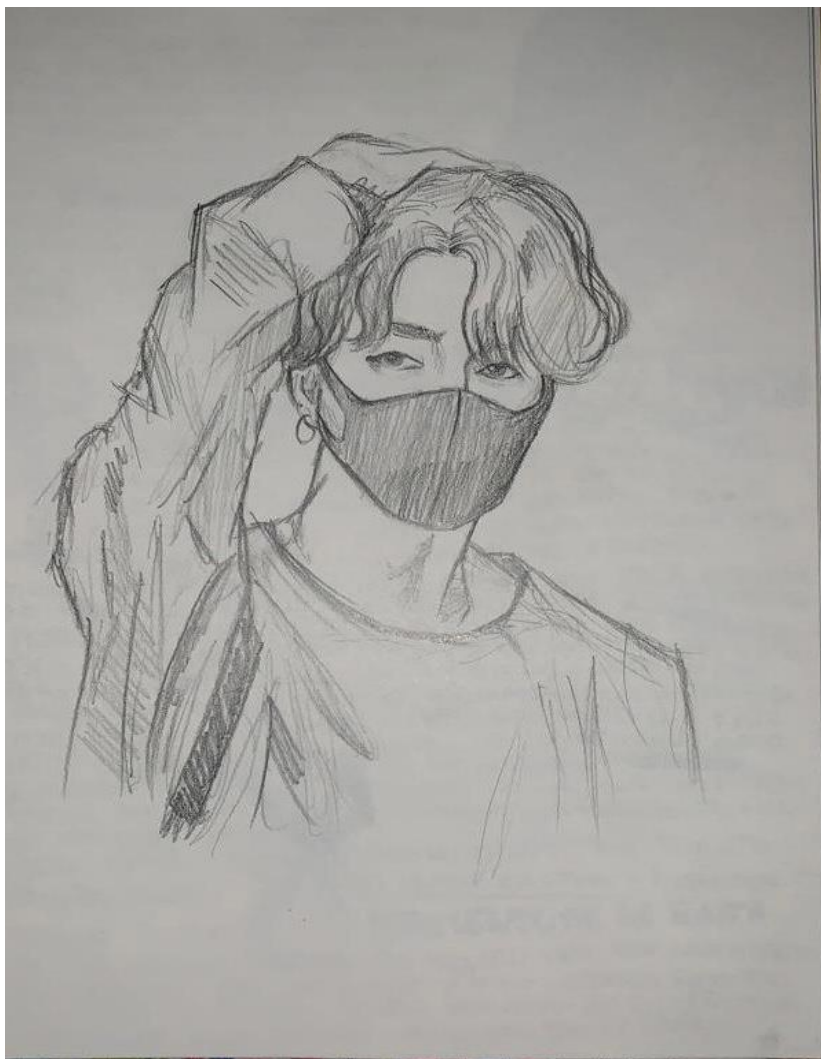




## Adolescentes en Pandemia: en torno al concepto de astenia psíquica

**Susana Kuras Mauer**



## Introducción

Extenuados, irritables y sin rumbo, los adolescentes sobreviven la pandemia con manifestaciones sintomáticas inquietantes.

Cambios bruscos de humor, desgano, angustia, trastornos del sueño, comportamientos alimentarios alterados, son algunas expresiones psíquicas de estos tiempos de cuarentena extendida durante muchos meses del año 2020. Un estado psíquico de falta de deseo al que llamo *astenia psíquica*, constituye uno de los malestares predominantes de la vida adolescente en pandemia. Se presenta como una fatiga anímica, en la que las motivaciones y los intereses parecen desvanecerse. Una suerte de desinversión libidinal temporal del mundo que habitan. Podría ser interpretada como una depresión, sin embargo, insisto en diferenciarlas aunque las separe una sutil línea en sus manifestaciones. La astenia psíquica no necesariamente implica tristeza. No se instala con la contundencia de un estado depresivo con vivencias de desmoronamiento y pérdida de sentido de la vida.

El cansancio sostenido y la apatía que bordean esta astenia emocional está fuertemente enlazada a un contexto de restricciones y alteraciones propias de la coyuntura Covid.

