

XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2020.

Pandemia y contexto de crisis. Un enfoque sistémico.

Bustos Pazzano, Ariel Ricardo.

Cita:

Bustos Pazzano, Ariel Ricardo (2020). *Pandemia y contexto de crisis. Un enfoque sistémico. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-007/889>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/etdS/tSa>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

PANDEMIA Y CONTEXTO DE CRISIS. UN ENFOQUE SISTÉMICO

Bustos Pazzano, Ariel Ricardo

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El siguiente trabajo versará en la tarea de aportar, desde la perspectiva de la psicología sistémica, parámetros conceptuales que ayuden al abordaje psicológico de una situación de crisis. Se toma como vector de esta tarea la coyuntura crisógena ocasionada por la emergencia del Covid-19, sin prescindencia que dada la plasticidad de la base epistemológica sistémica, tal abordaje puede ser extrapolado a cualquier situación de crisis. Se afirma que una crisis nunca es un evento individual sino que existen variables contextuales que favorecen u obturan su ocurrencia. Para la consecución de los objetivos planteados se inicia el recorrido con la introducción de los conceptos nodales de la teoría ecológica de Bronfenbrenner y la epistemología sistémica de Bateson; se prosigue con la definición desde esta perspectiva del concepto de crisis así como con la presentación de la hipótesis de la inexistencia de una crisis singular y arraigada en un sujeto particular para, luego, finalizar la presentación con los efectos nocivos de la persistencia de la situación estresora, es decir, sus consecuencias en la salud mental y física.

Palabras clave

Pandemia - Crisis - Sistemas - Respuestas

ABSTRACT

PANDEMIC AND CRISIS CONTEXT. A SYSTEMIC APPROACH

Abstract The following work will deal with the task of providing, from the perspective of systemic psychology, conceptual parameters that help the psychological approach to a crisis situation. The chrysogenic situation caused by the Covid-19 emergency is taken as a vector for this task, without considering that given the plasticity of the epistemology base coined by Gregory Bateson, such an approach can be extrapolated to any crisis situation. It is stated that a crisis is never an individual event, but rather that there are contextual variables that favor or block its occurrence. To achieve the stated objectives, the journey begins with the introduction of the nodal concepts of Bronfenbrenner's ecological theory and Bateson's systemic epistemology; the definition of the concept of crisis is continued from this perspective as well as the presentation of the hypothesis of the absence of a singular crisis, rooted in an individual subject, and then end the presentation with the harmful effects of the persistence of the stressful situation; its consequences on mental and physical health.

Keywords

Pandemic - Crisis - Systems - Responses

Marco teórico

Para abordar el tópico de la situación de crisis desde un enfoque sistémico, se destacará que ésta rara vez atañe a un individuo en particular sino que es de orden coyuntural. Si una persona “está en crisis” no debe cometerse el error de un sesgo atribucional adjudicando la relación causal a la individualidad de la misma: las relaciones que mantiene con el medio pueden ser potenciales bastiones para solidificar comportamientos que sujeten a la persona a la situación crisógena. ¿Cómo abordar una crisis quitando el foco fijado exclusivamente a la persona afectada?

Se inicia este recorrido desde la perspectiva de la teoría de los sistemas desarrollada por Ludwig von Bertalanffy en su intento de cristalizar una ciencia transdisciplinaria (Wainstein, 2006). Preconizada por Bateson después, y refrendada ésta en el enfoque ecológico de los sistemas propuesto por Bronfenbrenner en 1979 desde su libro *La ecología del desarrollo humano*, la conducta de los individuos no halla explicación causal en la singularidad de una mente entendida como sustancia sino que la misma es un producto emergente de la interacción humana. Siguiendo a Bronfenbrenner, citado en Salinas-Quiroz, Fernando, & Cambón Mihalfi, Verónica, & Silva Cabrera, Paola (2015) el desarrollo de los individuos se produce en el marco signado por la yuxtaposición de varios sistemas: el macrosistema, que abarca la totalidad del ámbito social en el cual un individuo habita (los valores culturales, las creencias, la ideología, etcétera); el exosistema, cual comporta el área relacional más secundarizada en la vida de las personas (amigos de la familia, vecinos, servicios sociales, lugar de trabajo de los cuidadores, familia extensa, etc.); el mesosistema que funciona como estructura mediadora entre el ya mencionado macrosistema y el último estadio: el microsistema, conformado por el individuo como figura central y, no menos importantes, la familia de origen, el grupo de pares y la escuela. Estos sistemas no se desarrollan de manera autónoma sino que su actividad está encuadrada en una interacción inmanente, moldeando a los individuos y, a su vez, construidos por éstos.

