

Primera edición: octubre de 1987

Tiraje: 2,000 ejemplares

Copyright 1987 por

EDITORIAL PAX MEXICO, LIBRERIA CARLOS CESARMAN. S.A.

Av. Cuahutemoc 1430

Mexico. D.F.03310

ISBN: 968-860-325-2

## Contenido

Prológo	9
<i>Primera Parte: Crónica</i>	
<i>Capítulo I:</i> Crónica de mis experiencias después del sismo (grupos amplios y pequeños)	19
<i>Segunda Parte: Teoría</i>	
<i>Capítulo II:</i> Breve interludio teórico. Los desastres naturales y sus reper- cusiones psicológicas	45
<i>Tercera Parte: Intervenciones terapéuticas</i>	
<i>Capítulo III:</i> El sismo: repercusiones psicológicas. Un modelo terapéutico	71
<i>Capítulo IV:</i> El psicoanalista ante la catástrofe	97
<i>Capítulo V:</i> Una experiencia: terapia orientada a la crisis en una escuela activa	113

Cuarta Parte: Capacitacion y formacion

Capitulo VI:

Una experiencia multiplicada en salud mental en el area de la educacion  
(intervenciones grupales en situaciones de crisis para grupos de niños) 131

**Capítulo VII:**

**Una técnica de capacitación para promotoras de salud mental  
en situación de crisis 151**

**Capítulo VIII:**

**Lo que el sismo reveló. Reseña y comentarios de un seminario  
de formación de emergencia 175**

Quinta Parte: **Apéndices**

Apendice 1:

Anecdotario de los sismos de septiembre del '85, capacitación  
de voluntaris como promotoras de salud mental en si-  
tuaciones de crisis mediante técnicas grupales 203

Apendice 2

Enlace entre los grupos de voluntarias promotoras de salud  
mental, los albergues y la directiva encargada para esta acción  
especifica de la Asociación Psicoanalitica Mexicana, A.C. 219

Apendice 3:

Materiales útiles para la información general de la población  
en caso de terremotos 225

## Prólogo

*Hubo un primer momento en que todos nos sentimos inútiles.*

*Mario Campuzano*

*Todo se derrumbó, dentro de mí, dentro de mí* decía la canción de moda y los niños de la escuela de la zona más devastada por el terremoto al no poder articular su angustia quisieron cantarla a coro dentro del salón de clases. La necesidad de hablar, de contar lo que les había pasado, de descorchar su propio terremoto, de hacer su duelo, de vaciarse de escombros y cenizas la comprendieron los psicoanalistas al visitar escuelas céntricas y campamentos de damnificados. Los niños que andaban sueltos por allí, estaban urgidos de que alguien los escuchara. Adela Jinich de Wasongarz y Alberto Siniego nos dicen: "Nuestra impresión diagnóstica es que se trataba de niños profundamente carenciados desde antes, quizá el sismo lo que hizo fue poner abiertamente de manifiesto tales carencias: alimento, atención, limpieza y un evidente deterioro emocional y para el aprendizaje. Pese a la pérdida de intimidad de la familia y a la conmoción del contexto social, las escuelas, los amigos, el barrio, los papeles, la identidad, etcétera y pese también a los peligros del momento: conatos de violencia, hurtos, peleas e incluso violaciones (las cuales siempre han formado parte de su vida cotidiana), para muchos el campamento es quizá una posibilidad de cambio. El lugar sin embargo, ofrecía cierta posibilidad de recuperar una identidad y una pertenencia, en ese momento cuestionadas".