La falta de previsibilidad para proyectar hacia adelante desvaneció expectativas generando frustración y restándoles energía. La vitalidad adolescente se fue perdiendo con el correr de un año en el que todo su mundo organizacional quedó interrumpido o alterado.

Hoy, resulta imprescindible pensar en los cruces de dos movimientos sísmicos que afectan la subjetivación de los adolescentes: por un lado la crisis de un momento vital que los desestabiliza y por otro la irrupción de un shock viral que afectó al mundo entero colapsando todas nuestras formas de vida en sociedad.

El desánimo y la falta de recursos para enfrentar el imperativo del aislamiento y la adversidad activó en muchos adolescentes un amplio espectro de síntomas como comportamientos fóbicos, ritualización obsesiva y ansiedades persecutorias que los llevaron a estados de retracción preocupantes.

Inicialmente resistieron atrincherados "en casa" gracias al fuerte entrenamiento para circular por la virtualidad. Allí con fluidez y naturalidad siguieron comunicados, juntos. Pero la extensión indefinida de la estrategia de confinamiento hizo que la paciencia de los adolescentes amenazara en muchos casos con descarrilar, con perder la cordura. Y, por cierto, luego de de varios meses de prohibiciones, los desbordes y el desenfreno ocurrieron. Claro que las contradicciones y los comportamientos incoherentes de encuentros masivos no autorizados por la emergencia sanitaria estuvieron grotescamente escenificadas en escenarios como por ejemplo, la Casa de Gobierno.

Nos cabe diferenciar el perfil puberal (0-14) y sus reacciones emocionales frente al tormento viral de aquellos adolescentes mayores que respondieron al encierro con recursos de mayor autonomía tanto para moverse solos como para animarse a desacatar y transgredir.

Me propongo recorrer algunas de las manifestaciones de fragilidad y desestabilización en las consultas psicoterapéuticas en estos tiempos de COVID. Voy a restringirme a una franja etárea (10 a 15 años) por considerar que han sufrido un impacto psíquico con efectos sintomáticos acuciantes.

Distintos modos de sufrimiento psíquico en pandemia serán ejemplificados a través de algunos pantallazos clínicos inspirados en distintos motivos de consulta y sus estrategias de abordaje.

A lo largo del año 2020, fui consultada como especialista en niñez y adolescencia por periodistas del diario La Nación para pensar las preocupaciones surgidas en la sociedad en torno al impacto afectivo que produjo la pandemia. Retomo aquí algunas de esas inquietudes e incluyo recortes clínicos de consultas que dan cuenta de este debilitamiento emocional que llamé astenia psíquica.

### **El espacio analítico, atención remota**

Esta pandemia irrumpió bruscamente, sin dar tiempo a adaptaciones paulatinas de nuestros dispositivos asistenciales clásicos. Nuevos dilemas nos desafiaron a acceder a dificultades nunca antes imaginadas. La presencialidad y el encuentro analistas pacientes quedó interrumpido y la asistencia remota quedó como única opción durante el año 2020.

No a todos los pacientes les resultó viable la atención a distancia. Algunos prefieren incluir la imagen a través de una video llamada, otros prefieren sostener el encuentro a través de la voz argumentando razones diversas. "Si pusiéramos video te preocuparías de verme- expresaba una adolescente- a su analista". "Te estoy hablando desde la bañadera, convertida en diván con un almohadón, ya que es el único lugar donde me da confianza hablar". El dispositivo va variando en su configuración según el diseño conjunto de cada paciente con su analista. Se hace a medida, apto para un momento de apremio angustioso.

"Me vuelve un poco loco la cuarentena", repite con insistencia un púber en su sesión remota mientras juega con la pantalla del celular dejando su imagen "patas para arriba".

¿Cómo preservar la intimidad del encuentro analítico en condiciones tan adversas?

Interferencias sonoras, olfativas, visuales se entremezclan y desvirtúan en muchos momentos el clima emocional que necesita una sesión para resultar provechosa.

Para el analista, por su parte, el hermetismo acústico durante el tiempo de cada sesión es imprescindible. El esfuerzo de concentración y la limitación visual al rectángulo de la pantalla se hicieron sentir al final del día desde que comenzó la pandemia. Todos, pacientes y analistas, estamos atravesando un estado atípico; al esfuerzo de siempre hay que agregarle un clima generalizado de incertidumbre y preocupación.