Por su parte, Gregory Bateson parte de las ideas de George Mead atinentes a describir la mente no como estructura sino como una construcción que se erige en el plano interpersonal debiendo enfocar su análisis en sus aspectos funcional y evolu-

tivo (Wainstein, 2006). Lo novedoso de la propuesta batesoniana era la ampliación de la unidad de análisis para la comprensión de la conducta. Tras la desestimación de un abordaje reduccionista que entendía a la misma bajo el imperio de un modelo intracraneal que la circunscribía en sus esferas comportamental y cognitiva, es decir, a una causalidad directa entre cerebro, estímulo, inconciente o esquema de procesamiento de información y conducta, Bateson impulsa la construcción de un puente teórico que sirva para la explicación de la relación del organismo, el conocimiento y el mundo. Se nutre de la cibernética, la teoría de la información, la teoría de los sistemas, del ADN y el código genético entre otras (Wainstein, 2006).

Si, como afirma Wainstein (2006) el self se constituye en la imbricación de dos narrativas, la personal y la del medio circundante, es ineluctable hipotetizar que el sujeto no es externo a su contexto sino que es un elemento constitutivo del mismo y, a la vez, constituyente. Aquí es pertinente aclarar la noción de sistema.

Existía la necesidad de romper con los dualismos mente-cuerpo, sujeto-mundo y razón-emoción, entre otros que no reconocieran la circularidad causal que determina la conducta; y esto obliga a mencionar otro concepto central en la concepción batesoniana: la complejidad. Los conceptos sistema y complejidad, desde el enfoque sistémico conforman un binomio indisoluble. Un sistema se define por las relaciones emergentes entre sus elementos; éstos, *per se* no explican en gran medida el comportamiento. Un niño agresivo en la escuela, no reconoce la causa de su comportamiento en su individualidad sino que debe irse más allá y buscar la génesis del problema no en la singularidad como ya se aclaró, sino en la red de relaciones del niño. Para ello se tomará en cuenta los modelos vinculares existentes entre el niño y su familia, la escuela, el grupo de pares, las relaciones periféricas del individuo (familia extensa, club, otras actividades de estudio, etc.) sin prescindencia de las relaciones entre esos sistemas: familia-escuela; grupo de pares-familia y demás. Es aquí el punto de ingreso de la complejidad; se descarta las explicaciones de la conducta por el asociacionismo entre causa y efecto. Si el niño es agresivo, tal cosa debe rastrearse en la emergencia de ciertos productos resultantes entre las relaciones que subsumen al individuo: no hay forma de analizar un comportamiento ciñéndose a la unicausalidad, sino que es insoslayable apelar a otros conceptos como realimentación (la conducta se sostiene por un fin: mantener el estado de cosas, lo cual sería realimentación negativa o cambiarlas de manera estructural, aparejado esto con la realimentación positiva); cismogénesis (la modificación del comportamiento individual o grupal como resultado de la interacción con la otredad); pattern (un estilo perviviente y sistematizado de conducta, un modelo para significar lo que sucede fuera); entropía (refiere a la desorganización del sistema); autoorganización (mecanismos implementados para reducir la entropía).

Wainstein (2006) toma un concepto nodal en la teoría de Bateson, y es el de información. Sostiene el autor que las relaciones

dentro del sistema (persona, familia, institución, sociedad) están signadas por los intercambios de información entre sus elementos. La manera de abordar la conducta problemática, la propia construcción de la realidad mediante una narrativa personal se hallan mediadas por la información. Así, los intercambios comunicacionales tendrán injerencia en las respuestas de los otros; si, como afirmaba Bateson, la comunicación es una diferencia que genera otra diferencia, es pertinente concluir que los intercambios entre las personas, la adición de información, condicionarán y hasta determinarán su conducta.

