

PREPARACION PSICOTERAPEUTICA PARA UNA INTERVENCION DE ALTO RIESGO

Dra. María Ana Ennis

RESUMEN

Este trabajo pone de manifiesto la efectividad de la Psicoterapia Simbólica en la preparación psicológica de pacientes que deben enfrentar la inminencia de la propia muerte, por una cirugía de alto riesgo o enfermedad terminal. Las fobias del paciente aparecen y se resuelven; se lo ayuda a conocer y aceptar su realidad.

Se le enseña a utilizar imágenes propias para controlarse mentalmente en los momentos de ansiedad. La personalidad del paciente se afirma en su realidad más profunda, intensificándose, por la terapia, la vivencia de sus valores e ideales.

Motivo de Consulta

Juan llega a mi consultorio para hablarme de la enfermedad de su hermana M, "Leucemia mieloidea crónica". Los médicos consultados creen que su única posibilidad de vida está en un trasplante de médula, y él mismo, Juan, sería el donante por poseer mayor compatibilidad.

Me informa además que el hospital en el que M. se internaría exige que el paciente conozca previamente todos los pasos del tratamiento, el riesgo de vida existente en cada uno de ellos y las posibles complicaciones, y firme el consentimiento de la operación. Juan considera que puedo, como psicoterapeuta, explicarle a M. esta dura realidad del modo adecuado para que ella acepte la operación. El folleto explicativo del trasplante está en inglés, de modo que deberé traducírselo.

Acepto el encargo, pero con la condición de una breve psicoterapia previa que me permita conocer y así ayudar mejor a la paciente.

A los pocos días llega a mi consultorio una joven y bella señora, con signos de la enfermedad, en su rostro. Serena, aunque por momentos emotiva, me dice de entrada que acepta el trasplante porque sus dos hijos aún la necesitan.

En la primera entrevista hace, según la metodología de la Psicoterapia Simbólica el primer trabajo imaginativo: "Bajar por una escalera desconocida". A través de él, ve claramente la necesidad que su hijo menor tiene de ella, su vocación docente, y revive la angustia de sentirse perdida en un país extranjero, del que incluso desconoce el idioma. En el ensueño, el marido es el único que la socorre. Relaciona esto con la experiencia que sufrió en un hospital extranjero, en el que unos enfermeros, al verla extraviada, la acompañaron.

Desde esta primera sesión se advierte que M. Confía y se apoya en su marido.

En la segunda entrevista me comenta cómo había transcurrido la semana, e inicio la lectura comentada del folleto, que suspendo a pedido de ella porque siente angustia.

En la tercera sesión la hago "Bajar al fondo del mar". Ve en este segundo trabajo imaginativo que su hermano no es feliz, pues tiene problemas familiares no resueltos, y teme que él no los pueda solucionar. Comenta: "mis padres se ocupan de mí, pero creo que él necesita más que yo" (frase que muestra la calidad espiritual de la paciente, que se preocupa por su hermano a pesar de la situación que ella vive).

En la cuarta entrevista imagina "Subir a una montaña desconocida y luego volar hacia arriba". Transcribo el trabajo:

— Estoy subiendo. Me caigo un poco. Subo. Estoy agarrada de una soga. Voy subiendo. Tiene yuyitos, piedritas rojas, pedacitos que salen. La punta no es chata; es como la punta que dibujan los chicos. No me puedo quedar ahí. Antes de llegar a la punta la aliso con la pala. Trepo. Tengo justo el lugar para mis pies. Salto la soga.

— Ascienda.

— Empiezo a volar. Paso las nubes. Una capa; otra más gruesa. Está haciendo como frío. Paso otra capa. El cielo parece liso como si fuera macizo.

— ¿Qué sensación tiene?

— Me siento bien. Tengo frío en los pies. Me siento relajada.

— ¿A dónde quiere llegar?

— Llegué al cielo, más arriba no puedo. Cielo azul. Más allá puede haber algo diferente, pero no es para nosotros; cuando uno muere puede llegar el alma arriba. No voy a subir más.

— Baje al lugar que le sea más grato.

— Voy a bajar a un campo lleno de girasoles. Hay bichitos de San Antonio. Camino entre los girasoles. Es inmenso y está muy amarillito. Camino hasta el fondo del campo; hay una casa; no la conozco.

— Visite esa casa.

— Es blanca por dentro y por fuera. Tiene muebles de campo, un hogar a leña; es muy acogedora. Me voy a sentar un rato. Se oye el ruido de animales, vacas, ovejas.

