Homeland y el mundo de las emociones

Liana Vehil y Luis Lalucat

Los productores de la adrenalínica 24, Howard Gordon y Alex Gansa, se ganaron por fin el respaldo de la crítica con esta adaptación de la serie israelí Hatufim, que llegó al canal por cable Showtime en 2011 y que todavía permanece en antena. Lo que empezó como un juego de suspense y ambigüedad entre una agente de la CIA con trastorno bipolar (Claire Danes) y un marine estadounidense recién llegado de su cautiverio a manos de Al-Qaeda (Damian Lewis), ha terminado por convertirse en una apasionante ficción de espías que año tras año se cuela entre las favoritas a los premios Emmy (el año de su estreno arrasó con seis galardones), y que ha "enganchado" hasta al mismísimo presidente Obama.

Los diferentes estados emocionales, así como sus perturbaciones, han generado un gran interés en las distintas artes narrativas. La historia de la literatura nos acerca a las vidas y pasiones de personajes fascinantes; recordemos las ensoñaciones y decepciones emotivas de Madame Bovary en la obra maestra de Gustave Flaubert, o los sufrimientos afectivos de los protagonistas de las novelas de Fedor Dostoievski, presos de su devenir emocional y de una percepción exaltadamente introspectiva de sus experiencias vitales. El arte cinematográfico en particular ha explorado la personalidad humana y nos ha hecho sentir como propias las reacciones de personajes de ficción. Las películas, primero, y las series más recientemente, nos han fascinado con las vidas de héroes cotidianos, que muestran su parecido con nosotros y revelan nuestros propios miedos y deseos. El trato ofrecido a los estados emocionales constituye, de hecho, el núcleo articulador de todo un género cinematográfico como el melodrama, que desde Douglas Sirk hasta Pedro Almodóvar, pasando por Rainer W. Fassbinder y recientemente por *El lado bueno de las cosas,* de David O. Russell, nos sumergen en las profundidades de las emociones humanas más extremas.

Homeland es una serie de acción que centra su interés en el abordaje de conflictos internacionales y del combate contra el terrorismo; su ritmo es trepidante y las decisiones deben tomarse con celeridad; es la supremacía de la acción sobre la introspección. Aunque la finalidad principal de la serie no reside en la descripción del funcionamiento mental de sus personajes, los guionistas nos ofrecen elementos de identificación con ellos al mostrarnos la manera en que la exposición continuada a situaciones de riesgo puede afectar a sus mentes y a sus estados emocionales. Este interés se centra particularmente en la protagonista principal, el personaje de Carrie Mathison, agente de la CIA que ha sido diagnosticada de trastorno bipolar.

El trastorno bipolar es considerado como uno de los más importantes trastornos psicopatológicos que afectan al estado del ánimo. Se denominan así aquellos trastornos que se caracterizan por alteraciones del humor. El estado de ánimo está constituido por el conjunto de emociones que las distintas vivencias evocan en el sujeto. Estos estados emocionales y las conductas resultantes se consideran saludables y acordes a la norma cuando se adaptan al contexto en que se manifiestan. En términos generales, y a riesgo

de simplificación en aras de la claridad, consideraríamos dentro de un marco de reacciones adaptadas al entorno la irritación ante una injusticia, la tristeza ante una pérdida o la alegría ante una buena noticia; también se aceptaría una pérdida del control sobre la expresión de los sentimientos o la irritación exagerada ante situaciones fuertemente estresantes si se producen de forma momentánea. Por el contrario, cabe pensar en un trastorno si estas reacciones se producen de manera repetida o exagerada, sin relación cualitativa o cuantitativa aparente con los estímulos externos, y cuando son determinantes de la relación del sujeto con la realidad que lo circunda.

Considerado como un trastorno mental grave, el trastorno bipolar, antes conocido como enfermedad maniacodepresiva, se caracteriza por un estado de ánimo cambiante, que fluctúa entre dos polos opuestos: la manía, o fase en que se manifiesta la exaltación, la euforia y la grandiosidad, y la depresión, o fase en la que predominan la tristeza, la inhibición y las ideas de muerte. Podemos observar estas fluctuaciones en el personaje de Carrie cuando en unos momentos incurre en situaciones de gran riesgo al seguir únicamente sus impulsos, despreciando las advertencias de sus compañeros, o bien, por el contrario, en aquellos otros en que se recluye, presa del llanto y el desánimo, y lleva a cabo un intento de suicidio.

