

# TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN

Dra. María Ana Ennis

---

## RESUMEN

A través de un caso clínico -diagnosticado como depresión reactiva, se muestra la forma en la que la Psicoterapia Simbólica se desarrolla y los efectos de la misma plasmados en la evolución del paciente. A través de la presentación de un caso clínico quiero mostrar la forma de actuar de la Psicoterapia Simbólica en el tratamiento de la Depresión reactiva.

---

Pedro, paciente de 60 años consulta después de su sexta internación por alcoholismo. El tratamiento que recibió en esas internaciones consistió en curas de desintoxicación y tratamiento psicofarmacológico, dándose el alta después de uno a dos meses de internación. Nunca había realizado un tratamiento de psicoterapia.

**MOTIVO DE CONSULTA:** Depresión, tendencia al aislamiento, ideas suicidas. Alcoholismo.

**ANTECEDENTES DE INTERES:** Sus padres se separaron cuando Pedro tenía 4 años. Su hermana, dos años menor que él fue criada por sus tíos.

El fue internado en un Instituto de Minoridad hasta los 11 años, comenta que esa institución no permitía que su madre lo visitara ignorando el motivo de esta prohibición.

Recibía la visita una vez por mes de su padre o de su tío en forma alternada. Después pasó a otros internados.

Cuando Pedro tiene 33 años su padre se enferma de cáncer de garganta y Pedro lo atiende con especial dedicación durante toda la enfermedad. Producido el fallecimiento de su Padre, Pedro inicia su alcoholismo (Pedro cree que su padre también fue alcohólico). Llama la atención la poca precisión de los datos que aporta Pedro.

Recién a los 50 años se reencuentra con su madre, su padrastro y con su hermana. Siente un total rechazo hacia ellos, especialmente hacia su madre por haberlo abandonado a tan temprana edad. "Para mí, se murió"; así lo expresa.

Refiere que en una de sus internaciones le dijeron que tenía una "disrritmia cerebral". No tiene en su poder ningún estudio por lo que se le pide un nuevo electroencefalograma que mostró ondas agudas discretamente hipervoltadas, prevalentemente bitemporales intermitentes. Se lo medicó con Carbamacepina 200 mg. por la noche.

## PSICOTERAPIA SIMBÓLICA

Se inicia la Psicoterapia Simbólica con el primer trabajo imaginativo de la Escalera. La consigna que se le dio fue: "Con los ojos cerrados imagínese que baja por una escalera desconocida y relate todo lo que ve, oye, siente, y lo que encuentra".

-Paciente (P): Oscuridad, nada más. Va apareciendo un poco de luz...

-Terapeuta(T): Qué hay más abajo?

-P: Como unas sombras...

-T: Acérquese a esas sombras a ver de qué se trata.

-P: Pareciera como si fuera una cara. Del lado derecho... ha desaparecido.

-T: Era de hombre o de mujer?

-P: Es confuso...

-T: Qué hay más abajo?

-P: Una puerta con una pequeña lucecita...

-T: Abra la puerta.

-P: Da a un cuarto oscuro...

-T: Prenda una luz...o abra una ventana.

-P: De la izquierda parece que viene una especie de luz. Estoy parado ahí...

-T: Siente miedo?

-P: Hay una sombra, como un bulto negro ahí, como si fuera una cabeza....se desaparece...del lado derecho, no es muy claro todavía.

-T: Trate de abrir bien la puerta.

-P: Ya está...

-T: Entra luz?

-P: Todavía no entra, da a lo oscuro todavía...

-T: No tendrá una linterna...o un encendedor?

-P: Como que quiere aparecer otra puerta...un rayito...

-T: Puede abrir esa puerta?

-P: Parece que está queriendo abrirse...

-T: Pudo abrirla?

-P: Todavía no. La empujo y está oscuro.

-T: No tendrá un fósforo o un encendedor en el bolsillo?

-P: No lo puedo encontrar todavía...

-T: Toque la pared.

-P: Es lisa y firme...

-T: Puede caminar?

-P: De a poquito.

-T: Y qué va pasando?

-P: Se va clarificando. No es tan oscuro, quedó como la cara de una mujer.

-T: La reconoce?

-P: Como si fuera mi hermana, la veo de perfil.

-T: A medida que se va clarificando, busque la puerta de salida.

-P: Está un poquito oscuro, no mucho. Ahí está una puerta de dos paneles. Ahora sí. Todavía está un poco oscuro, no tanto como el principio. Ahora clarito...

-T: Está la imagen de la mujer?

-P: No, no hay nada, está vacío.

-T: Salga por la puerta.

-P: Salgo por el lado de la calle.

-T: Es una calle conocida?

-P: No es conocida...es el atardecer...

-T: Se siente mejor afuera?

-P: Sí.

