

## La salud como proceso: carta de una enfermera familiar y comunitaria.

No. Los profesionales sanitarios no somos superhéroes ni superheroínas. Para el estado, los profesionales sanitarios mantenemos los cuerpos productivos del sistema capitalista lo más “sanos” posibles” para que sigan siendo fuerzas del trabajo y sigan produciendo capital.



El sistema sanitario no se ha saturado ahora. El sistema sanitario ya estaba saturado antes del coronavirus y la pandemia del miedo. Esta situación excepcional, ha hecho que la saturación culmine. Los recortes y la falta de valor que El Estado ha venido poniendo al proceso de salud, a la promoción de entornos saludables, a la sanidad y a sus profesionales ha hecho que la situación nos sobrepase.

No es lícito que sigamos manteniendo este sistema sin las condiciones pertinentes para protegernos, sin los equipos de protección adecuados para poder evitar más contagios. Si nosotras nos infectamos, infectaremos al resto. Y no es la caridad quien tiene que abastecernos de mascarillas artesanales. Nos jugamos nuestras vidas, las de nuestras familias y las de las personas con las que convivimos. La caridad es un parche que legitimará que los de arriba sigan manteniendo su poder. Se aprovechan de la solidaridad del pueblo para seguir manteniendo sus políticas basura.

Los medios de comunicación nos inyectan la enfermedad del miedo y, a cambio, glorifican a las personas que trabajan como voluntarias. No puede ser la caridad lo que sustente al sistema, aunque estemos en una situación excepcional o “estado de alarma”. El capitalismo, el estado y la corona nos tienen explotadas y engañadas. Sobreviven y se enriquecen a nuestra costa.

### **La salud como proceso: Nos quieren enfermxxs**



El proceso de salud es un proceso, tal cual. Un proceso que depende de entornos saludables. Cuando hablo de entornos saludables me refiero a la calidad de los cuidados que podamos dar a nuestros seres queridos, en los que se incluye el tiempo y el espacio dedicado a la alimentación y a escoger los alimentos que comemos.

Cada anuncio publicitario nos incita a “consumir enfermedad” para obtener placer. Es tan accesible acceder a la enfermedad que nos la venden en máquinas expendedoras de productos comestibles y refrescos en las instituciones sanitarias, educativas y laborales. No tiene sentido que cueste menos una Coca Cola o cualquier chocolatina que dos piezas de fruta que tengan algo de sabor. La crisis del sabor que promueve y legitima la industria alimentaria tiene un gran impacto en nuestro proceso de salud, en la capacidad a la hora de tomar decisiones sobre qué comemos y en las adicciones que nos generan a ciertos alimentos cuyo ingrediente principal es el azúcar. Nos quieren adictxs desde bien pequeñxs. Sólo hay que ver la publicidad y el marketing publicitarios de los productos comestibles dirigidos a niñas y niños, desde bollería hasta “yogures” y zumos que generarán potenciales enfermos que, antes o después, serán carne de la industria farmacéutica.

Es bien sabido que ambas industrias van de la mano y tienen muy buena relación con el estado y sus políticas “promotoras de salud”. Cabe destacar aquí también los conflictos de intereses entre la industria alimentaria, universidades y asociaciones médicas “científicas”, como la Asociación Española

de Pediatría, la Fundación Española de Nutrición, la Fundación Española del Corazón (promovida por la sociedad española de Cardiología), la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria, la Fundación para la Diabetes y la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición, entre otras. La industria inyecta dinero y estas sociedades y/o fundaciones celebran sus congresos a cambio de legitimar sus productos a costa de nuestra salud.

**Ansiedad y depresión en la sociedad del hiperrendimiento. La violencia neuronal es sistémica, es una violencia inmanente al sistema.**

El tiempo y espacio para construir vínculos reales también es salud. Una salud a la que cada vez nos es más difícil acceder. Los ritmos de vida tan acelerados que llevamos, el multitasking, llegar a tiempo a todo: ser una super madre, super trabajadora, comer super sano, hacer ejercicio, cumplir con los ideales de belleza, trabajar la mayor parte de tu tiempo y aguantar las presiones de tu trabajo y de tu jefe/a, supone un estrés que también tendrá un impacto en nuestros procesos de salud y nuestro sistema inmunitario.

Esto lo define muy bien Byung-Chu Han en su libro “La sociedad del cansancio”, en el que distingue la interpretación inmunológica de la enfermedad de hace unos años – en la que se declaraba la guerra a todo lo que era extraño (virus y bacterias) – de la “enfermedad neurológica” actual – que nos viene dada intrínsecamente por la superproducción, el superrendimiento (laboral, lúdico y sexual) o la supercomunicación.



La violencia neuronal es sistémica, es una violencia inmanente al sistema. Una violencia que nos lleva a que la mayor causa de muerte externa sea el suicidio. En el estado español, en 2019, se suicidaron una media de 10 personas al día, tendencia que va en aumento desde el año 2018. ¿Son suicidios o asesinatos del propio sistema en el que vivimos? Actualmente, la ansiedad y la depresión no son problemas individuales ni aislados, son una auténtica pandemia que crece de forma descontrolada en todo el mundo.

La ansiedad y la depresión nos vienen dadas por la presión de la productividad y el consumo. El capitalismo nos incita a la productividad constante, a aprovechar bien el tiempo, a “no parar de hacer” y “estar felices siempre”. Si estas triste, no serás productivo. Por otro lado, querer llegar a “todo lo que podríamos hacer”, “todo lo que el capitalismo nos ofrece”, es lo que nos evoca a la ansiedad. Nos autoexplotamos con nuestra necesidad impuesta de hiperrendimiento. Si no llegamos a todo – obviamente es imposible – nos viene la frustración y, con ello, la depresión.