Este esquema inicial de alternancia cíclica entre la manía y la depresión no se presenta de manera uniforme en todos los sujetos que padecen este trastorno. Pueden darse casos en los que la alternancia de estados eufóricos y depresivos se combine con fases más o menos prolongadas de plena estabilidad y restitución funcional, con una buena respuesta al tratamiento, ausencia de problemas asociados y con retorno a una vida plenamente autónoma. Aun así, la mayoría de las personas suelen enfrentarse a una evolución más tórpida, con frecuentes recaídas y presencia de otras manifestaciones clínicas asociadas, como la ansiedad, el abuso de sustancias y la presencia de algún grado de deterioro funcional.

En las fases de manía, pueden darse también presentaciones diferentes: por un lado, un estado de tipo hipomaniaco o eufórico en el que aparece un ánimo elevado y expansivo, con irritabilidad e impulsividad, inquietud, agitación, desinhibición y verborrea, que sin embargo no interfiere de manera importante con las actividades cotidianas; por otro, un estado franco de manía en que predominan los síntomas maniacos de carácter más invalidante, que interfiere gravemente en el desempeño funcional de la persona, llegando en algunos casos al desarrollo de síntomas psicóticos, tales como delirios o alucinaciones, y que en ocasiones pueden requerir un ingreso psiquiátrico.

Es fácil reconocer en las descripciones anteriores algunos de los momentos y conductas por los que atraviesa Carrie: parece incurrir en un estado hipomaniaco cuando toma decisiones siguiendo sus impulsos sin considerar los riesgos asociados a ellas o da muestras de una exagerada autoestima que no resulta congruente con el contexto en que se encuentra. Pero al mismo tiempo, mantiene un buen nivel de competencia, es capaz de establecer una relación personal significativa a la que permanece emocionalmente fiel, y modular su irritabilidad. Sin embargo, también muestra una presentación clínica más grave en aquellos momentos en que estas conductas escapan a su control, pierde la capacidad de empatía, se sumerge en sus emociones y llega a tener percepciones distorsionadas y a elaborar ideas delirantes de confabulación. Es en estos momentos cuando aparece la necesidad de hospitalización.

Carrie muestra así mismo una sintomatología propia de las fases depresivas cuando aparecen abrumadores sentimientos de tristeza y desesperanza, fatiga, ansiedad y marcada alteración de sus ritmos vitales, como el insomnio y la pérdida de apetito.

Las informaciones aportadas por la serie pueden hacer pensar también en algún episodio mixto, es decir, aquel en que se combinan simultáneamente síntomas de tipo maniaco y depresivo. Así, se asocian síntomas de hiperactividad, inquietud, bajo estado de ánimo, tendencia al llanto y sentimientos de culpa. Como queda reflejado en la serie, esta variabilidad del episodio mixto complica en gran medida el diagnóstico y el tratamiento, y tiene como consecuencia más negativa un incremento del riesgo de suicidio.

Dada la variabilidad de las presentaciones clínicas, se ha subdividido el trastorno bipolar en dos modalidades: de tipo I, con alternancia de cuadros depresivos y maniacos, y de tipo II, con sintomatología depresiva e hipomaniaca. En nuestro caso, la conducta de Carrie podría asemejarse más bien al trastorno bipolar de tipo II.

