamente amenazante que el individuo no pueda tener ningún tipo de proyección no solo en su vida personal, sino con su entorno familiar, social y económico.

Sabemos interaccionar en forma positiva o negativa, pero desconocemos como es vivir aislados.

El coronavirus puede coartar el desarrollo de Inmunidad Psíquica porque la amenaza es lo absolutamente incierto.

Debemos incentivar el desarrollo de la inmunidad psíquica transformando lo incierto en conocido, abordable, posible. Comenzando desde los marcos más íntimos, para contactarnos con lo propio. Surge la incógnita de cuál es la respuesta, es muy simple, solo la creatividad, una acción mancomunada y solidaria, el apoyo mutuo entre las personas puede transformar lo no conocido en propio.

Puedo dar cuenta de 2 experiencias vividas de forma similar con otras dimensiones.

1) ***Primer Guerra del Golfo***, una de las 5 guerras en las que participe, a pesar de ser un pacifista. La población debía recluirse en sus casas, con máscaras de gas. Fueron niños los que desarrollaron un sistema radial entre ellos, aconsejando a los mayores lo que debían hacer. Así es que comenzaron iniciativas para encontrar el modo de enfrentarse psíquica y socialmente a dicha situación.

2) ***En Argentina durante el corralito***, ante la incertidumbre económica, atendimos afecciones gástricas o cardíacas en una proporción mayor al 20 por ciento más que en años anteriores.

Hoy nos enfrentamos ante lo desconocido a nivel mundial, no sabemos cuántos días, meses nos llevará para disminuir esta amenaza que tratamos de transformar en controlable.

En nuestro equipo de investigación en la USAL, hemos desarrollado varias tesis doctorales acerca de los Impactos Disruptivos y la Inmunidad Psíquica. Consideramos esto no solo como un compromiso académico, sino como un aporte indispensable a las necesidades de nuestro tiempo.

Quiero advertir a la población en general y a mis colegas, que las reacciones ante estos impactos disruptivos, nada tienen que ver con el estrés, trauma o psicosis social.

Quienes tenemos experiencia en tratamientos clínicos en estos casos, debemos aprender a asistir a la población para que se desarrollen las potencialidades necesarias, siendo cuidadosos de no incluirlos dentro de los registros patológicos, (al margen de las personas que requieran de sus tratamientos).

El impacto disruptivo del coronavirus nos presenta reacciones de personas normales enfrentando situaciones anormales. Lo especial de lo que hoy vimos es que no hay pacientes y terapeutas, aquí estamos todos insertos ante los mismos impactos disruptivos.

Debemos incentivar la creatividad especialmente la iniciativa de los niños y jóvenes. Desarrollando redes interactivas para enfrentar la situación. Sumado a pautas precisas de las autoridades, sanitarias, educativas, y económicas de cada región.

Posiblemente de este modo incentivaremos en forma conjunta la Inmunidad Psíquica requerida.

El Coronavirus, paradójicamente tiene dos cualidades positivas: no es nacionalista, y no discrimina géneros ni estratos sociales.

Agraciadamente la naturaleza está dando signos de cambios limpiándose los ríos, creciendo los bosques con aires más puros. Posiblemente esto nos enfrenta ante nuestras propias manifestaciones destructivas.

Estamos preservados para desarrollar mayor Inmunidad Psíquica ante estos impactos Disruptivos.

Espero que en forma mancomunada, podamos transitar la incertidumbre, aceptando y afrontando lo desconocido.

Prof. Emérito Dr. Moty Benyakar M.D. Ph.D.

Maestro, Psicopedagogo, Psicólogo, Médico, Psiquiatra, Psicoanalista.
Director de la Cohorte de Lo Disruptivo para el Doctorado en Psicología de la USAL.

Director de la Maestría en Psicoanálisis USAL-APA.

Profesor de Honor de la Asociación Mundial de Psiquiatría, de la UNESCO, y de la Universidad de Barcelona.

Premio Konex 2016.

Mail: mbenyakar@gmail.com