

11 de Septiembre, un asunto de familia.

Ana Moro¹

La catástrofe del 11 de Septiembre de 2001 desató la alerta en todo el planeta y cómo no, también y de una manera muy especial, en las instituciones neoyorquinas de Salud Mental, como el Instituto Ackerman para la Familia. Su director, el dr. Peter Steinglass, ha dejado constancia en diversas publicaciones y ponencias de la actividad desplegada por el conjunto de personal y estudiantes que trabajan en este Centro.

Desde la perspectiva de la Salud Mental, los sucesos del World Trade Centre subrayaron algunos aspectos bien conocidos sobre la respuesta del ser humano ante los desastres. Así, se comprobó una vez más que determinadas reacciones agudas a situaciones de terror, como la ansiedad creciente, la sensación de pérdida de control, los trastornos del sueño, etc. son fenómenos tan universales que representan respuestas “normales” de la persona ante el estrés. Los acontecimientos también nos trajeron a la mente la categoría diagnóstica del trastorno por estrés post-traumático, su sintomatología y los abordajes terapéuticos más comúnmente aceptados para su tratamiento. También sirvió como recordatorio de la extraordinaria capacidad de recuperación de los niños ante las catástrofes cuando se les proporciona apoyo inmediato, protección e información veraz sobre lo que está sucediendo.

Sin embargo, el dr. Steinglass también señala las inmensas sorpresas que deparó a los profesionales la reacción de la población ante el desastre, especialmente durante las primeras semanas. La mayor parte de los expertos en salud mental asumió que se iba a producir una demanda desbordante de los servicios que se precisan

para manejar el miedo y la ansiedad generados ante el brusco vuelco de un mundo considerado seguro y predecible, a otro que repentinamente parecía absolutamente impredecible. De este modo, se desplegaron por toda la ciudad los servicios de emergencia y los programas de intervención en crisis. Lo que nadie esperaba es que al poco tiempo se hiciera evidente que esta movilización resultaba completamente innecesaria, ya que las llamadas para pedir ayuda no se produjeron, incluso se redujo el número habitual de demandas durante el periodo que siguió inmediatamente a la crisis.

La impresión a posteriori es que la mayor parte de la gente, en lugar de buscar ayuda profesional para manejar sus reacciones ante el 11-S, recurrió a su familia, amigos y compañeros de trabajo en busca del apoyo que necesitaban. Es decir, en aquellos momentos muchas personas experimentaron una irrupción sin precedentes de “lo familiar” en sus vidas. En palabras de este profesional, la reacción instintiva de la población fue volcarse en los ámbitos donde podían compartir experiencias e intentar dar un sentido entre todos a lo que estaba sucediendo a su alrededor. Como resultado de ello, casi todos experimentaron un compromiso y una conexión renovados con sus familias y su comunidad (lejos de sentir un impulso al aislamiento y la evitación de los lugares públicos para protegerse de posibles nuevos ataques terroristas).

La experiencia del Instituto Ackerman siguió este mismo patrón. En los días que siguieron al 11 de Septiembre, el Centro se movilizó con rapidez para organizar servicios extraordinarios

¹Psiquiatra Centro de Atención Integral a las Drogodependencias, Usera, Madrid.

para las familias, y lo único que comprobaron fue que las familias no les pidieron ayuda. Aunque se recurrió a los facultativos para colaborar en reuniones con padres, profesores y estudiantes en las escuelas de la ciudad de Nueva York, con ejecutivos afectados por el desastre de las Torres Gemelas y con los bomberos y sus familias, congregados en sus propias asociaciones, los programas extraordinarios, armados sin ánimo de lucro en su sede en la Calle 78, fueron un fracaso absoluto.

A comienzos de Noviembre, sin embargo, la situación cambió. En aquel momento, las familias empezaron a llamar en busca de ayuda. Pero también en esta ocasión lo que demandaban era poder reunirse con otras familias en grupos de discusión para compartir sus experiencias, sus esfuerzos para recuperarse de lo sucedido, y cómo habían cambiado sus creencias tras el impacto del desastre en sus vidas. El deseo de privacidad y confidencialidad parecía estar completamente fuera de sus cabezas. En su lugar, la cercanía y el sentimiento de pertenencia a una comunidad eran lo prioritario, junto con la necesidad de conversaciones que reforzaran el mensaje de que sus reacciones eran normales y que la recuperación llevaría su tiempo.