Las investigaciones desarrolladas en torno a las hipótesis etiológicas del trastorno muestran la importancia de la carga genética, que apunta a una mayor vulnerabilidad personal y que parece confirmar que la presencia de un trastorno del espectro bipolar en un progenitor incrementa la posibilidad de padecerlo en su descendencia. Como sucede con otros estados mentales complejos, las causas suelen ser multifactoriales y, en consecuencia, se destaca la influencia de otros aspectos vinculados al desarrollo. Unas relaciones infantiles alteradas o desestructuradas pueden sumarse a la variable genética, y contribuir a la formación de un aparato psíquico frágil y susceptible a desencadenar una posterior aparición del trastorno. Más allá del hecho de que su padre padezca su misma dolencia, algunas experiencias familiares de Carrie podrían estar relacionadas con la difícil regulación de sus estados de ánimo; las dificultades experimentadas por su madre para afrontar el sufrimiento mental, así como su inestabilidad relacional y la psicopatología manifiesta del padre, hacen pensar en un ambiente en que los conflictos emocionales generan movimientos circulares disfuncionales que se retroalimentan, causando un gran malestar y dificultando la resolución de los problemas vitales. La huída como recurso mitigador del sufrimiento, en lugar de la elaboración de los duelos, puede haber marcado su ambiente emocional familiar. En la serie, Carrie raramente confía en la introspección para hacer frente y superar sus conflictos y pérdidas, mientras que opta por elecciones vitales que pueden favorecer la desestabilización de las emociones y contribuir a su desarrollo psicopatológico, como son el gusto por el riesgo y una elección laboral que la somete a menudo a situaciones de estrés y gran riesgo para su salud física y mental.

Sabemos que el trastorno bipolar suele evolucionar hacia la cronicidad. Sus manifestaciones más invalidantes tienden a aparecer de manera progresiva a lo largo de la vida y en general van limitando la capacidad funcional de la persona. Aunque en la serie esto no se muestra así, ya que la conducta de Carrie aparece perfectamente adaptada a su contexto laboral, nos ofrece la imagen de alguien que bordea con frecuencia la crisis emocional y el riesgo físico, pero que consigue también óptimos resultados en la resolución de las tareas que le han sido encomendadas. Tan sólo en algún momento la tensión es excesiva y afecta a su capacidad de trabajo y a la calidad de sus relaciones interpersonales. No tenemos datos suficientes para valorar la previsible evolución del trastorno y debemos siempre considerar la variabilidad de las características personales, pero en el caso de Carrie podría tener lugar también una evolución hacia la cronicidad; de hecho, la frecuencia de los episodios críticos va aumentando, hasta producirse dos de ellos en un intervalo temporal muy breve.

En el desarrollo del trastorno tiene gran influencia la calidad del abordaje terapéutico, y por el hecho de tratarse de un trastorno de alta complejidad requiere un tratamiento integral, tanto médico como psicológico, que incorpore intervenciones rehabilitadoras. La serie aborda fundamentalmente el tratamiento farmacológico, las situaciones que requieren ingreso psiquiátrico y algunas recomendaciones generales en relación con pautas vitales saludables. Dada la importancia del tema, nos detendremos brevemente en la descripción de las recomendaciones que emanan de las guías de práctica clínica.

Para el diseño de las intervenciones terapéuticas tiene gran importancia el grado de capacidad y compromiso que la persona pueda asumir. Cualquier intervención profesional corre el riesgo de no ser adecuada, o de verse interrumpida, sin la implicación y el acuerdo de quien lo padece. Es indispensable, en consecuencia, que la persona sea consciente de las particularidades de su trastorno, que conozca los factores protectores y de riesgo que le están asociados, así como la importancia de mantener un alto nivel de “autocura”. Por la misma razón, conviene que sea capaz de establecer alianzas con los profesionales responsables del tratamiento y con di-

versos miembros de su familia. Carrie, a pesar de su escasa conciencia del riesgo, confía siempre en alguien: cuando rechaza consultar con un psiquiatra que pueda hacer un seguimiento de su medicación, suele seguir las indicaciones de su hermana, familiar y médico a un mismo tiempo. En unas circunstancias críticas, se pone voluntariamente en manos del sistema de salud mental para la administración de un tratamiento electroconvulsivo. Lamentablemente, por lo que podemos ver, no mantiene la adecuada continuidad en la cura de sí misma, uno de los aspectos importantes para el mantenimiento de la estabilidad clínica.

En la actualidad, se considera fundamental el tratamiento farmacológico, sobre todo a base de sales de litio y otros estabilizantes del estado de ánimo, pero también la incorporación al proceso terapéutico de intervenciones psicológicas y rehabilitadoras. El padre de Carrie, que sufre el mismo trastorno, comenta con su hija su experiencia personal con el medicamento con que se está tratando, y en otros momentos se nos informa de la prescripción de diversos fármacos, aunque no aparece ninguna sistemática de seguimiento médico.

