

Cara o cruz.

Conviviendo con un trastorno mental

Lou Lubie

Norma editorial. Barcelona, 2018

Con la inmensidad de libros que llegan a nuestras manos sobre los trastornos mentales y todas sus diferentes manifestaciones de la psicopatología de adolescentes y adultos, es oportuno resaltar este libro que tiene dos dimensiones poco usuales en la divulgación de este género de patologías. En primer lugar nos encontramos con una historia autobiográfica, donde la autora explica qué ha significado en su vida, en su intimidad, las relaciones y experiencia personal el tener conocimiento de estar afectada por una enfermedad psíquica. Por otro lado, el libro está generosamente acompañado con una amplia gama de dibujos y gráficos, por la condición profesional de la autora como ilustradora, hecho que da una amenidad destacable en el desarrollo de todos los temas y un apoyo complementario muy esclarecedor a las limitaciones evidentes del lenguaje escrito, que tan a menudo sacrifica el conocimiento de las dudas, sensaciones y emociones, a costa de un rigor descriptivo que busca el incuestionable valor y objetividad bajo el necesario laconismo científico.

La autora expone con una gran dosis de honestidad y sinceridad el momento en que le detecta el síntoma clínico a partir de su malestar personal. Expresa con mucha claridad el largo recorrido con diferentes especialistas, la incesante obligación de ir explicando la misma historia a todos sus interlocutores y el cansancio inevitable que le provoca sentirse observada y juzgada en cada entrevista. Esta situación le genera una progresiva desconfianza hacia todos los profesionales que empiezan por “psi”, y todo lo manifiesta gráficamente con dibujos muy esclarecedores de cuáles son sus pensamientos escondidos tras las palabras que transmite en las entrevistas. Es en esta tesitura que la narrativa del libro va ganando en intensidad y credibilidad, más allá de las palabras y conceptos que expone ordenadamente.

Dentro de estos contenidos se destaca la necesidad del individuo para identificarse consigo mismo y reconocer el trastorno mental como una parte de su propia identidad.

El lector puede ir entendiendo cómo la *ciclotimia* (afectación que gana en las diferentes impresiones diagnósticas de los clínicos) se muestra en la persona como un proceso de inestabilidad reactiva e imprevisible. Y es en esta definición donde la autora nos ofrece la representación visual de los lobos o los zorros como manifestaciones comparativas de los diferentes niveles de gravedad en la enfermedad. La persona, siempre acompañada por el zorro, como muestra metafórica de la función intrusiva del trastorno en la vida del individuo, se ve tentada por las continuas provocaciones que le hacen surgir vivencias de estrés, sufrimiento y reactividad emocional extrema. La

depresión también aparece como secuencia natural del proceso y la narradora aprende a no huir de su reconocimiento ni utilizarla como motivo causante de queja.

La protagonista de la historia avisa del riesgo de la disociación personal, siempre alimentada por el propio zorro, acompañante incesante en todos sus momentos. Esta disociación personal la hace caer en numerosos altibajos, escenas de desánimo o de hipomanía y no tiene ninguna reserva en hablar de los fármacos, los neurolépticos, el litio y los efectos reales o paradójicos que le han podido provocar. Su historial le permite establecer un posicionamiento prudentemente escéptico de cara a todas las afirmaciones absolutas que ha ido escuchando en todo lo referente a su propia identidad y, por lo tanto, en su vida.

Con la lectura de este libro podemos llegar a un conocimiento completo y descriptivo de la ciclotimia, siempre en base a un nivel narrativo propio de la divulgación y la seria honradez que supone la manifestación personal de la vivencia de la enfermedad en primera persona.

El espíritu de la narración destaca un marcado posicionamiento en defensa de las esencias de la propia identidad, en tanto que cada persona es autónoma para posicionarse como le parezca, sin que las interferencias de los demás tengan que condicionarlo. Por este motivo intercala las palabras de Alain Damasio, extraídas de *L'horde du contrevent*, donde dice que “no aceptes que decidan ni quién eres ni a qué lugar tienes que pertenecer”, siempre en defensa de la autonomía personal y el derecho a preservar la propia identidad.

Cara o Cruz es una ventana que nos informa de manera abierta y franca de una experiencia personal que nos permite observar con mejor empatía la visión del trastorno mental desde los ojos de la persona que lo sufre. No hay duda que es de agradecer la gran dosis de sinceridad que destila y el esfuerzo con que nos obsequia para una mejor comprensión de las situaciones socialmente complejas de aceptar, como son las patologías psíquicas. Al mismo tiempo, nos puede servir de aviso para tener cuidado de los aspectos deontológicos de nuestra práctica profesional, manteniendo el respeto y la empatía necesarios hacia nuestros usuarios y dedicando más esfuerzo a recoger las informaciones en la red de dispositivos de asistencia sanitaria, social y educativa.

En el epílogo del libro, escrito por la psicóloga clínica Isabelle Leygnac-Solignac, se destaca esta capacidad de Lou Lubie por exponer sin censura ni tabús su vivencia personal, su capacidad de lucha y de aceptación de una realidad que le ha impuesto muchos obstáculos a su desarrollo como persona. Por ello nos señala que el libro es un “testigo de dolorosa trayectoria y ayuda para todos los afectados por este trastorno”. Por lo tanto, no dudemos en facilitar su acceso a las personas que sufren algún trastorno mental o que conviven con él en su vida de manera rutinaria y regular.

Jaume Forn i Rambla