¿Crisis individual, sumatoria de ellas o marco crisógeno?

Wainstein y Wittner (2005) definen crisis como la ruptura del funcionamiento normal de un sistema, sea por la magnitud, novedad o pervivencia de un estímulo estresor. En este punto es conveniente diferenciar entre problema y crisis. Lo que incide en que el primero devenga en la segunda, lo que los diferencia es que para abordar un problema, los recursos de afrontamiento habituales del sistema deberían ser suficientes para resolver la situación, mientras que lo acontecido en las crisis es que el acervo recursivo del sistema es insuficiente ante las exigencias contextuales. Bodon, M. C. y Ríos, A (2018) citan a Karl Slaikeu quien define a la crisis como un eventual estado de desorganización en el cual es eminente la carencia de la capacidad de los sujetos para afrontar el problema.

Entonces: acaecimiento de un suceso estresor, pervivencia temporal del mismo, ruptura en la narrativa del sistema y su coherencia, junto a magros o nulos recursos para afrontar la coyuntura, parecen ser el sustrato de una crisis.

¿La situación que hoy vive nuestro país (y el mundo) con la pandemia del Covid-19 puede ser definida como una crisis? Definitivamente sí. Desde el enfoque sistémico no es admisible pensar a un individuo por fuera de las relaciones con los otros y su ambiente. Por tal motivo se afirma que esta situación se trata de una crisis de orden sistémico en tanto la salud mental de las personas no puede ser medida en términos individuales desestimando el contexto en el cual se producen determinados síntomas. En un trabajo realizado por el Observatorio de Psicología Social Aplicada de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. (2020) hallaron que la sintomatología psicológica se elevó a más del doble tras una medición realizada entre los 7-11 días de cuarentena y los 50-55 días de ésta. Esto significa simplemente que la extensión en el tiempo de la cuarentena obligatoria afecta la salud mental. Sin embargo, este dato no indica la complejidad del problema. Porque bien el ascenso de los valores de la sintomatología puede corresponderse con el vivenciar de este contexto crisógeno, y no sólo con un aislamiento social.

Si se toma el enfoque de Bronfenbrenner, puede afirmarse que todos los sistemas se hallan afectados en una circularidad permanente. La emergencia del virus tiene implicancias en el ma-

cosistema en tanto afecta la manera de hacer las cosas de la sociedad; tradiciones como las reuniones familiares, artefactos culturales como un simple mate han quedado rezagados de las costumbres habituales ya que hoy son fuente de peligro. El exosistema recibe exhibe las mismas dificultades: actividades laborales suspendidas, academias cerradas, instituciones de salud al borde del colapso, etc. El microsistema, última parada de la crisis, es quien recibe los mayores golpes si se toma en cuenta que la entropía convulsionante de la coyuntura actual se cristaliza en sintomatología psíquica o física.

La crisis no es la sumatoria de millones de personas que la padecen; es el contexto el afectado que, a su vez, extrapola sus consecuencias a éstas y viceversa.

Si existe un componente fundacional en toda etapa de crisis, éste es la incertidumbre. En términos de la teoría batesoniana, la incertidumbre genera entropía (desorganización en el sistema), y ésta ansiedad (cuyos efectos serán sucintamente abordados en el próximo apartado). A mayor incertidumbre, mayor entropía (Wainstein, 2006) y, consecuentemente el malestar concomitante. Será necesario, para morigerar el efecto de la disrupción en el sistema, optimizar los mecanismos de realimentación; buscar conductas tendientes tal vez no a buscar el antiguo equilibrio sino generar uno nuevo y posible.