El que quiera ser escuchado, niño o adulto, necesita un oyente y oyente óptimo es el psicoanalista. Pero en el caso de los dos sismos del '19 y del 20 de septiembre de 1985, también los médicos necesitaron ser oídos. Este libro nos hace asomarnos a un trauma colectivo. Después de la conmoción inicial, Marco Antonio Dupont encontró en diversos

campamentos y albergues, en las zonas sembradas no sólo de ruinas sino de **personas desamparadas**, la necesidad, después la conmoción inicial de **"evacuar de la mente los montantes emocionales abrumadores"**. J. A. Carrillo plantea que el "sismo, como dispositivo analizador específico, develó-reveló las contradicciones del rol de la identidad socio-profesional del psicólogo dentro del sistema de roles de los trabajadores de la salud mental". Es decir, los psicólogos también sus sismo, palparon sus limitaciones, se preguntaron cómo servir, se cuestionaron hasta el punto de llamarse a sí mismos **"damnificados profesionales"** y recordar que la psicología con su identidad poco definida, se ha desarrollado entre la física, la fisiología y las ciencias sociales. Sintieron que no contaban con los instrumentos suficientes para enfrentarse a esta realidad pavorosa. Las demandas los rebasaron: controlar ansiedades, impulsos, locura; dar tratamientos psicológicos, tranquilizar a la gente y actuar como mediador y negociador en los campamentos y en los albergues resultó una tarea abrumadora sobre todo porque tenían que enfrentarse a su propio terror, debatirse con su propia ansiedad: **"no poder hacer nada y querer hacerlo todo"**. ¿Y su rol? **"Entre todólogo y naddólogo ¿dónde quedó el psicólogo?"**

Total los psicólogos no son dioses y así lo confiesan. Ninguna omnipotencia en uno solo de los trabajos que configuran: **"Tras el sismo: intervenciones psicoterapéuticas y formativas"**. Se trataba de un libro humilde. Mario Campuzano, José Antonio Carrillo, Isabel Díaz Portillo, Rosa Döring, Marco Antonio Dupont, Laura Islas de Mendizábal, Adela Jinich de Wasongarz, Carmen Pardo de Araujo, Alberto Siniego y Juan Tubert, ninguno quiere dar cátedra, ninguno se sitúa olímpicamente en el sillón de psicoanalistas y se dispone a oír. Al contrario ellos son los que hablan, y hablan como nosotros, los damnificados del alma, y el suyo es el relato de su impotencia y de sus titubeos. En el principio fue el caos y ellos son parte del caos. Convencen porque confiesan no tener armas para casos semejantes, no saber qué hacer, tardar en decidirse a actuar. Este libro **"Tras el sismo"** es la autocrítica de un grupo de psicoanalistas; toma de conciencia de que su reacción ante el sismo no fue mejor que la de los demás, y es la lección que de ello puede desprenderse para el futuro. En su diario, la doctora Rosa Döring escribe el 28 de septiembre: **"Trabajé con José Luis González y Jorge Margolis en un grupo que vino respondiendo a la oferta de AMPAG. Había unas dieciocho personas, la mayoría llegaron acompañadas de alguien, casi paralizadas. Eran sobre todo psicólogas que venían a hablar del sentimiento de culpa que tenían, pues siendo jefas de personal, orientadoras de diferentes escuelas, etcétera, se habían declarado enfermas y ni siquiera habían sido capaces**

de llegar a su lugar de trabajo. Venían a hablarnos de sus carencias, de la falta de instrumentos psicológicos para atender una situación parecida, hablaban de su propio miedo, de sus pesadillas, de su impotencia, de su falta de conocimientos, del pánico a enloquecer... fue una sesión de cuatro horas”.