No parece que se haya recomendado o intentado ninguna intervención psicológica ni psicosocial estructurada, más allá de algunas recomendaciones generales sobre ritmos de vida saludables. En cambio, en la actualidad se asocia un mejor pronóstico a seguimientos sanitarios sistemáticos que ofrezcan información sobre la enfermedad y entrenamiento en estrategias de afrontamiento. Con ello se pretende optimizar el manejo del trastorno, instruyendo en la detección precoz y en la consecuente actuación inmediata ante la aparición de nuevos síntomas que indiquen el inicio de una recaída.

El tratamiento electroconvulsivo al que se somete la protagonista se recomienda en aquellos casos de sintomatología depresiva grave en que cualquier otra intervención terapéutica se ha revelado infructuosa, o si se entiende que la situación reviste un riesgo vital. La desesperanza de Carrie y su sensación de encontrarse en un callejón sin salida la acercan a esta opción, a pesar de estar informada de las consecuencias negativas que dicho tratamiento puede acarrear sobre sus capacidades cognitivas.

En el curso del tratamiento, se da gran importancia a la presencia y la participación de familiares u otras personas próximas que puedan contextualizar los síntomas y otorgarles un significado que esté en consonancia con la identidad individual. Pueden favorecer el mantenimiento de conductas saludables, la reducción de conductas de riesgo y la acomodación en las fases de mayor estabilidad. También dicha participación puede ser un elemento de capacitación para intervenir adecuadamente en las crisis, previo acuerdo con la persona afectada. Homeland otorga un papel privilegiado a la familia. La hermana se erige como la madre y cuidadora ausente, a la vez que como garante del seguimiento del tratamiento farmacológico, atenta a las fases de inestabilidad que puedan preceder a una crisis, y de soporte en los momentos en que Carrie no es capaz de asumir responsabilidades contraídas de forma impulsiva. El padre personifica aquella figura que habla desde el conocimiento y la experiencia en primera persona, consciente de la gravedad del trastorno y habiendo superado sus periodos más conflictivos; es la voz del superviviente, figura importante en los Estados Unidos desde hace ya muchos años y que adquiere cada vez mayor protagonismo en nuestro país.

Aunque siempre debe tenerse en cuenta la capacidad de resiliencia y de recuperación que muestra la persona, el trastorno bipolar plantea importantes problemas de orden diagnóstico y terapéutico. En efecto, entre los distintos episodios suelen aparecer intervalos engañosos, aparentemente libres de síntomas, que pueden dar lugar a abandonos precipitados del tratamiento y a la aparición de nuevas recaídas. Esto es lo que ocurre en las ocasiones en que Carrie abandona el tratamiento farmacológico porque no siente la necesidad de mantenerlo. Esta conducta, muy desaconsejada en la práctica asistencial, parece ligada a los momentos más críticos de su vida y le acarrea mayor inestabilidad psicológica.

Tal como recoge la *Guía de práctica clínica del trastorno bipolar* del Ministerio de Sanidad, según diversos estudios realizados en distintos medios socioculturales, los pacientes con tras-

torno bipolar presentan síntomas durante una parte importante de sus vidas. Estas fases con manifestaciones clínicas pueden abarcan entre un tercio y la mitad de sus vidas, con predominio de los síntomas depresivos. Es esencial, por ello, abordar este trastorno de forma longitudinal, sabiendo que tras la aparición y la resolución de un cuadro maniaco o hipomaniaco existe el riesgo de una nueva recaída. Entre dos tercios y tres cuartas partes de los pacientes ingresados por manía vuelven a ingresar por la misma causa en el futuro. El porcentaje de pacientes con un episodio único no supera el 15%, situándose el número más frecuente de recaídas a lo largo de la vida en un rango de 7 a 22.

La gravedad vinculada al trastorno bipolar se atribuye generalmente a los factores de estilo de vida que se le asocian y al abuso de sustancias que con frecuencia se produce durante o entre los episodios.