— ¿Cómo se siente?

— Bien; cómoda.

Para no fatigarla, pues a veces concurría a mi consultorio con fiebre, molestias en el bazo, etc., los ensueños que le hice hacer fueron breves y le pedí que interpretara sólo los símbolos más importantes.

Interpretó lo siguiente:

Subir una montaña: la lucha.

Volar: la paz.

Está haciendo frío: un poco de temor

Tengo frío en los pies: algo quedaba abajo

Me siento relajada: paz, tranquilidad.

Girasoles: la alegría

El campo: un lugar de descanso

Casa blanca con un hogar a leña: lo cálido, lo acogedor.

CONCLUSIONES (extraídas por la paciente en diálogo con el terapeuta):

M. Comentó que estaba viviendo una verdadera lucha con su enfermedad, y que, aunque sentía un poco de temor, le era posible encontrar paz y tranquilidad. Me dijo que sintió la incomodidad de "los pies fríos" porque "algo le quedaba abajo" y lo relacionó con el encuentro del alma con Dios que se da sólo después de la muerte. Como le respondí "¿Acaso no lo encontramos a Dios en esta vida a través de la oración?", dialogamos muy brevemente sobre esto.

CONTROL MENTAL

Aproveché las imágenes positivas que espontáneamente había creado, como el campo de girasoles, que le significaba lugar de descanso y alegría, y la casa blanca con un hogar a leña, símbolo para ella de lo cálido y acogedor, para sugerirle que las reviviera frecuentemente, pues esas imágenes positivas podían serle muy eficaces para procurarse serenidad en los períodos de aislamiento que tendría que vivir durante el tratamiento.

Quinta entrevista: Después que M. me contó cómo habían transcurrido los días desde la sesión anterior, continúo con la lectura comentada del folleto explicativo sobre el transplante de médula.

Sexta entrevista: Me relata una pesadilla de la noche anterior. Su marido la despertó al advertir que lloraba desconsoladamente.

Le pido que con los ojos cerrados reviva el sueño y lo continúe:

—Estoy en una cama de sanatorio; pasa gente alrededor. Hay una pared blanca y el resto, todo de vidrio, con una puerta. Yo no me puedo bajar de la cama. Algo me tira de los brazos, como un elástico para sacar sangre atado al fierrito de la cama; al lado está preparado un suero. Me levanto de un lado y me quedo atada al otro. Desato el nudo, busco mis chinelas y me bajo. Muy segura no estoy. Voy a sentarme un rato; me siento más insegura, pero sentada respiro mejor. Pasan enfermeras que me miran con cara de asombro. Me acerco a la puerta, trato de abrirla; no tiene picaporte, es tipo Blindex con cerradura. Toco el timbre para llamar a la enfermera; con señas le pido que me abra la puerta y me dice que no.

—¿Por dónde entra el aire?

—Por la ranura de la cerradura, y por debajo de la puerta. Quiero ver cielo, no paredes blancas. Estoy como en una caja encerrada. Me vuelvo a mi cama y trato de dormir. Estoy enojada. Cuando los agarre les voy a decir de todo.

—¿Siente que puede respirar?

—Sí, con dificultad Yo quiero una ventada.

—¿No entrará oxígeno por algún lugar?... ¿no tendrá un tubo de oxígeno?

—No me gusta.

—No estará como los aviones, climatizados?

—Sí, debe estar, pero yo quiero mi ventana. Pongo las almohadas apiladas así, y es mejor que estar acostada.

—En esa situación trate de imaginar algo placentero.

—¿Para qué?

—Para sentirse mejor.

—¿Que camino por un parque con bancos blancos, con muchos senderos. Puedo caminar por uno... por otro... baja... sube... y me siento debajo de un eucalipto... Ahora sí que respiro.

CONCLUSION

En la pesadilla y en su continuación, en el ensueño, pudo expresar toda su claustrofobia (se refirió a la vez que se quedó encerrada en un ascensor), su enojo y desagrado por el aislamiento que iba a tener que pasar para evitar cualquier contagio posible cuando no se tienen defensas.

Le mostré que en una situación semejante podía ayudarse con control mental.

En la séptima entrevista me comento sus problemas existenciales respecto a su familia, su salud, etc.. Continúo con la lectura del folleto.

En la octava entrevista le sugiero que exprese en un símbolo sus vivencias. Con él, continúa un ensueño en el que expresa toda su incertidumbre. Nuevamente encuentra que su marido le da apoyo y seguridad, y que ella es capaz de alcanzar paz y tranquilidad.