Isabel Díaz Portillo, que escribe bien porque piensa bien, cuestiona hasta las medidas de protección dictadas en caso de temblor: ponerse bajo el quicio de una puerta y resguardarnos en ella, no bajar jamás corriendo por una escalera ni tomar un elevador. (La mayoría de las 700 costureras que murieron aplastadas fueron las que se precipitaron por el cubo de la escalera buscando una salida). Isabel Díaz Portillo dice con mucha razón: “Las medidas que han sido transmitidas a la población en casos de desastre son útiles en cuanto a aumentar las posibilidades de sobrevivencia: alejarse de cristales que puedan romperse; de libreros... objetos pesados y armarios que pueden caer y aplastar a quien está cerca de ellos; salir con rapidez, pero sin correr, para evitar caídas; cerrar las llaves del gas y agua para evitar explosiones e inundaciones; refugiarse bajo travesaños o escritorios metálicos; evitar la cercanía de cables conductores de electricidad; tener a la mano linternas y botiquines, etcétera. Pero su efecto tranquilizador va más allá de lo explícito. Para la necesidad inconsciente de seguridad y control, ofrecen un precioso alimento: la fantasía de que al seguir rigurosamente las reglas, tiene forzosa y necesariamente recompensa. Y sin embargo, hubo quien se salvó, precisamente porque salió corriendo, saltando por entre los escalones semidestrozados de un edificio que se derrumbó a sus espaldas; y quien saltó a través de la ventana de un primer piso hacia un montón de basura que le permitió llegar indemne al suelo. También es cierto que hay personas que mueren por arrojarse imprudentemente por las ventanas, mientras otros, que toleran mejor la angustia y son capaces, por lo tanto, de valorar realísticamente la situación, escapan indemnes o con pocas lesiones. Lo anterior implica que, en verdad, no existen reglas infalibles. La capacidad de improvisación, pudiéramos decir la creatividad, aun en situación de peligro, es la mejor protección con la que cuenta el ser humano. Implica un contacto amplio con la realidad, con las experiencias previas del individuo y con todas sus capacidades y recursos innatos”.

Todo se ha derrumbado, todo debe volverse a plantear, no hay mejor medida de protección que la propia inventiva, la presencia del espíritu. Las reglas no importan, la metodología es inoperante, los psicoanalistas se encuentran prácticamente inermes frente al desastre y nos lo dicen. El doctor Juan Tubert Oklander sintetiza en una frase de humildad franciscana la igualdad de condiciones de médicos y pacientes

ante la catástrofe: "...nos enfrentábamos a la necesidad de convivir con la angustia perdurable de habernos visto brutalmente confrontados con nuestra propia irremediable fragilidad" y explica el porqué de su actitud defensiva.

Frente al desastre, la emoción predominante es la de la incredulidad. La misma doctora Rosa Döring dice que su primera reacción al escuchar las noticias por radio es pensar: "No es verdad, es un concurso de ver qué locutor dice cosas más espantosas". Muchos de los habitantes de las colonias alejadas del centro no se dan cuenta de nada sino hasta en la tarde; por una parte, es cierto que la comunicación es deficiente, pero por otra también es verdadero el deseo de no enterarse. Cuando la realidad es intolerable, fácil es evadirla como Scarlett O'Hara, la heroína de *Lo que el viento se llevó*, que decía frente a cada problema: *I'll think about it tomorrow*. La primera reacción de los psicólogos es defensiva; protegen ante todo su vida privada, la organizan de tal modo que en ella no irrumpen las emociones que tienen que manejar y encauzar en su consultorio; sin embargo, en el terremoto la realidad los avasalla; la catástrofe penetra en su funcionamiento mental y los sacude. Nunca a lo largo de su vida han tenido que hacer frente a sufrimiento físico y mental de esa brutalidad.

Si la primera reacción de Rosa Döring es de estupor, la segunda es llamar por teléfono a Dupont para preguntarle: "¿Qué sabes? ¿Qué has oído y sobre todo ¿qué podemos hacer?". La tercera es darse cuenta del desquiciamiento; la búsqueda desesperante de un médico, la falta de agua o de luz en los consultorios, la ciudad sin recursos. La cuarta; es la constatación de la solidaridad de los habitantes: "Esa noche en la Cruz Roja vimos muchos voluntarios ayudando, niños hasta de once años que acarreaban hielo o agua, acomodaban y clasificaban ropa, era realmente extraordinario el movimiento y el compañerismo en todos lados. Yo estaba atónita pues hacía mucho tiempo que no tenía la impresión de que el Distrito Federal estuviera realmente habitado por humanos". La quinta, es la decisión de trabajar. "Por fin, cerca de medio día, en la casa de Colonos de Tlalpan nos hacen una ficha de identificación, nos prometen trabajo y nos forman en una cola que es de una brigada que sale en seguida para Tlatelolco. El miedo que sentí en ese momento, la gran angustia y responsabilidad, me hicieron decirle a la encargada: "No quiero trabajar en seguida, regresaré después, tengo que prevenir a mi familia"... "Me tomó prácticamente dos horas hacerme a la idea de que voy a hacer algo que desconozco, que podría ser peligroso, pero que además lo tengo que hacer. No puedo permanecer en la casa, donde me siento aislada; necesito cooperar de alguna manera. Regreso a Tlalpan y me dicen: Fórmate en la cola, sa-