Se temen los riesgos que acechan desde el mundo exterior, inquietan los temores que despierta la convivencia y el confinamiento prolongados y desvelan los fantasmas que habitan en nuestro mundo interior. “El monstruo es la forma de la mezcla en la cabeza”, decía un niño de 9 años, aterrado por el peso del tormento.

La complejidad de este shock planetario nos preocupa por los múltiples cruces entre variables de densidades muy diversas: sin duda, la salud de la población, los efectos psíquicos, sociales, económicos, que aún hoy son inimaginables.

Los dispositivos de abordaje psicoterapéutico fueron creando códigos de encuentro, y condiciones aptas para dar continuidad a los procesos en curso. La sesión incorporó mascotas, luces led, hermanos que aparecían inesperadamente, mucho dibujo y algunos juegos con la analista. Momentos productivos y otros de muchas interferencias. Algunos procesos tuvieron que interrumpirse temporariamente, otros cambiaron su frecuencia.

En mi experiencia clínica resultó llamativa la cantidad de nuevas consultas durante la cuarentena por estados de decaimiento anímico, abatimiento, inapetencia, trastornos de ansiedad y miedos en púberes. Los vínculos entre padres e hijos adolescentes tuvieron en pandemia más cortocircuitos alterándose la temperatura emocional de las familias y los umbrales de tolerancia a la confrontación generacional.

En algunos casos las consultas cursaron con entrevistas a los padres, que encontraron en el espacio psicoterapéutico la contención necesaria para poder encarar algunos conflictos vinculares con sus hijos en esta coyuntura aún vigente.

### **Aislamiento y encuentro social**

2020, un año que tuvo un andar pesado, se sostuvo con desconfianza, total incertidumbre y se estiró sin promesas. Las reservas se fueron agotando, los humores se irritaron, la ansiedad creció y la energía adolescente buscó recargar combustible entre pares, fuera de casa. Necesitaron encuentros, juntas y en la desmesura propia de algunos, fiestas que en la clandestinidad estallaron sin freno.



La franja de adolescentes mayores, que tienen movilidad para desplazarse y agruparse explotó hacia afuera. El verano post confinamiento les abrió sus costas y rápidamente la convocatoria de la grupalidad en playas, fiestas, campings los reunió nuevamente. Sin adultos a su alrededor, los miedos y los barbijos volaron por el aire. Volvieron con Corona y con la satisfacción de haber recuperado el colectivo de los amigos. ¡Quién les quita lo bailado!

Algo muy diferente ocurrió con los púberes. Ellos, ¡implosionaron!

Con la mirada de los padres híper presentes, con su afecto, con sus presiones, reclamos y quejas, los chicos se fueron encerrando en sí mismos.

Para muchos. el empuje puberal, ocurrió así, a puertas cerradas.

Frente al espejo, disgustados y muy solos, ciertos malestares propios del crecimiento los empezaron a molestar.

En un silencio prolongado por tiempo indeterminado, el trabajo hormonal siguió con la intensidad de siempre revolucionando a quienes ni pudieron despedirse de su infancia. Y las manifestaciones de tanto empuje pulsional produjeron cambios que no fueron, en muchos casos, registradas por el entorno afectivo cercano.

Ocurre con la transición puberal un fenómeno curioso. En general su llegada está asociada tanto a la menarca como a la aparición de los caracteres sexuales secundarios. Los “primeros pelitos” son, en el imaginario colectivo, los voceros que anuncian la pubertad. Pero ocurre, que para que eso ocurra hace falta que durante un par de años las hormonas trabajen intensamente. Claro, que mientras tanto, nada se hace visible aunque los padres registran una sensación extraña frente al hijo. Algo difícil de precisar se hace presente en el vínculo parento filial. Alteraciones del humor, comportamientos enigmáticos, contestaciones atropelladas preanuncian la irrupción puberal.

La Pandemia complejizó este clásico advenimiento que se vivió acompañado de riesgos de contagio, enfermedad, muertes, rebrotes del virus. La naturalidad del crecimiento saludable, necesaria para que esta transición puberal sea armónica se vio fuertemente interferida por un año fantasma.