Cuando se analizan las experiencias de los meses que sucedieron al 11 de Septiembre, Steinglass considera que se deben destacar dos temas fundamentales. Por una parte, la catástrofe representó una cura de humildad para todos los profesionales de la Salud Mental, y señaló cuánto queda aún por aprender en lo que atañe a una mejor asistencia a las personas y familias que se enfrentan a un estrés extraordinario, como el derivado de los acontecimientos del 11-S. Pero por otro lado, este psiquiatra señala de todo lo ocurrido se desprende que hay que seguir confiando y respetando la capacidad de la comunidad y la familia para responder a este tipo de sucesos. Esta segunda cuestión es especialmente significativa para una institución como el

Ackerman, ya que viene a reforzar la utilidad de muchos de muchos de los valores y creencias que conforman el núcleo de los principios que el Instituto aplica a los servicios de Salud Mental: la familia como eje principal del proceso de curación; su énfasis en ayudar a las familias a identificar sus recursos internos; la convicción de que es de mayor utilidad animar a las familias a centrarse en aquello que les resultó de mayor ayuda a lo largo de sus vidas, en lugar de focalizar la disfuncionalidad; el hincapié que estos profesionales hacen en el papel terapéutico de los rituales en la vida de la gente; y también, su respeto por las diferencias culturales en los momentos en que las familias responden al estrés. Por consiguiente, aunque hubo un fallo de sincronidad en cuanto a la estimación del momento en que las familias recurrirían a los profesionales en busca de ayuda, los principios en que este Centro de terapia familiar basa sus reacciones en cuanto a cómo actuar demostraron ir por un camino acertado.

Ante la catástrofe del 11 de Septiembre, Ackerman abrió sus puertas a las familias que fueron directa o indirectamente afectadas por la misma, y formuló un abordaje que integrara su propia forma de trabajar con la amplia literatura existente sobre situaciones traumáticas. Son múltiples las vías de actuación que se desplegaron. Así, el Instituto organizó grupos de apoyo para las personas que habían perdido a algún ser querido en el desastre del World Trade Centre. En el propio centro se condujo un grupo semanal, mixto en lo referente a edad, naturaleza de la relación con el fallecido y medio cultural. También se articularon servicios voluntarios para asistir como consejeros a los profesionales de un instituto que se enfrentaban al manejo de alumnos que habían perdido a uno de sus padres, descubriendo que estos chicos recibían un apoyo constante por parte de sus compañeros, que no los dejaban solos en ningún momento.

Por otra parte, un grupo de psiquiatras ayudó a padres, estudiantes y profesores a realizar la

transición a la vida "normal". Además, se crearon grupos de discusión tanto en escuelas privadas como públicas, y sesiones de grupo e individuales con miembros de la comunidad y trabajadores de los equipos de rescate. Miembros de la institución acudieron a dos centros de asesoramiento para aquellos que intervinieron en las labores de rescate. Se destinó a una psicóloga a trabajar con niños en las clases para facilitar conversaciones sobre sus sentimientos y reacciones ante el desastre. Esta profesional recabó información para ayudar a los profesores a comprender las reacciones de los chicos. Por ejemplo, un niño que era nuevo en la escuela no había contado a nadie que su primo había muerto en el atentado al Pentágono.

Se facilitaron grupos multifamiliares entre los miembros de un sindicato del WTC (guardias de seguridad, limpiadores, etc.) para trabajar con las familias que habían perdido a un miembro y que se encontraban en distintas fases del proceso de duelo. De este modo, se comprobó que la mayor parte había elaborado una serie de rituales muy significativos –como continuar almorzando a la hora en la que el fallecido regresaba a casa–, y habían elaborado símbolos con las fotografías del ausente (pósters, pins, camisetas...) que inmediatamente suscitaban sentimientos de apoyo en aquellas personas que los contemplaban. Otras familias aún no se hallaban preparadas para esos rituales de despedida, como por ejemplo una mujer que describía un nuevo ritual consistente en caminar por la Zona 0 "para poder estar cerca de su esposo fallecido y escucharle llorar e implorarle que no le dejara allí solo".

La "Asociación Vulcan" de Brooklyn, de bomberos negros y sus esposas solicitó la ayuda de

Ackerman en los encuentros con familias de bomberos desaparecidos y con los bomberos supervivientes. También colaboraron en estas intervenciones la Asociación de Psicólogos Negros y diversos miembros de la comunidad política y religiosa.

El dr. Peter Fraenkel ha entrenado a personal clínico y no clínico, así como a consejeros del BMCC (Borough of Manhattan Community College), que se encuentra en un lugar muy próximo al WTC, centrándose en cómo conducir las conversaciones con los estudiantes, cómo ayudarles a pedir ayuda profesional, y cómo manejar el trauma propio. En un artículo escrito semanas después de los atentados, Fraenkel refiere, aportando una visión muy reveladora de lo que la catástrofe implicó para tantos y tantos ciudadanos: "En las semanas transcurridas desde que el desastre sacudió Nueva York, mi vida ha ido reasumiendo su ritmo habitual... Y sin embargo, todavía siento cómo me llaman esos aterradores montones de metal, y las imágenes y emociones que remueven en mi interior. La familiaridad de mi caótica rutina cotidiana resulta reconfortante, pero de una manera enloquecedora, esta "vida real" parece ahora menos auténtica, menos inquietante, en algún sentido menos normal que mi vida cuando estaba dedicada a responder a la crisis del World Trade".

Bibliografía.

Fraenkel P. Vivir en una realidad transformada. *Psychotherapy Networker*. 2001. Steinglass P. Carta del director ejecutivo. *Ackerman Institute for the Family Newsletter*. 2001.