Este trabajo imaginativo fue muy difícil ya que a Pedro le costaba imaginar, se encontraba muy bloqueado. Veía como sombras de seres humanos, muy confusamente vio la cara como de una mujer, que identifica como la de su hermana o la de su madre, dice que ambas son parecidas. Después esta cara desapareció. Logra por fin abrir una puerta y salir a la calle, en la calle se siente bien porque se ha liberado de algo no pudiendo precisar de qué. Termina el trabajo imaginativo sintiéndose más tranquilo.

El trabajo imaginativo y su interpretación resultaron confusos. Pero Pedro logra tener una vivencia de tranquilidad.

El segundo trabajo imaginativo fue el del "Mar". Se le dio la siguiente consigna: "Usted está en un barco en alta mar, se pone un equipo adecuado y baja para conocer el fondo del mar".

-P: Está oscuro como si fuera de noche. Bajo. Como si hubiera anguilas.

-T: Le molestan?

-P: No, pareciera que estuvieran jugando.

-T: Las puede tocar?

-P: Sí, son animales mansitos, como si estuvieran domesticados.

-T: En el fondo del mar qué ve?

-P: Falta un poquito todavía, pero bajo sin miedo. Como si hubiera un pozo en el fondo.

-T: Investigue en el fondo de ese pozo.

-P: Como si hubiera caído basura.

-T: Saque esa basura y trate de ver si hay algo de valor entre ella.

-P: Hay algo brillante, como un tacho.

-T: Qué hay adentro del tacho?

-P: Está vacío.

-T: Hay algo de valor?

-P: No, no hay nada.

-T: Nivele el pozo.

-P: Estoy acomodando las cosas.

-T: Cuando haya acomodado las cosas, siga avanzando por el fondo del mar.

-P: Hay un revoltijo, como si se estuviera moviendo por algo, como una mancha blanca, un cuerpo no definido.

-T: Trate de sacarlo.

-P: Ya está, pareciera una nebulosa. Al sacarlo no la tengo más

-T: Puede seguir avanzando?

-P: Si, tranquilo, sin miedo. Veo como un destello de luz. Proviene del fondo.

-T: Investigue de donde proviene.

-P: Como si fuera una barra de metal blanco.

-T: Saque esa barra de metal blanco y llévelo arriba, al barco.

-P: Como si fuera algo plateado. Es una lata.

-T: Vuelva a bajar y camine por el fondo.

-P: Camino tranquilo. Vi como una olla de metal negro como de hierro

-T: Qué quiere hacer con ella?

-P: Sacarla, ya la subí.

-T: Vuelva a bajar al fondo del mar y siga investigando.

-P: Aparece la parte de adelante de un barco hundido, negro.

-T: Visítelo.

-P: Adentro...vacío...nada, está oscuro.

-T: Está entero el barco?

-P: No, es como si lo hubieran hundido de un cañonazo que ha roto el costado.

-T: Qué hay en la bodega del barco?

-P: Como si estuviera cargado de bombas o algo así.

-T: Se puede reflotar?

-P: En la forma que está, no.

-T: Y con la ayuda del barco que está arriba?

-P: Es difícil.

-T: Y con una grúa?

-P: Tal vez...

-T: Intente reflotarlo y llevarlo a puerto.

-P: Prácticamente se lo está arrastrando. Ahora es como si está a la luz del día, a pleno sol.

-T: A la luz del sol revise nuevamente ese barco.

-P: Hay como una especie de cajas.

-T: Y dentro de las cajas encuentra algo?

-P: Alimentos envasados

-T: En buen estado?

-P: Si, estaban herméticamente cerrados.

-T: Disponga de esas cajas

-P: Las voy sacando y las voy apilando despacito

-T: Y al sacar esas cajas encuentra algo más?

-P: No, no hay nada más.

-T: Se puede hacer algo con este barco?

-P: Aparentemente no. Para chatarra. Hay gente que me pide los alimentos, digo que no, temo que estén podridos. Parece ser una isla.

-T: Pruebe esa comida con algún animal.

-P: Me traen algo como si fuera una gallina que ellos tienen. Le doy de comer y no pasa nada con el animalito.

-T: Qué decide entonces?

-P: Dárselos. No muere el animal, entonces se la doy a ellos.

-T: Y esa gente?

-P: Están contentos, se ponen a bailar en agradecimiento por la comida.

-T: Usted, cómo se siente?

-P: Tranquilo, porque se han podido alimentar y la comida no les ha hecho mal, al contrario.

-T: Mire nuevamente el barco.

-P: Ahora sí lo arreglaría

-T: Cómo?

-P: Saco las bombas, las desactivo y lo arreglo, no como barco de guerra sino de pasajeros.

-T: Descanse Ud. donde quiera.

-P: Me tiro, o me apoyo contra una palmera.

-T: Cómo se siente?

-P: Tranquilo, bien, con ganas de quedarme con esa gente.

### **INTERPRETACIONES DEL PACIENTE**

Terminado el "ensueño despierto" el paciente abre los ojos y es interrogado por el terapeuta sobre lo que le simboliza o le representan los items más importantes del relato.