Parapetados en las redes sociales, hicieron de las pantallas un refugio difícil de pausar. Las redes los sostuvieron y a la vez se convirtieron en el punto de encuentro por excelencia.

## **Un dormir desquiciado**

Las semanas se sucedieron en un adentro acotado. El aislamiento se prolongó en un tiempo sin bordes creíbles. Extraviados y algo más escépticos fuimos perdiendo los referentes que nos contienen. Algunos síntomas se hicieron oír con contundencia. El dormir se ha trastornado. El escenario nocturno en cuarentena no gozó de buena salud. Al estado de alerta de los comienzos del confinamiento se le fue sumando el desgaste, la falta de aire puro y las preocupaciones por lo que aún está por venir.

Para quienes ya están dejando atrás la infancia y esta pandemia los sorprendió entrando en su pubertad, el descanso se vio amenazado, sobre todo, a la hora de conciliar el sueño. Entre ellos, la vigilia se sigue dilatando errante, con pantalla en mano, sin libretto y con un sentimiento angustioso de que se avecina la hora de la batalla. El conocido "insomnio de conciliación" tiene en esta cuarentena amorfa, un protagonismo especial. El "no me puedo dormir", pide compañía, pide piedad, se extiende demasiado generando en la mayoría de los casos comportamientos regresivos. La resistencia a entregarse a los brazos de Morfeo va perdiendo fuerza y la necesidad de dormir termina por ganar la batalla: "lo venció el sueño".

Para los adolescentes el desajuste del sueño no se manifiesta como dificultad para dormirse. Ellos saltean esta batalla y siguen despiertos, conectados virtualmente con amigos, atravesando la mayor parte de la noche despiertos, sin lucha alguna. Si su tendencia fue siempre la de apoderarse de la noche para circular con libertad y sin adultos en escena, hoy en la trinchera familiar, extremaron su necesidad de vivir contra el reloj creando un contra turno trasnoche para estar a solas sin todos los otros.

Hay otra variante de cortocircuito en el dormir que ocurre en la mitad de la noche de un estado de eterna cuarentena. Un impiadoso desvelo luego de algunas pocas horas bien dormidas, se impone, persiste y se muestra imperturbable frente a la necesidad de seguir descansando. Un intruso que no admite razones, que se adueña y dispone de nuestra noche sin consideración alguna. Un verdadero enemigo encarnado en uno mismo. Una tortura que, a cualquier edad, se padece con fastidio e impotencia. Pelearle al insomnio a la hora del desvelo no es una buena idea.

## **SOS, necesito ayuda!**

Luego de 15 días sin poder dormir, Juan (14 años) pide auxilio psicológico. La vida en cuarentena fue destiñendo los bordes del día que se extendieron en su cotidianeidad hasta eliminar el sueño. Juan padecía su encierro despierto.

Inseguro y abatido por pensamientos tortuosos, Juan fue quedando aprisionado, víctima de fantasmas que lo acosan. El estado de alerta a que lo expone la idea de que una catástrofe está por ocurrir lo desvela. Uno de esos pensamientos es el temor de que una desgracia pudiera ocurrir a alguno de sus seres queridos. La primera semana no tenía conciencia de cuánto lo estaba afectando vivir sin dormir. Pensamientos rumiantes, de aquellos que insisten indefinidamente en su mente sin dar tregua, lo mantenían insomne.

Desconfiaba de la lealtad de sus amigos sospechando que entre ellos se comunican en grupos virtuales de los que él no participa, Los sentimientos de exclusión y temor al bullying, con jaqueo en las redes sociales lo llevaron a lo largo de meses dentro de su cuarto a descubrir una asimetría en su rostro. Prisionero de un malestar que lo angustia, Juan pasa horas buscando en la imagen especular un alivio que no encuentra.

Algunos rituales acompañan esta cotidianeidad alienante. Juan necesita chequear compulsivamente varias veces al día todas las redes en las que participa para ver si alguien sube "algo" que lo comprometa perjudicándolo.