les con la próxima brigada para un albergue en Peralvillo". Otra vez como la noche anterior, veo solidaridad y compañerismo. Todos nos tuteamos, estamos asustados y necesitamos este calor humano que se produce al compartir la angustia y el miedo".

Que esto nos lo diga una médica, en ese tono familiar y cálido sin la menor actitud de superioridad resulta bien reconfortante. Nada de términos clínicos, Rosa Döring habla como un ser humano dolido, no teoriza. Sus colegas podrán reprochárselo, sus lectores se lo agradecemos. También se lo agradecemos a los demás psicoanalistas que no abundan en el yo ni en el superyo. Al contrario, el libro *Tras el sismo* es accesible; el sismo también humaniza el lenguaje, hace tabla rasa de pretensiones, los investigadores usan los términos que usamos, describen lo que también nosotros podemos ver, la escuela Primaria Simón Bolívar en 5 de Febrero y Fray Servando Teresa de Mier, pintada de verde oscuro, deteriorada y sucia, el patio de juego sin un solo adorno, los edificios en torno derrumbados, el tráfico intenso, el ruido imposible. Jinich y Siniego se conducen "del esfuerzo cotidiano que deben hacer maestros y alumnos para enseñar y aprender en semejante contexto ecológico".

De que este grupo de psicoanalistas permaneció muy cercano al terremoto y muy lúcido en cuanto al análisis del fenómeno, lo muestra claramente el doctor Mario Campuzano:

"En el caso de los sismos de septiembre en México la población sobreviviente dentro de las zonas de desastre, y la inmediata cercana, reaccionó con prontitud en forma solidaria. Ante el vacío de liderazgo oficial, gubernamental, la población civil se organizó espontáneamente para realizar las labores necesarias de ayuda de todo tipo. Se generó así una "idea líder" alrededor de la cual toda la población se agrupó: hay que salvar vidas, hay que rescatar a los atrapados por los derrumbes del sismo". Esta motivación permitió la organización espontánea de la sociedad civil y fue oficializada más tarde por el Estado, en un intento de recuperar el liderazgo formal y operativo".

"La dinámica social en esta situación se caracterizó por una expansión de la sociedad civil y una redefinición de sus espacios en relación con la sociedad política. Momento de activismo de la población civil en que el Estado, con su lenta burocracia, se quedó muy atrás. Momento psicológico caracterizado por la disociación, como mecanismo de defensa necesario para poder concentrarse en las urgencias inmediatas relacionadas con el rescate; disociación que esencialmente implica que lo propio se pospone (ansiedades traumáticas, duelos) dada la urgencia del otro, atrapado y en riesgo de morir si el rescate no llega

con rapidez. El tiempo fue aquí factor crítico. Se empezó a preguntar: ¿cuánto tiempo puede vivir un ser humano sin ingerir agua ni alimentos?, ¿cuánto tiempo haya para el rescate posible?... Por esta razón, a la disociación solían agregarse mecanismos de defensa maniacos. Así, frente a la magnitud del desastre, se evitaba la impotencia utilizando la omnipotencia maníaca de trabajar y trabajar, casi sin descanso y a veces casi sin implementos materiales (herramientas manuales, maquinaria pesada para remover enormes cantidades de material de construcción, grandes placas y traveses de concreto) eludiendo el contacto, mediante estos mecanismos, con una realidad psíquica profundamente depresiva y traumática, con un "mundo interno" lleno de sentimientos de temor, aflicción y pérdida, concentrándose en cambio, en la exterioridad abrumadora a la cual se enfrentaba en forma desafiante a pesar de la disparidad de condiciones".

