

## **Mi casa, mi trinchera**

### Tiempos de aislamiento, historia y solidaridad

Brossard, Melina Ayelén<sup>1</sup>

En el siguiente artículo se intenta hacer un recorrido por la situación actual de aislamiento social, permitiéndonos historizar situaciones similares atravesadas en nuestro país, generando a partir de estas herramientas extrapolables en una lectura de la actualidad.

En estos días atípicos, donde las calles se encuentran casi desiertas, donde el ruido que entra por las ventanas es esporádico, con algún que otro sobresalto generado por la camioneta municipal que anuncia indicaciones sobre la cuarentena. Días que nos encuentran en nuestras casas por obligación. Esta medida de cuidado tomada por el gobierno genera múltiples sentimientos en la población, que van desde la tranquilidad, el descanso hasta la angustia asfixiante del encierro.

Ahora bien, se puede pensar cuál es la función que nos es asignada socio-culturalmente en relación a la productividad, el uso del tiempo, el vértigo de vivir corriendo. Qué pasa con esto cuando el trájín presenta un freno inmediato, indefinido y generalizado. Qué ocurre con esa necesidad imperiosa de producir y consumir, ya sea por las dudas y no por necesidad. Véase en Lacan (1974) Psicoanálisis, radiofonía y televisión. Qué pasa cuando hay una prohibición y aparece esa urgencia por romperla haciéndose apremiante.

El quedarse en casa puede pensarse como una bisagra en nuestras vidas cotidianas, el enigma frente a lo desconocido (la incertidumbre como disparador de la angustia), el encierro, el aislamiento social. El afrontamiento de una inquietud nueva, distinta, cargada de ansiedad respecto a lo indeterminado de la medida gubernamental. El encontrarse con la soledad aquellos que la cuarentena encontró solos y el desgaste de las relaciones interpersonales de los convivientes. Tal como plantea Freud en Malestar en la cultura (1930) existen tres fuentes de sufrimiento para el ser humano: la naturaleza, el cuerpo y la relación con el otro, lo social. Siendo esta última fuente, la que produce mayor padecer al sujeto. Y todo esto en función a un bien mayor, a un impacto colectivo, a un impacto nacional. Entonces, nuestras casas, departamentos, habitaciones se convierten en trincheras, en refugios que nos invitan a combatir una batalla invisible pero perceptible, en los cuerpos, en los hospitales, en las estadísticas. Las calles son un campo minado a zanjear y evitar.

---

<sup>1</sup> Licenciada en Psicología. Investigadora del Laboratorio de Políticas Públicas hacia la Cuestión Malvinas. Secretaria de Extensión. Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales. Universidad Nacional de La Plata.

Cuando hablamos de incomodidad, aislamiento, ansiedad, espera, el recuerdo de aquellas personas que atravesaron una situación similar viene a mi mente, los soldados que combatieron en las Islas Malvinas en 1982. Pero, ¿es comparable la cuarentena con una situación bélica? ¿Se puede usar de analogía? ¿Convergen en similares consecuencias psíquicas? Mi respuesta es no. No es desde ese punto en el que pienso en los ex combatientes como fuente de referencia para escribir respecto al aislamiento social actual, sino en las acciones que estos mismos sostuvieron para hacer frente a los setenta y cuatro días en el territorio insular argentino. A la solidaridad, compañerismo y unión frente a una causa común. Ahora bien, no hace falta haber atravesado una guerra para comprender que cuando hay vidas en riesgo y podemos hacer algo al respecto, la responsabilidad es de todos ya que respetar las pautas de la cuarentena en este caso hace la diferencia.