La ansiedad y la depresión junto con otras patologías relacionadas con la alimentación y el estilo de vida, como son la obesidad, hipertensión, diabetes, y las comorbilidades que generan, no son problemas individuales ni aislados; son problemas colectivos que cada vez están más extendidos a nivel mundial. Son una auténtica pandemia provocada por el capitalismo. Estos cuerpos, sometidos a tanta violencia, ¿Cómo podrán responder ante un virus?

### **El aislamiento no es salud. Relacionarse a través de pantallas, tampoco.**

Antes que el capitalismo impusiera la familia como modelo organizativo, aisló a los individuos para mecanizar sus cuerpos como fuerzas de trabajo. La población moría por semejante esclavitud y apenas tenían descendencia. Las fuerzas productivas de trabajo cada vez eran menos. Fue entonces cuando el capitalismo organizó a los individuos aislados en familias. El capitalismo creó el modelo de familia para poder controlar más fácilmente a la población, aboliendo así cualquier forma de asociacionismo comunitario que había existido hasta entonces. También separó los territorios comunales – de la comunidad – en propiedades privadas que cada familia trabajaría a cambio de dinero. Cualquier disidencia en los modelos impuestos, como negarse a trabajar y a mercantilizar sus vidas, llevó a nuestrxs antepasadx a ser quemadx en la hoguera, sobre todo a las mujeres que fueron consideradas brujas. Este modelo, que empezó a imponerse alrededor del s. XV se perpetúa hasta la actualidad. En estos momentos, muchas personas están ahora forzadas por el Estado a convivir con sus abusadores. Ahora, quien tenga familia, quedará recluidx, confinadx en su casas (quien la tenga), independientemente de que el entorno en el que nos obligan a confinarnos sea más o menos violento.

Nos imponen el aislamiento y el individualismo e imposibilitan cualquier tipo de sentimiento comunitario. No les interesa. Haciendo referencia a Debord, en La Sociedad del Espectáculo:



El sistema económico basado en el aislamiento, es una producción circular de aislamiento. El aislamiento funda la técnica y, en consecuencia, el proceso técnico aísla. Desde el automóvil a la televisión, todos los bienes seleccionados por el sistema espectacular constituyen sus armas para el refuerzo constante de las condiciones de aislamiento de las muchedumbres solitarias.”

**La salud es un proceso que va mucho más allá que la guerra contra un virus. El virus del capitalismo es una auténtica pandemia.** Junto con el coronavirus nos inyectan el virus del miedo, de la separación: el virus del rechazo a lo humano, de la individualidad y el individualismo. Quieren que tengamos una distancia mayor de 1 metro para poner una pantalla en el medio y que cada vez sea más difícil crear vínculos reales. Siembran el miedo para imponernos las relaciones virtuales a través de las pantallas, haciendo las relaciones cada vez menos humanas. ¿Tenemos entornos que realmente promuevan la salud? O, por el contrario, nos inyectan la enfermedad en vena? **Nos inyectan la enfermedad a través del miedo, de la esclavitud del trabajo y del consumo. Las condiciones en las que nos obligan a vivir son insalubres.** Las necesidades básicas de gran parte de la población están sin cubrir, y para poder cubrirlas, nos obligan a esclavizar nuestras vidas. El acceso a la vivienda es la necesidad más básica y la más difícil de tener cubierta. Crear las vidas que queremos vivir es algo impensable. Trabajar para poder consumir en los ratos libres es el modelo que nos imponen. Crear vínculos reales es cada vez más difícil, ya que el tiempo “libre” se ha convertido también un espacio de consumo. Nada de esto generará nunca salud.



### Estado del bienestar: esclavitud y ocio de consumo.

El estado del bienestar nos garantiza tener las necesidades más básicas “cubiertas” a cambio de esclavizarnos. No nos sale gratis mantenerlo, se nos van nuestras vidas en ello. El sistema capitalista nos impone cuándo hemos de ser productivas y cuándo podemos disfrutar de un ocio de consumo. Esto no entra en ningún parámetro de libertad más allá que la libertad para producir y para mantener este modelo de sistema, que no nos favorece en absoluto. ¿En qué sistema vivimos que no es capaz de sobrevivir a unos días de inactividad productiva?

Es momento de parar y de pensar qué estamos haciendo. De bajar de la rueda del hámster y de ser creativas para crear la vida que queremos vivir, y no la que nos imponen. **La vida que nos imponen es la que les sostiene, es la que nos enferma manteniendo el capital. Se trata de compartir la libertad, aunque estemos en una celda.**

El pueblo organizado es mucho más potente que un Estado. Al pueblo organizado, cuando le dejan tiempo y espacio para generar consciencia sobre la vida que le imponen, puede llegar a conocer qué necesidades tiene y, si elegimos el camino de la cooperación y la organización, podremos aprender a cómo resolverlas sin la necesidad de un ente paternalista y protector: el estado del bienestar. En estos días de confinamiento, pensemos qué vida estamos llevando y pensemos en qué vida queremos crear,

más allá de los límites que nos han impuesto y que tenemos tan interiorizados. Los lemas “trabajar es salud” y “el trabajo dignifica” ya han pasado a la historia. El trabajo nos esclaviza. La responsabilidad social, la cooperación y el apoyo mutuo y la autoorganización será lo que deslegitime al estado y al sistema capitalista, creando un modelo de vida nuevo y desconocido, que, aunque de miedo, si lo caminamos juntas, estaremos cada día un poco más cerca de la libertad.



ACL. Enfermera Familiar y Comunitaria.