

UN ACERCAMIENTO AL ATAQUE DE PÁNICO A TRAVÉS DE ALGUNAS CRÓNICAS LITERARIAS

A fin de ilustrar lo desarrollado en el trabajo anterior (Adamo, M. y Lorusso, C., 2024) respecto del significado inconsciente de los ataques de pánico, tomaremos algunos fragmentos del libro *“Pánico. Diez minutos con la muerte”*, de Ana Prieto, donde la autora relata diferentes historias de personas que han padecido estas crisis¹.

Uno de los casos es el de Gabi, una joven militante de izquierda que, intempestivamente, decide independizarse de sus padres. Se muda, busca un trabajo y empieza la facultad. Tiempo después, la asamblea donde milita comienza a desintegrarse: *“se resquebrajó, mostró su agotamiento, decayó lisa y llanamente. (...) La misma vorágine que nos unía empezó a decantar, y afloraron cuestiones propias de cada uno que eran más fuertes que el proyecto que se estaba gestando (...). Hasta que me cayó la ficha de que la asamblea no había sido todo lo increíble que hubiera podido ser”. La desilusión. ‘Y fue difícil de digerir, porque de pensarme en un colectivo, empecé a encontrarme cada vez más sola’. El vacío. Gabriela pasó el año entero así: en un monoambiente oscuro, tres horas diarias en colectivo para ir y volver del telecentro, cursar semidormida el CBC y llegar a una asamblea en la que todos soltaban los hilos del compromiso. Entonces, mientras cenaba sola una noche, miró al piso y sintió de pronto que iba a caerse ‘hacia adentro’. (...) ‘Y a partir de ahí el malestar físico, a partir de ahí la taquicardia, la disputa por respirar, el cosquilleo en los brazos y en las piernas”* (págs. 75-76)². Ese fue su primer ataque de pánico.

Podemos imaginar que, a pesar de mostrarse temeraria, Gabi sentía que no podía “arreglárselas sola” y tenía con sus padres un vínculo de dependencia que se esforzaba por negar. Posiblemente, en su fantasía, la agrupación política en la que se había insertado los sustituía como objeto protector. Por eso, mientras la asamblea existe, puede irse a vivir sola. Pero cuando ésta se “resquebraja”, comienzan los malestares y aparece el primer ataque de pánico, que expresa -y a la vez oculta- su sensación de debilidad y dependencia, y representa un “llamado” al objeto que ella imagina que podría protegerla.

Luego de ese primer episodio decide renunciar a su trabajo e irse de mochilera con amigas. *“Puse todas las fichas en ese viaje: me iba a hacer bien, me iba a purificar el alma... (...) ¡El Norte me iba a salvar!”* (pág. 77). Pensamos que de esta manera intenta negar la crisis que cada vez se le hace más patente. Como ella misma dice, había “señales” que no quería ver. Así, por ejemplo, mientras más se acercaba la fecha de la partida, peor le hacía la marihuana que consumía regularmente: *“En esa época Gabriela terminaba de trabajar y fumaba; se había convertido en una parte*

¹ Salvo que aclaremos lo contrario, todas las citas textuales corresponden a este libro.

² Siguiendo la línea que planteamos en el trabajo anterior (Adamo, M. y Lorusso, C., 2024), pensamos que las palpitaciones y el aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria podrían simbolizar el miedo que experimenta el sujeto al darse cuenta de que tiene que comenzar a abastecerse y a animarse por sus propios medios; que necesita procurarse la propia estima -la autoestima- logrando satisfacer sus necesidades en la realidad. En este contexto, tal vez el cosquilleo y el entumecimiento de las piernas y los brazos podrían simbolizar la dificultad para “estar de pie” frente a la adversidad, para progresar, ponerse en marcha y “hacer” (Bianconi, S., 2014, pág. 155-6 y pág. 196-7; Freud, S. y Breuer, J., 1895d, pág. 188).

insoslayable de su rutina, como quien a las cinco de la tarde puntual se hace un mate. 'No caía en que mi cabeza y mi cuerpo me estaban diciendo algo; me pegaba mal y yo insistía'” (pág. 78). Tal como señalan Obstfeld y Tellas (2016), los ataques de pánico que aparecen como efectos no deseados por quien consume marihuana pueden comprenderse como un reencuentro abrupto con aquello que el sujeto buscaba reprimir: *“el displacer y el apremio persecutorio que experimenta frente a las faltas o dificultades no asumidas ni resueltas”* (pág. 24).