En el noveno encuentro termino con la lectura comentada del folleto explicativo sobre transplante de médula. Reconozco que me era penoso hacerlo; me pareció siempre muy duro tener que enfrentar al paciente con todas las posibles complicaciones, incluso la muerte, para que así se cubrieran legalmente el hospital y los profesionales que debían actuar.

En el décimo encuentro me dice que le duele el bazo (lo tenía muy hipertrofiado) y un ganglio. Le pido que exprese sus vivencias en un símbolo. Transcribo la sesión:

—Una hoja mediana cayó de un árbol y está en medio de un temporal. Quiere parar y buscar cobijo, pero el viento la arrastra, la arrastra.

—Búsquela.

—Quizá lo ideal sería ponerla junto con otras hojas. Ella se siente distinta a las demás, siente más frío que las otras hojas. Junto con las manos las otras hojas; la tapa, pero sigue sintiendo frío. Tal vez en el hueco de un árbol que se ofrece a cuidarla... Ahí se siente calentita, segura.

—¿Se siente mejor la hoja ahí?

—Está más segura. Si pudiera pensar... Sí, se quiere quedar toda la vida ahí. Hay que ver qué sucede cuando pase la tormenta. Su temor no es tanto si pasa la tormenta; el árbol es bueno y fiel, pero tanto viento la está secando deteriorando. Piensa que tal vez pueda arreglarse un poco, y no sabe cómo. Esa es una de las primeras tormentas del año; le esperan más fuertes y no sabe si las va a resistir... El árbol dice que va a estar a su disposición para cobijarla. Tal vez está lejos de este árbol y no encuentre mano para cobijarla. Ahí se siente bien.

Interpretó lo siguiente:

La hoja mediana que cayó del árbol: me siento desorientada.

El viento que la arrastra: la tormenta, la enfermedad

Las otras hojas: la gente que trata de ayudarme

Las otras hojas que la tapan pero sigue sintiendo frío: la ayuda que recibe no logra mejorarla

El árbol bueno y fiel: mi marido me hace sentir protegida, me da fuerzas.

Tanto viento me está secando y deteriorando: mi enfermedad

Es una de las primeras tormentas del año: mi malestar en este momento

Espera tormentas más fuertes y no sabe si va a resistir: el trasplante de medula

CONCLUSIONES

M. Expresa en forma muy real cómo siente su enfermedad y sus dudas sobre el resultado del tratamiento. Reconoce que los que la rodean desean ayudarla, aunque esa ayuda no la calma. Se siente protegida por su marido, que le es fiel y la acompaña siempre. Sabe, sin embargo, que en definitiva es ella la que deberá afrontar el tratamiento.

En la undécima entrevista M. Anuncia su próxima partida al extranjero para su internación. Luego de un breve diálogo le propongo hacer un trabajo imaginativo: "Subir a una montaña y luego volar". Me lo acepta. Lo transcribo:

—Estoy subiendo. Parece un cucurucho la montaña, porque no es muy grande. Estoy parada en la punta; no me gusta mirar para abajo. Pasa un pájaro grande; trato de imitarlo, con mucho miedo. Parece que vuelo. El cielo está muy azul. Sigo volando. Pasan patitos salvajes. Subo un poco más. Hay nubes arriba.

—Me cuesta pasarlas; se ve todo como un campo de algodón. Ahí está mas claro y puedo caminar. Temo que me voy para abajo. Me siento para mirar alrededor. Se ve una luz muy fuerte, una luz entre azul y rosado. Me voy acercando. Parece que me late todo adentro. Sigo caminando. La luz es más fuerte, más cercana. Estoy delante de la luz; no tiene una forma exacta. Es una luz, una voz y una mano. Toco esa mano; me da calor, me tranquiliza. La voz me dice que no tengo que estar atemorizada, y yo no tengo miedo. Le pregunto si puedo quedarme un rato ahí, tomada de la mano. Me dice que sí, que cuando quiera volver suelte la mano y vuelva. Antes de irme le pregunto si puedo regresar, Me dice que cuantas

veces quiera, que va a estar en el mismo lugar. Le pregunto: ¿y si no tengo fuerza para subir la montaña? (aquí llora). Dice que va a bajar a iluminarme.

—Él le va a dar un rayo de su luz para bajar y subir; le va a servir de ascensor... ¿Aparece el rayo de luz?

—Sí, estoy abajo.

—Agarre ese rayo de luz y camine con él, así lo tiene siempre a mano... ¿Por dónde está?