No hay mayor desastre que el psicológico porque es prácticamente incomunicable; una casa tarde o temprano se reconstruye o sobre el predio devastado se siembra un jardín, pero ¿qué jardín se levanta sobre la destrucción psicológica de un hombre? Todavía hoy, después de 42 años vemos las consecuencias de la bomba de Hiroshima (6 de agosto de 1945). Los que sobrevivieron simplemente permanecieron como ejemplos del potencial mortífero de la explosión de la bomba atómica, la energía nuclear dirigida en contra de la vida humana. Los mexicanos que sufrieron el terremoto ¿se han recuperado? ¿La suerte de los damnificados de siempre, que de golpe surgieron de las grietas, Mario Campuzano, Marco Antonio Dupont, J.A. Carrillo, Isabel Díaz Portillo, Rosa Döring, Islas de Mendizábal, Adela Jinich de Wasongarz, Pardo de Araujo, Alberto Siniego y Juan Tubert pueden tener la certeza de que sus "cadenas" de rescate psicológico hicieron mucho por la salud mental y social; mientras en las cadenas los brigadistas iban pasándose de mano en mano las cubetas y las cacerolas llenas de escombros, en un esfuerzo desesperado por salvar una vida, los psicoanalistas ponían en claro los sentimientos de regresión, las identificaciones heroicas y omnipotentes, las sensaciones de impotencia e inutilidad, la sobre-exigencia, la "culpa" del sobreviviente.

Isabel Díaz Portillo dice modestamente, al final de su excelente trabajo, que espera que el acopio de experiencias le permita enfrentar con menos improvisación y mayor conocimiento los requerimientos de atención masiva a poblaciones afectadas por catástrofes colectivas, pero su sesión terapéutica con brigadistas es ejemplar. Resulta que el brigadista se quejaba de opresión precordial, no podía deglutir y se le dificultaba respirar. "Este hombre perspicaz y sensible, sabía que lo que necesitaba era llorar, pero no podía hacerlo. Habitante de uno de los

barrios más dañados de la ciudad, salió directamente de su casa a rescatar de entre los escombros a sus vecinos menos afortunados. Sintió temor y asco al ver los cuerpos destrozados pero se sobrepuso y trabajó sin descanso durante diez horas. Cuando descendió a tomar alimentos cayó ante los escombros, de donde fue levantado por familiares que también ayudaban al rescate. Durante este relato eran evidentes tanto su tristeza como su control. Le pedí que me describiera lo más detalladamente posible, lo que había sucedido desde que empezó a temblar. Así lo hizo, deteniéndose un instante, cuando describía la forma en que penetró a través de una ventana del edificio. Le pregunté entonces qué había sido lo primero que vio por la ventana; contestó entre sollozos "cabezas desprendidas y muchas piernas, como treinta y cinco piernas sueltas". Él pudo reconstruir el momento más dramático e impactante de toda la situación".

Definitivamente ayudan las palabras de la doctora Díaz Portillo y con ellas podrían sintetizarse los trabajos y los días de este grupo de psicoanalistas en favor de los lesionados por el sismo.

"El foco único de la terapia es aliviar el sufrimiento a través de la liberación de las emociones retenidas, (catarsis); y su elaboración a través de la comprensión de las causas que las provocaron. La resignificación de las culpas y temores injustificados; y la construcción de planes realistas de acuerdo con las circunstancias externas y los recursos genuinos de la persona, para reparar los posibles daños existentes a la imagen corporal, el sentimiento de la identidad, la autoestima y el sentimiento de identificación y reciprocidad con sus congéneres, librándose así de los sentimientos de soledad, desamparo y devaluación existentes".

Elena Poniatowska