Ya en Jujuy, Gabriela y sus amigas hacen dedo en medio de una tormenta y viajan empapadas y en silencio en la parte trasera de una chata, conducida por un *“desequilibrado al volante”* que *“de cuando en cuando”* se comía la banquina. Al llegar a Tilcara tiene otra crisis: *“...cuando estábamos por sentarnos, empiezo a tener un vértigo terrible. Era parecido a desmayarme, pero no me desmayaba. Les decía a mis amigas que me sentía mal, mal, mal, que se quedarán conmigo, que no me dejarán sola. (...) Estuve toda la noche con taquicardia, sudando frío, sintiendo que mi cabeza no paraba de pensar cosas oscuras, convencida de que me iba a morir; una certeza inmensa de que me iba a morir. Cuando me pude dormir fue en posición fetal, abrazada a una de mis amigas. Y cuando nos despertamos dije que me volvía”* (pág. 80). Gabi siente una necesidad urgente de estar con su madre y emprende el viaje de regreso.

Pensamos que el desgaste del largo viaje, el mal tiempo y el conductor imprudente son la gota que rebalsa el vaso y, de pronto, toda la sensación de inermidad y dependencia que Gabi trataba de negar, amenaza con surgir en la consciencia. Pero, en lugar de hacer consciente esta vivencia, que podría llevarla a enfrentarse con que es más dependiente de lo que cree y que necesita desarrollarse más para poder progresar en su vida, aparece el ataque de pánico como una crisis que viene “de afuera” y que “justifica” su desesperación y su decisión de volver a refugiarse a la casa de sus padres.

Otra historia representativa es la de “La Bachi”, una mujer que vive en la casa de sus padres con su hija y que empieza con síntomas de pánico estando en el supermercado, donde la asalta el pensamiento: *“qué lejos que queda mi casa”*. *“Y empieza a pasarle que no puede terminar de hacer la compra (...) porque siente que su casa se le escapa, se va lejos, y de nada le sirve que el supermercado esté lleno de carteles que aseguran mordazmente estar ‘cada vez más cerca suyo’”* (pág. 159). La Bachi describe su malestar como *“un sentirse mal muy indefinido, cuyo único síntoma claro era la necesidad repentina de estar en su casa, y si esa necesidad no era satisfecha de inmediato, el corazón se ponía a galopar, las manos a transpirar y no se sabe qué infortunio podía pasarle”* (pág. 159).

Tiempo después, mientras espera a su cuñada, tiene el siguiente ataque: *“(...) miró hacia la izquierda, hacia su casa. Se reclinó para verla mejor porque no es tan fácil hacer foco a doscientos metros de distancia. ‘Qué lejos que queda mi casa’, volvió a pensar, y su cuerpo se puso de pronto más frío que el soplo helado del invierno mendocino. Dejó caer el cigarrillo, se levantó de golpe y echó a correr. (...) Todo su espectro auditivo lo ocupaba el corazón, que repiqueteaba como si un diablo lo estuviese martillando. (...) Era imperioso llegar; no había nada más urgente y definitivo que sortear esas dos cuadras que se transformaron en diez en la conciencia desbocada de la Bachi. La madre a poco estuvo de cortarse con el pelapapas al escuchar el portazo y el jadeo. ‘¡No puedo respirar! -gritaba su hija- ¡me muero!’. La madre la llevó al patio para tranquilizarla y para que tomara ese aire que creía de pronto que escaseaba. ‘¿Qué te pasa?’, preguntó una vez y otra, ‘¿qué tenés?’. Pero la Bachi sentía que el corazón se le iba a salir por los oídos y casi no*

podía oír a su madre por encima de los latidos. La parrillita le daba vueltas, el árbol de pomelo le daba vueltas, y el piso se balanceaba” (pág. 160).