Sin descanso, con una fuerte sensación de vacío y miedo a enloquecer, Juan pide ayuda luego de un par de semanas donde no logró conciliar el sueño.

Las entrevistas psicoterapéuticas iniciales con Juan descomprimieron la sensación de estar al límite y generaron condiciones de posibilidad para el inicio de una terapia. La vida con distancia social y aislamiento produjeron en Juan el colapso de una organización vital nutrida fuertemente en un entrenamiento deportivo intenso. En ese ámbito deportivo Juan se sentía bien. Su habilidad futbolística aportaba al equipo, y alimentaba su estima de sí mismo. El enquistamiento en su habitación durante la cuarentena fue debilitando su pertenencia y motivación habitual tanto del deporte como de sus otras actividades discontinuadas. Se fue desinteresando del seguimiento físico remoto y la actividad, que, hasta la llegada del COVID, era central para Juan, se fue desinvirtiendo. Hoy, que volvió a activarse el entrenamiento presencial, Juan no quiere retomar.

## **El protagonismo del cuerpo**

Este shock viral atraviesa a los adolescentes de un modo especial. El protagonismo del *cuerpo* en la adolescencia es complejo y exigente. La gestualidad afectiva propia de los lazos sociales está hoy asociada a riesgo, contaminación y amenaza de contagio de la enfermedad.

El cuerpo en la adolescencia necesita estar investido libidinalmente para estar saludable. Experiencias de encuentro afectivo, de placer, de ternura, de seducción se ven hoy amordazadas por barbijos que no solo protegen, también tapan, callan y anestesian. Ni la distancia física del “mirame y no me toques” ni el aislamiento social encontraron en los adolescentes una incondicionalidad de acatamiento por tiempo indefinido.

La energía adolescente se fue consumiendo y su deambular aletargado y displicente, hoy tiene algunas señales más afines a estados de alteración emocional que a cansancio físico. Desmotivados, echados y sin fuerza, los adolescentes van desinvirtiendo la vitalidad de su cotidianeidad. Apatía y somnolencia durante gran parte del día son climas emocionales que no se explican como mera fatiga, son en muchos casos expresiones de angustia y de un estado de astenia psíquica.

El mal humor sostenido, el llanto aparentemente inmotivado, el ensimismamiento exacerbado son algunos de los modos de presentación del ánimo adolescente en pandemia. La alimentación da también señales de franco desorden durante este tiempo de aislamiento. Para circular con algo de libertad y sin adultos en escena, los más jóvenes fueron creando un contra turno trasnoche para estar a solas sin el resto de los convivientes.

En algunos casos la ansiedad creciente encuentra vías de descarga lesivas, de autoflagelo que si bien no las motivó el confinamiento se ven potenciadas por este contexto pandémico. Consumo de sustancias, comportamientos bulímicos, rituales obsesivo compulsivos, rayones en la piel son algunos de los fenómenos clínicos preocupantes.

Nuestro desafío, es decir el de los profesionales de la salud mental, consiste en advertir que la sintomatización silenciosa de los adolescentes tiene efectos psíquicos de desestabilización que no debemos ni desestimar ni descuidar. El cuerpo mismo es el blanco donde últimamente se manifiestan alergias, dolores poco reconocibles, dientes que duelen por el rechinar excesivo, ansiedades hipocondríacas con las que imaginan estar gravemente enfermos, etc., etc.

Para los púberes en plena revolución hormonal, el cuerpo y sus transformaciones los asustan y movilizan. La amenaza real —pero aturdidora— de la enfermedad, el encierro sostenido y la impredecibilidad de la salida de la pandemia comprometen su confianza y tranquilidad emocional.



Hasta la irrupción del COVID, los adolescentes más grandes venían usando su cuerpo como pizarra de la subjetividad, tatuándolo, marcándolo, manipulándolo con dietas y rutinas de gimnasio. Con su accionar signado por la intensidad, ellos buscaron en estas últimas décadas reivindicar una libertad en el contacto con sus pares, sin condicionamientos que la restrinjan.