—Por el parque. Estoy caminando; voy tranquila porque me acompaña. Saltamos bastante bien las espinas.

—No se suelte de ese rayo y se va a sentir bien.

—También me puedo sentar a dormir en algún lado, abrazada al rayo.

Interpretó lo siguiente

La luz: le fe que me llena interiormente.

Una voz: la palabra; aunque no la oigo en todo momento, la conozco, me da fuerza.

La mano: la calidez, el afecto. Es Dios que me tranquiliza.

El parque con sol: la libertad

Me puedo sentar a dormir en algún lado abrazada al rayo: dormir, o donde me toca estar, tranquila con el rayo.

CONCLUSIONES

El encuentro de M. con Dios por la fe la llena interiormente; el diálogo con Dios le da fuerzas, aunque no se da en todo momento, y el sentir la mano de dios llena de calidez y de afecto la tranquiliza. Su única angustia es pensar en cuando ya no tenga fuerza para orar, pero se da ella misma la respuesta; es dios quien va a acudir a ella. Yo refuerzo terapéuticamente esa convicción con la imagen de un rayo de luz enviado por Dios a su disposición (ella puede tenerlo siempre). M. asume ese símbolo e imagina que puede sortear bien las dificultades (las espinas) y que "puede dormir, o donde me toca estar (haciendo alusión a la muerte), tranquila, abrazada al rayo" de luz.

A la duodécima y última entrevista concurre conmovida pero muy serena a despedirse de mí, ya que al día siguiente partía. Conversamos amigablemente pues se habían dado sentimientos muy profundos de estima mutua en esos tres meses de preparación.

Le propuse una nueva sesión de Psicoterapia Simbólica, que aceptó. Le sugerí que, con los ojos cerrados, expresara en una imagen que lo simbolizara lo que estaba viviendo, lo que estaba sintiendo. Lo transcribo:

—Hacer planes y despedirme de todos.

—Traté de expresarlo en un símbolo.

—Poner una semilla en una tierra árida. Voy a ir a ponerla. Yo compré la semilla. Tengo poca agua. Se la muestro a todos antes de plantarla para que están tranquilos, que van a ver un fruto o una flor. Yo la voy a cuidar mucho. Esa semilla va a estar dentro mío; mi tierra, no sé cómo va a responder; es como si le faltara abono. Está como diciendo "todavía puedo dar un fruto más".

—Tenía un rayo de luz, póngala en la semilla.

—El rayo va a ayudar a la semilla y a la tierra. El problema está en la tierra.

—¿Cómo se siente con ella?

—Me siento tranquila; y a veces me asusta la tranquilidad que tengo.

Interpretó dos símbolos:

La semilla: es mi hermano (es el donante de la médula ósea)

La tierra: soy yo.

CONCLUSIONES

Buscó, en primer lugar, serenar a los demás, transmitiéndoles la esperanza de que "la semilla va a dar un fruto o una flor", es decir que va a tener éxito el trasplante.

Luego expresó sus dudas respecto a si su organismo respondería adecuadamente.

A pesar de sus dudas sobre el éxito de este trasplante, se asombró de la tranquilidad que sentía; sabía que Dios la iba a ayudar. Aceptó la imagen que le sugerí del "rayo de luz", símbolo que ya había incorporado en el trabajo imaginativo anterior "Subir a una montaña y volar".

En síntesis, a través de la Psicoterapia Simbólica:

- pudo expresar y elaborar sus dudas respecto del resultado del trasplante.
- manifestó y elaboró su claustrofobia.
- se reafirmó en la confianza y apoyo brindado por su marido.
- aprendió a utilizar las imágenes gratas, surgidas en su psicoterapia para controlarse mentalmente usándolas en momentos de ansiedad o soledad.
- vivenció muy profundamente su relación con Dios, obteniendo su mayor serenidad de la convicción de que la sostiene en todo momento y la acoge con amor.

En ningún momento se le propusieron falsas expectativas o ilusiones; al contrario, se la acompañó en la aceptación de su realidad, y se le señalaron y se le reafirmaron sus valores humanos, como el amor y la fidelidad de su marido, y en el plano religiosos, el amor de Dios, que le daba compañía y paz.

EVOLUCION

Se logró un trasplante positivo. Evolucionó favorablemente, pudo salir del hospital, pero por poco tiempo, pues antes de que su organismo tuviera las defensas adecuadas una virosis la llevó a la muerte.

Refieren los familiares que en todo momento mantuvo su serenidad.