Estas son las interpretaciones del paciente:

Mar: Algo tranquilo

Que está oscuro: No me gusta la oscuridad. No ver con claridad

La noche: Tranquilidad

Las anguilas, mansitas como si estuvieran domesticadas: Como de juguete. De chico jugaba con anguilas. Es la gente en la cual me apoyo.

El tacho vacío: Pensé que era algo valioso, pero no, no lo es.

Estoy como acomodando las cosas: Que quedara todo parejito para que no lastimara a nadie.

Hay un revoltijo como si se estuviera moviendo por algo: Algo que no se quería acomodar.

Una mancha blanca, un cuerpo no definido, que al sacarla parece una nebulosa que desaparece: Algo que me podía haber imaginado.

Un destello de luz que proviene de una barra de metal blanco, que al llevarla hacia arriba la ve como una lata: Parecía algo de valor.

Me engaño, no servía para nada.

Olla de metal negro como de hierro: Algo que se tiró al mar por inútil, a mi tampoco me servía. Mi madre tal vez.

Barco hundido negro: Da una sensación fea, de abandono.

Como si lo hubieran hundido de un cañonazo: Había sido atacado.

Como si estuviera cargado de bombas: Se hundió con todo el armamento.

- En la forma en que está no se puede reflotar: Inútil en todo sentido. MI VIDA.

Sacar el barco a la luz del día a pleno sol: La alegría de poder

volver a ver un nuevo día. Estar más tranquilo, contento.

Alimentos envasados: La última cosa que manotearía para comer.

Gente que me pide los alimentos: Ellos necesitaban comer, deseaban comer.

Temo que estén podridos: Tenía miedo que en vez de hacerles un bien los podría envenenar.

Se ponen a bailar en agradecimiento: Siento una satisfacción, hice una obra buena.

Apoyo la espalda contra una palmera: Lo que esperaba hacer lo hice.

Como el que descansa después de una misión cumplida.

### CONCLUSIONES

Al volver a leerle lo que el mismo interpretó, Pedro reconoció vivencias muy profundas en él: su total desvalorización y su íntima convicción de que nada bueno tenía para dar a los demás y que lo que él tenía para ofrecer sólo servía para envenenar.

Toma conciencia de la inutilidad de su vida como él mismo lo expresó en la interpretación del barco hundido.

Reconoce que a pesar de lo armado que estaba no se pudo defender y se hundió, aclara que el cañonazo que produjo el hundimiento del barco fue la enfermedad y muerte de su padre con el que había logrado tener una buena relación afectiva y al que con especial dedicación atendió durante su enfermedad.

Esta pérdida hizo resurgir en Pedro sus sentimientos de abandono, de inseguridad y depresión que se encontraban más o menos reprimidos y hasta entonces, más o menos compensados.

La frustración provocó en Pedro agresividad y ésta culpabilidad, y finalmente volcó su caudal de agresividad hacia sí y en un intento fallido de superación de su problemática básica y de sus vivencias profundas que lo invadían inicia su alcoholismo.

El inicio de la carrera alcohólica agravó sus conflictos impidiéndole tener objetividad sobre los mismos, puesto que a pesar de lo que vivió todavía mantiene intacta sus capacidades que él mismo expresó en el símbolo de los alimentos y que suponía que estaban envenenados.

Reflotar el barco y arreglarlo, como así también el poder brindar a los demás lo bueno que hay en él permite a Pedro no sólo elaborar el duelo por la muerte de su padre sino también iniciar un proceso de franca recuperación de su autoestima reafirmando sus valores y poniéndolos al servicio de los demás.

Pedro reconoce que sentía una gran satisfacción en poder ayudar a los demás y a través de esto comienza también a reafirmar sus valores.

La transformación del barco de guerra en barco de pasajeros pone en evidencia un cambio de actitud hacia la vida, ya no tiene o no necesita estar defendiéndose o en combate sino que se abre al mundo y a la gente con una nueva actitud de confianza y de servicio al prójimo.

### COMENTARIOS

Pedro imagina con gran lentitud y debe ser estimulado constantemente con preguntas o sugerencias para que mantenga la dinámica imaginativa, y para que solucione aunque sea parcialmente su problemática de base. Es de notar que ya desde su más tierna edad (4 años) fue desvalorizado por su madre, al ser abandonado totalmente por ella. Si bien en el trabajo imaginativo no se pudo profundizar sobre la relación con su madre es significativo el símbolo de la olla de metal negro como de hierro y que interpretó como algo que se tiró al mar por inútil y que a él no le servía, y que relaciona con su madre.

A partir de este trabajo simbólico hay cambios significativos en la conducta de Pedro que se manifiestan por su perseverancia en su abstinencia alcohólica.

Hizo sesiones de psicoterapia semanalmente durante cuatro meses, luego siguió su terapia cada quince días durante otros cuatro meses, para continuar con un control mensual. Es importante destacar su no reincidencia con el alcohol, mejoró su estado general, desaparecieron completamente sus ideas suicidas y está más sociable y activo.