### **Maldito espejo**

María, 14 años, recluida entre sus cuatro paredes, concentra su mirada autoexigente frente al espejo. Acosada por una autocrítica impiadosa respecto a su propio cuerpo, María se impone restricciones alimentarias cada día más tiránicas. Su lucidez y las argumentaciones de la razón no son suficientes para ayudarla a frenar un descenso de peso que puso en riesgo su salud. Amenorrea, caída del cabello y un estado de fatiga y agitación desataron alarmas en la familia que puso en marcha el llamado a una analista.

La consulta psicoterapéutica activó un abordaje múltiple, pediátrico, nutricional y psicológico para frenar la seria descompensación de esta jovencita. El seguimiento con un equipo interdisciplinario es, en estos casos, necesario para asistir la consulta familiar. La orientación parental es uno de los focos a trabajar en la estrategia clínica.

La pregunta es cuál es la incidencia de la Pandemia en la eclosión de síntomas tan desorganizantes.

El caos que produjo este colapso mundial vulneró fuertemente nuestros modos de organización y fragmentó la experiencia adolescente provocando manifestaciones emocionales muy lesivas. El confinamiento y la distancia social generaron en María una inseguridad en torno a la aceptación e su grupo de pertenencia. Un creciente temor a no ser considerada por sus amigos como alguien valiosa, se alienó viendo frente al espejo una imagen de su cuerpo que la disgustaba.

Y el cuerpo para María encarnó quizás ese efecto de desarraigo producto de una suspensión repentina de la vida social. El sentimiento de ausencia de experiencias colectivas parece haber incidido en la fetichización del escenario corporal. Potenciado por la fuerza mediática del acoso de la enfermedad y muerte por Covid, María quedó presa de mandatos de perfección estética que la desorganizaron psíquica y físicamente.



## **Vida académica**

Parapetados bajo el techo del hogar, las familias resistieron aisladas durante un año escolar completo con nuestras instituciones académicas cerradas. Se ha perdido mucho en todos los niveles de enseñanza. Las escuelas, las universidades, atendiendo a las prioridades sanitarias buscaron un rincón dentro de cada casa y pagamos por ello un costo tanto pedagógico como psíquico y social importante.

Pese al enorme esfuerzo de todos, los vínculos entre alumnos y docentes, y también entre compañeros quedaron empobrecidos, reducidos a un cuadradito de la pantalla con escaso intercambio y un desgano cada día mayor. Tanta distancia y tan poca interacción fueron restando motivación y productividad al aprendizaje.

Los padres se fueron alterando con el correr del tiempo por tener que asistir la enseñanza remota en forma sostenida. La vida hogareña acumuló tensiones por estar sobrecargada, el control parental tensó la convivencia y lógicamente la estabilidad emocional de todos se fue perdiendo.

Esta impiadosa pandemia no dejó lugar a otras alternativas, pero sabemos que la sinergia y el estímulo de los colectivos de pares inciden tanto en el rendimiento pedagógico como en el bienestar psicológico a todas las edades.

La vida institucional no cabe en las casas, la interacción social, la motivación para aprender, la dinámica grupal, las leyes propias de la vida académica son un nutriente emocional que hoy todos-felizmente- advirtieron que no admiten más postergaciones. La "vuelta al Cole" hubo que pedirla a gritos. Esta pesadilla aun no concluyó.

## **No me soporto ni a mí, ni a nadie**

Desafiante, rebelde y explosiva. Así los padres de Abril describen a su hija de 13 años en la consulta. Sus comportamientos impulsivos se exacerbaban coincidiendo con el confinamiento por la emergencia sanitaria. Displidencia, intolerancia y peleas cotidianas con sus padres generaron una tensión creciente en el seno familiar. Abril se distanció de su grupo de amigas.

Los compromisos académicos de Abril se fueron debilitando cada vez más hasta perder contacto con la regularidad escolar. Dejó de entregar sus trabajos prácticos, no respondía a los llamados que hacían los maestros para reincorporarla y los resultados se dejaron ver en un boletín que evidenciaba una caída brusca expresada en el ámbito escolar. Los padres

acuden desbordados a pedir auxilio profesional. El clima de gritos, portazos, amenazas y reclamos les resultaba insostenible.