Desde los comunicados de los centros de ex combatientes se deja ver el concepto de compañerismo y responsabilidad colectiva para afrontar la presente situación. El mensaje de la C.E.MA. que apela a la solidaridad del pueblo argentino y el cumplimiento del aislamiento social como herramienta para ayudar al otro. En la misma línea, Excombatientes de Rosario divulga la foto del monumento a Malvinas con la leyenda “*Nos quedamos en casa, cuidate... cuidanos*”. Así como la publicación de Comisión de Hijos, CESC de Mar del Plata que expresa “*A nuestros padres los obligaron a ir a la guerra. A nosotros solo nos piden que nos quedemos en casa*”. Por su parte, la Comisión de Familiares de Caídos en Malvinas e Islas del Atlántico Sur convoca desde su página de Facebook a recordar el día del Veterano y caídos en la Guerra de Malvinas desde nuestros hogares: “*Quedándonos en casa también hacemos Patria*”. En este punto puede pensarse en los significados que adquiere el lema *hacer patria* y como estos se modifican dependiendo el momento socio-histórico-político que atraviesa la nación. Hace treinta y ocho años *hacer patria* encontraba su definición en salir a combatir en la guerra, en cambio hoy su significado se trasluce en el aislamiento. Cabe pensar como dos enemigos distintos requieren de estrategias diferentes para hacer patria.

Quedarse en casa con los recaudos correspondientes es pensar en equipo, pensar en los adultos mayores, las personas que conforman los grupos entendidos como factor de riesgo y aquellos que deben cumplir con su deber teniendo una mayor exposición al virus. Ahora bien, como se plantea en un comienzo este permanecer en aislamiento puede generar diversos sentimientos, padeceres y ansiedades. Como primer punto para afrontar la cuarentena debemos pensar que si bien por el momento el plazo de aislamiento social es indefinido, esta situación es temporal y transitoria. Es importante evitar el consumo excesivo de información mediática, ya que puede ser un factor ansiógeno que lejos de informar tiende a generar pánico y preocupación que afecta el estado mental de las personas. Asimismo, tener cautela respecto a la función que cumplen las redes sociales, en tanto fuentes de desinformación, confusión y alarmismo que poco colaboran en un contexto de encierro temporal.

Evitar entrar en la desesperación de salir a la calle, se pueden hacer lista de prioridades de necesidades básicas a cubrir. La solidaridad con los adultos mayores, estar atentos a sus necesidades y colaborar respetando las normas propias de esta situación.

Teniendo en cuenta las herramientas que nos proporciona internet y la telefonía móvil, es aconsejable mantener contacto con otras personas por estas vías. Es decir, realizar llamadas, video-llamadas, chatear, conectarse. El aislamiento social es físico, no comunicacional. Hablar con otros para que la palabra circule y no se genere un malestar mayor. Malestar que si se asienta comienza a ajustar los espacios de una casa, comienza a manifestarse en fenómenos como el mal humor y molestias físicas. El lazo con el otro, así sea virtual, permite abrir ventanas en las paredes y sentirnos más cerca, acompañados. Permite el fluir de las emociones y sentimientos. Hacer lazo con el otro es salud mental.

Así como poder habitar en el hogar, la tranquilidad, reconectarse con actividades-hobbies que, a causa de la rutina, fueron dejadas de lado. Puede pensarse como un momento para volver a encontrarse con uno mismo, con los afectos, con los pendientes eternamente relegados. Mismo se pueden buscar proyectos, cursos online para ahondar en los intereses de cada uno o bien abrirse a nuevos caminos de conocimientos.

El cuidado es entre todos, la empatía con el otro tiene como fin último un cuidado de todo un pueblo.

A modo de cierre, teniendo en cuenta que estas situaciones de aislamiento pueden generar un incremento exponencial de vulneración a aquellas personas que padecen violencias, dejo a continuación los teléfonos y contactos a los cuales recurrir en tal caso:

Llamar a la línea 144

Whatsapp: 11-2771-6463 / 11-2775-9047 / 11-2775-9048

Asimismo, dejo mi contacto a disposición por cualquier consulta de asesoramiento y asistencia psicológica. 221-4190823.