Es viable ilustrar con un ejemplo el párrafo precedente: la pandemia, además del virus trajo incertidumbre (¿voy a enfermar? ¿mis seres queridos lo harán? ¿el sistema de salud responderá en consecuencia? ¿la vacuna podrá ser desarrollada? ¿volveré a mi vida anterior?) y más interrogantes convergen en este contexto en el cual la única certeza es la incertidumbre. Un sistema de vida social desorganizado (entropía) por este suceso inédito y disruptivo, en el cual antiquísimas tradiciones y rituales sociales caen; aquí, en algunas personas, aparece la sintomatología orgánica y/o psicológica. La realimentación, en esta coyuntura, será la positiva la que desde el sistema de salud deberá abonarse; es decir, implementar dispositivos terapéuticos atinentes a generar respuestas conducentes a encontrar nuevos equilibrios en tanto los viejos ya no son factibles (buscar nuevas maneras de no estar aislados, de aprender y enseñar, de entretenimiento, etc). Pero las intervenciones, siempre deberán, según promueven Wainstein y Wittner (2005), abocarse en tres niveles: el individual, el familiar y el contextual. Tomar al sujeto aislado de su sistema familiar, relacional y contextual haría de cualquier intervención un acto estéril.

Capacidad responsiva, homeostasis, alostasis, estrés y resiliencia

Las personas son sujetos de aprendizaje. El caudal de respuestas que puedan exhibir ante los eventos desestabilizadores sucedidos en el medio ambiente están condicionados por factores biológicos, culturales, psicológicos y, además, pretéritas experiencias. Si es una situación disruptiva análoga a otras pasadas, bastará, para lograr al autoorganización del sistema, la recurren-

cia al acervo de respuestas posibles tendientes a reencontrar el punto de equilibrio perdido por la injerencia del estresor. Esto, es homeostasis. No obstante ¿qué sucede cuándo el agente estresor opone a los intentos de reequilibración del sistema una actividad continua generando un marco ansiógeno permanente? Para responder a ello, Pilnik (2010) retoma el concepto acuñado por Sterling en 1988 y Mc Ewen en 2002 de alostasis. Refiere éste a la existencia de los sistemas alostáticos los cuales, ante situaciones de estrés físico o psíquico permiten responder al mismo con la puesta en marcha del sistema nervioso autónomo, el eje hipotálamo-hipófiso adrenal, el sistema cardiovascular y el sistema inmunitario con la finalidad de responder adecuadamente al estresor. Lo que diferencia alostasis de homeostasis, es que este último remite a la búsqueda de un equilibrio prístino perdido y a las funciones básicas de conservación de la vida; mientras que alostasis, en palabras de la autora “refiere a la necesidad del organismo de cambiar los puntos de equilibrio para afrontar constantes cambios ambientales” (Pilnik, 2010, pp.8). Si se extrapola el concepto presentado por la autora a la actual coyuntura, es asequible inferir que la existencia de los individuos se desarrolla en un cuadro cuyas contingencias superan lo antes conocido. La incertidumbre y el cambio performativo, constante, son una constante. Ingentes cantidades de información contradictoria son consumidas por las personas que poco pueden hacer para morigerar su impacto. Las fuentes laborales son aún menos seguras que antes, los sistemas de salud se resquebrajan, cifras estadísticas ominosas y las cuestiones individuales llevan a los sujetos al borde de su capacidad de respuesta y tolerancia alostática, pudiendo devenir esto en una carga alostática (Pilnik, 2010). Tal concepto remite a la falla de los mecanismos de alostasis por el agotamiento de un estrés permanente, pudiendo conducir esto a la patología psíquica y/u orgánica.

Como indicadores de carga alostática pueden ser puntualizados la ira y la hostilidad y patologías tales como ansiedad y depresión. Escriben Wainstein y Wittner (2005) que la crisis es un estadio del estrés, entendido éste como un proceso. La intervención terapéutica deberá transmitir información al consultante para que éste pueda encontrar esos nuevos puntos de equilibrio en un contexto que, hasta el momento, resulta inviable que recupere su estructura anterior.

Si se asiste ante una crisis de dimensiones sistémicas ¿por qué no todos los individuos responden de la misma manera ante la misma? Aquí juega su papel la resiliencia. Según Wainstein y Wittner (2005) esta capacidad individual explica el porqué las personas, organizaciones o comunidades parecen adaptarse mejor que otros/as al contexto de crisis. Resiliencia, entonces, es la aptitud de un sistema para lograr respuestas de afrontamiento adaptativas frente a las exigencias coyunturales. Esto explicaría el por qué no todas las personas, en el discurrir de esta pandemia, han desarrollado la sintomatología previamente designada.