Las entrevistas iniciales con Abril dejaron ver una adolescente quebrada, sin rumbo, aterrada de estar anestesiada y con una enorme necesidad de contención y amparo. En momentos de descontrol atentaba contra sí misma, posiblemente como un modo desesperado de pedir ayuda. Abril tenía, por ejemplo, algunas marcas en las piernas por haberse quemado con colillas de cigarrillos. Todas las semanas se teñía el cabello de otro color y se lo cortaba sola con una frecuencia también inusual. El sentimiento de vacío subyacente al descontrol le resultaba muy difícil de soportar. Un estado de desgano, falta de interés por la vida, inapetencia en múltiples sentidos eran para Abril el fantasma que la acosaba.

La indicación terapéutica fue, además del espacio terapéutico individual para Abril, comenzar con una terapia familiar a la que también se integraron sus dos hermanos menores.

### **Espacios y convivencia**

La convivencia en momentos de aislamiento obligatorio pobló de otra manera los espacios hogareños alterando la circulación y su uso habitual. La privacidad se vio afectada y no fue sencillo generar nuevos códigos que contemplen las necesidades de todos. Los espacios domésticos y sus usos están subvertidos desde que comenzó la cuarentena. La casa tuvo que alojar a la escuela, al trabajo, a la profesora de yoga y a la maestra jardinera que canta por Zoom para el hermanito menor.

Delimitar territorios y horarios de uso terminó desestabilizando la logística familiar. Privacidad, Intimidad, necesidades de todos y a todas las edades. La incomodidad por el temor a ser escuchado, generó inseguridad en los convivientes. De ahí que hoy golpear la puerta antes de entrar en cada ambiente resulte imprescindible. El respeto por la privacidad es hoy más importante que nunca porque la superposición de actividades que convergen en el hogar requiere ser muy cuidadosos al respecto. Hasta el uso de llaves puede ser entendible y necesario en algunas situaciones.

Cada etapa de la cuarentena habilitó otras verdades y generó inevitablemente otras logísticas y otros temores. "Quedate en casa" realzaba el adentro. Por entonces no había mundo exterior ya que los riesgos estaban localizados en el afuera. Hoy, en cambio, se exalta la conveniencia de estar al aire libre porque el afuera disminuye el impacto del contagio. Como efecto de estos y otros mensajes algo contradictorios hay hoy muchos púberes que insisten en seguir confinados.



## **No quiero salir de casa**

Los padres de Josefina (12 años) consultaron preocupados por la negativa de su hija a salir de la casa. Los meses iniciales de aislamiento obligatorio no generaron tensiones en la vida familiar. Josefina aceptó con relativa complacencia las restricciones a que la exponía la situación sanitaria. Se mostraba muy atenta a sus cuidados de higiene de manos y uso de alcohol, así como también vigilaba de reojo que todos en la casa cumplieran con las medidas de cuidado.

Comenzó su cursada escolar remota sin dificultades para adaptarse a las clases virtuales. Pero pasados un par de meses, su participación fue disminuyendo, y cada vez respondía con menos compromiso a las tareas escolares. Se fue desconectando de a poco.

Se apropió del gato de la familia, lo llevó a su cuarto y allí echados ambos, día y noche, siguen aún confinados. Las pantallas llenan unas cuantas horas del día, pero no precisamente porque allí se comunique con sus amigas. Navega a la deriva en las redes y le atrae en particular los dibujos y el mundo Animé (historietas japonesas) con quienes fue haciendo un mundo de pertenencia alternativa. Allí generó nuevos contactos y convirtió a las expresiones de la cultura Animé en una pertenencia a la que se adhirió con cierto fanatismo. Dibuja en modo historieta y escucha música coreana con la que creó un microclima de mayor retracción dentro del aislamiento. Cuando la cuarentena ya no era tan estricta, los padres de Josefina se inquietaron por su negativismo contundente a retomar contacto con el mundo externo, no quería salir ni al balcón. Ni encuentros con amigos en el parque, ni planes de salidas acotadas planeadas con prudencia pudieron concretarse. Se hizo evidente para los padres que la necesidad de una consulta psicológica era inminente.