A tenor de estos datos, el futuro de Carrie no parecería muy optimista, aunque es cierto que en su caso no se presentan algunas de las consecuencias más frecuentes del trastorno, como son el deterioro funcional y una gran dificultad para mantener una actividad laboral satisfactoria; de confirmarse dichas evoluciones, nos permitiría confiar en una evolución satisfactoria. Sin embargo, según vemos en Homeland, Carrie no mantiene el tratamiento farmacológico de manera regular, consume alcohol con frecuencia, vive continuas situaciones de riesgo y sus ritmos vitales coinciden con las conductas más desaconsejables para alcanzar la estabilidad afectiva. En la serie se mantiene permanentemente activa, es eficaz en su trabajo y se recupera de los momentos más críticos adaptándose a nuevos contextos de manera resolutiva. En parte, esta capacidad de superación está relacionada con su personaje, una verdadera heroína de ficción que es capaz de ser más grande que la vida misma. Pero también es cierto que hay personas capaces de enfrentarse a situaciones dramáticas gracias a una gran fortaleza personal, y no debemos olvidar que los estudios de seguimiento de personas con este trastorno registran un porcentaje (reducido) de casos con una buena evolución.

En Homeland, la descripción de los síntomas del trastorno bipolar en sus diferentes momentos evolutivos, de la fluctuación entre fases, del tratamiento farmacológico y médico en general, de las recomendaciones en relación a los hábitos de vida y de la importancia de la participación familiar en el proceso de cura, responde fielmente a las descripciones de las clasificaciones clínicas internacionales y a las recomendaciones de las guías de práctica clínica al uso. Como hemos visto, es posible encontrar ejemplos de muchos aspectos del trastorno presentados con gran coherencia. La serie transmite también en qué medida este trastorno puede afectar a los diferentes aspectos de la vida, y nos orienta sobre la actitud combativa que debe mantener quien lo padece.

Es cierto también que se obvian o suavizan algunas de las consecuencias más invalidantes y dolorosas de este trastorno, tal como se evidencian en la práctica clínica. Muchas personas afectadas ven su vida completamente alterada y no consiguen remontar el progresivo empeoramiento de sus relaciones personales ni su pérdida progresiva de autonomía funcional. Tras el aparente dinamismo y rapidez de respuesta que muestra Carrie puede ocultarse, sin embargo, su dificultad para regular sus estados de ánimo o su incapacidad para resolver sus conflictos emocionales incorporando procesos de elaboración y soportando el sufrimiento que acarrean.

La serie opta por transmitir un mensaje optimista, no siempre plenamente justificado, pero que apunta a la posibilidad de superar el trastorno. Hoy día sabemos que algunos personajes ilustres, ya desaparecidos, padecieron en su día este trastorno y los admiramos por su valor histórico y por su valentía en una lucha sostenida por la recuperación de sus facultades. Actualmente se viven también momentos esperanzadores cada vez que una persona conocida y respetada nos da a conocer su trastorno y se aviene a compartir con nosotros tanto sus sufrimientos como sus éxitos.

Los guionistas muestran un gran sentido de equilibrio y sensibilidad al presentar una heroína que padece un trastorno mental considerado grave, sin esconder los aspectos más inquietantes de su dolencia, pero consiguiendo a un

tiempo que se la valore y nos identifiquemos con ella por su personalidad global. Carrie es una persona competente, que posee múltiples capacidades personales, y tiene éxito y es respetada en el ámbito profesional. Está rodeada de personas que la quieren y que se preocupan por ella, y su identidad se vincula a su personalidad global y no a su enfermedad. Actualmente, este es el reto que se plantea el movimiento de lucha para hacer desaparecer el estigma y la discriminación que afecta a aquellas personas que padecen un trastorno mental, y por extensión a sus familiares y a los profesionales que las asisten. Carrie no despierta rechazo en el espectador; más bien resulta fácil identificarse con ella, envidiar sus éxitos y compartir sus sufrimientos.

En la serie se echa en falta una mayor referencia a la necesidad de un abordaje terapéutico integral, estructurado, integrado y continuado, que atienda a la extrema complejidad de un trastorno que afecta a los diferentes aspectos de la vida; por una parte, la salud mental, y con ella la capacidad de tolerar el dolor emocional, elaborar los conflictos y ser capaz de construir relaciones personales satisfactorias; y por otra, la salud física en sus diferentes dimensiones. Sin embargo, el gran acierto de Homeland, desde el punto de vista de la divulgación de las enfermedades mentales, consiste en integrar de manera coherente, sin interferir en el interés de la acción, a un personaje positivo y seductor que padece un trastorno mental grave sin ser juzgado por ello.