Lo que debe quedar claro es que ninguna crisis, y menos aún

ésta es un suceso privativo de un individuo, o varios. Aquí, citando una vez más a Bronfenbrenner, es el macrosistema lo que está en crisis subsumiendo en ella a los individuos. Por añadidura, ante una situación de esta índole Wainstein y Wittner (2005) señalan, siguiendo a Mc Ewen, dos mecanismos de sobreactivación fisiológica: un estresor que pervive en la diacronía temporal podría provocar en el sujeto una respuesta deficitaria no alcanzando un equilibrio y, consecuentemente, producir un estrés crónico. El otro mecanismo sería la anticipación: el nivel de activación fisiológica de respuesta al estrés se mantiene en niveles elevados independientemente de que los estresores subsistan o se hallen ya extintos.

Así, será la tarea del consultor verificar los componentes cognitivos, comportamentales y contextuales que sirvan de indicadores para captar la fenomenología de la respuesta de estrés y orientar la terapia en consecuencia.

Conclusión

El recorrido realizado en los párrafos precedentes ha sido ejecutado con la finalidad de realizar aportes atinentes a explicar que una situación de crisis no es propiedad privada de ningún individuo en tanto éste es un elemento de un sistema que se le superpone. Una crisis por falta de trabajo no afecta sólo a la persona desempleada; su entorno privado es parte de la misma, sea como sostén o como agente iatrogénico. En la crisis actual por la pandemia de Covid-19 lo expresado alcanza el pináculo de pertinencia; no son muchas individualidades en crisis sino que es todo el sistema social el afectado y, en cada individuo, la misma impacta de diferentes maneras según las variables fisiológicas, psicológicas, relacionales e institucionales en las cuales los individuos se desarrollan. Así con todas las variables; la psicología sistémica, siguiendo a Bateson, no considera elementos aislados sino sus interrelaciones inmanentes.

Para finalizar, se considera necesario afirmar que no es correcto patologizar conductas poco usuales en las personas dadas las circunstancias actuales. Juntar e incluir comportamientos dentro de una estructura nosológica parece tentador. No obstante, si bien el DSM puede ser una útil herramienta no es del todo utilizable aquí. Porque si bien la nomenclatura incluye la consideración de las variables culturales a la hora de ponderar síntomas y diagnosticar, fue diseñado para un contexto típico y no para un marco crisógeno general. En este sentido, también el consultor debe estar advertido de que acontece una situación inédita: por primera vez, consultante y consultor comparten la misma coyuntura, ambos están insertos en el mismo sinuoso lugar y, la incertidumbre, alcanza también al sistema consultante. Se remarcó aquí el contexto de la crisis provocada por la emergencia del Covid-19. No obstante, el acervo conceptual de la psicología sistémica goza de una enorme plasticidad por la cual, los conceptos aquí presentados, podrían servir para pensar todo tipo de sistemas en crisis.

BIBLIOGRAFÍA

- Bodon, M. C. y Ríos, A. (2018). Emergencias y Catástrofes: Características de las Intervenciones de Primera Respuesta. Manuscrito no publicado, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Argentina.
- Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. (2020). Salud Mental en Cuarentena. Relevamiento del impacto psicológico a los 7-11 y 50-55 días de cuarentena en población argentina. Buenos Aires, Argentina: Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>
- Pilnik, S. D. (2010). El concepto de alostasis: un paso más allá del estrés y la homeostasis. *Revista del Hospital Italiano Buenos Aires*, 30 (1), 7-12.
- Salinas-Quiroz, Fernando, & Cambón Mihalfi, Verónica, & Silva Cabrera, Paola (2015). APORTES ECOLÓGICO-INTERACTIVOS A LA PSICOLOGÍA EDUCATIVA. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 26(1),26-37. [fecha de Consulta 1 de Junio de 2020]. ISSN: 1946-2026. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2332/233245620003>
- Wainstein, M. (2006). Comunicación. Un paradigma de la mente. (4ª e.d.) Buenos Aires: JCE Ediciones.
- Wainstein, M. (2006). Intervenciones para el cambio. Buenos Aires: JCE Ediciones
- Wainstein, M., Wittner, V. (2005). La práctica sistémica en contextos ampliados: Modelo de abordaje psicosocial en crisis y emergencias. Artículo no publicado.