Al mes siguiente tuvo que animarse a salir para ir a comprar la tela del vestido de quince de su hija, *“algo indelegable que quería hacer con ilusión maternal”* (pág. 161). Pero, luego de elegirla, tuvo otro ataque y, a partir de entonces, permaneció cinco años sin salir de su casa.

Sentía que, si la dejaban sola, se iba a morir: *“Pasé una temporada en la que no quería que mis padres se alejaran, eran esclavos míos. Una prima me decía: ‘Qué cruel lo que estás haciendo’. Y yo contestaba: ‘No es voluntario, me pasa’. Y ella insistía: ‘Que no, que no ponés voluntad’. En fin, la gente no te entiende”* (pág. 162-163). Pensamos que su prima capta el deseo inconsciente que el síntoma está llevando a cabo: retener a los padres, los objetos por los que espera ser protegida de cualquier sufrimiento que el mundo “de afuera” le pudiera deparar.

Creemos que el inminente cumpleaños de 15 de su hija pudo haber actuado como “factor desencadenante” de sus ataques. Este cumpleaños simboliza el ingreso de su hija en la vida adulta, enfrentándola con la necesidad de asumir ella, a su vez, el rol de una madre adulta cuando, posiblemente, siente que todavía necesita “ser hija”. Al igual que en el caso de Gabi, podemos pensar que, frente a esta crisis, la Bachi “hace” el ataque de pánico que la exime de tener que enfrentarse con esta dificultad para encarar su vida y que justifica su deseo de quedarse protegida “bajo el ala” de sus padres.

Consideramos que estos relatos ilustran distintos aspectos de la fantasía inconsciente expresada en los ataques de pánico: la vivencia de ruptura de un vínculo simbiótico de extrema dependencia que se encuentra negado, la sensación de pérdida de un objeto del cual se espera la protección y la asistencia para enfrentar las dificultades de la vida, así como el enojo y el reclamo frente a un mundo que se experimenta como *“un entorno que alienta cada vez más exigencias y ofrece cada vez menos certezas”* (pág.13). Estas crisis estarían expresando también la fantasía optativa de que es posible “llamar” a este objeto y *exigirle* que regrese. Creemos que la contrapartida de esta vivencia es la sensación contratransferencial habitual frente a un paciente que sufre ataques de pánico, de tener que “hacer algo” para calmarlo o para evitar que se presente una crisis. Por último, pensamos que la sensación de “estar muriendo”, tan típica de estos ataques, correspondería a la vivencia de mutilación del propio yo, que el sujeto sentía omnipotente, y que en verdad constituía un “bluff”, con cuyos límites ahora se ve enfrentado.

BIBLIOGRAFÍA

BIANCONI, Silvia (2014)

¿Qué nos duele cuando nos duele una articulación?, Editorial Dunken, Buenos Aires, 2014.

FREUD, Sigmund y BREUER, Josef (1895d)

Estudios sobre la histeria, en *Obras Completas*, Tomo I, Amorrortu Editores, Buenos Aires, 1979.

PRIETO, Ana (2013)

Pánico. Diez minutos con la muerte, Marea Editorial, Buenos Aires, 2013.

Bibliografía inédita

ADAMO, María y LORUSSO, Carmen (2024)

“Volviendo a pensar sobre el ataque de pánico”, presentado en el Simposio de la Fundación Luis Chiozza, 2024.

OBSTFELD, Pablo y TELLAS, Sarina (2016)

“Volviendo a pensar sobre el significado específico del consumo de marihuana”, presentado en la Fundación Luis Chiozza, 14 de octubre 2016.