La sensibilidad fóbica al contacto y el temor al contagio encarnado en todos los otros, activó sentimientos evitativos y persecutorios extremos. Los cuidados se ritualizaron al punto de producirle lesiones de piel en las manos por uso excesivo de alcohol. Josefina argumentaba que ella se tenía que cuidar mucho porque sus abuelos eran personas de riesgo, y pese a que estos abuelos ya habían atravesado sin complicaciones la enfermedad, su resistencia a salir no aflojó. En una salida al dentista, la madre advirtió que en la calle, la niña no se soltó del brazo de su mamá en ningún momento.

El tratamiento de Josefina comenzó por video llamada luego de un par de entrevistas con los padres. Con su gato a upa, comenzamos a trabajar, muy acorazada al principio y llamativamente locuaz a pocas semanas de haber comenzado su terapia. Atormentada por múltiples miedos en los que se potenciaron los fantasmas de su propio crecimiento por un lado y los peligros propios de la pandemia Josefina montó una retracción extrema y desembarcó en el mundo virtual Animé. Durante las sesiones dibujaba mientras hablaba y



relataba sobre todo argumentos de las historias que veía en Youtube. Escuchaba atenta y racionalizaba la conveniencia de seguir cuidándose del Covid. Al terminar la sesión me enviaba lo que había dibujado.

### **Reflexiones e interrogantes**

El colapso global que nos atraviesa aún no se ha podido frenar. Algunas situaciones de la clínica psicoanalítica, como las consultas aquí presentadas dan cuenta del impacto que tiene sobre el psiquismo adolescente la vida en pandemia. El aislamiento social, la distancia física, la evitación del contacto, la cuarentena prolongada, las escuelas cerradas, afectaron fuertemente la salud mental de la población joven. Los efectos y las secuelas serán motivo de estudios post pandemia. Por el momento nos cabe estar atentos a la proliferación de cuadros de desestabilización emocional en púberes que padecen estados de pérdida de deseo, falta de motivación y vitalidad. Con el correr de los meses los adolescentes fueron desinvirtiendo la vitalidad de su cotidianeidad. Apatía, somnolencia y pasividad durante gran parte del día son humores que expresan malestar y angustia. Si bien aquí nos restringimos a describir la astenia en la pubertad, se trata de un estado emocional que también padecen algunos jóvenes y adultos.

La astenia psíquica constituye hoy una alerta. Aparece asociada a otras manifestaciones como trastornos de ansiedad, retracción extrema, alteraciones alimentarias, autolesiones. La consulta temprana y el abordaje psicoanalítico ayudan a evitar la eclosión de niveles de mayor desorganización psíquica.

---

### **Resumen**

El trabajo plantea un estado psíquico de falta de deseo al que llamo astenia psíquica. Se presenta como una fatiga anímica, en la que las motivaciones y los intereses parecen desvanecerse. Cambios bruscos de humor, desgano, retracción, trastornos del sueño, comportamientos alimentarios alterados, autolesiones son algunas expresiones clínicas de esta astenia emocional. Una suerte de desinversión libidinal temporaria del mundo que habitan los adolescentes.

### **Descriptores**

Adolescentes, Astenia psíquica, Trastornos alimentarios, Autolesiones, Pandemia.



## **Adolescents in pandemic: around the concept of psychic asthenia**

### **Summary**

The work poses a mental state of lack of desire which I call psychic asthenia. It appears as a mental fatigue, in which motivations and interests seem to vanish. Sudden mood swings, reluctance, withdrawal, sleep disorders, altered eating behaviors, self-harm are some clinical expressions of this emotional asthenia. A kind of temporary libidinal disinvestment of the world that adolescents inhabit.

### **Descriptors**

Adolescents, Psychic asthenia, Eating disorders, Self-harm, Pandemic.

## **Adolescents en pandémie: autour du concept d'asthénie psychique**

### **Résumé**

L'œuvre pose un état mental de manque de désir que j'appelle asthénie psychique. Il se présente comme une fatigue mentale, dans laquelle les motivations et les intérêts semblent s'estomper. Les sautes d'humeur soudaines, la réticence, le retrait, les troubles du sommeil, les comportements alimentaires modifiés, l'automutilation sont quelques expressions cliniques de cette asthénie émotionnelle. Une sorte de désinvestissement libidinal temporaire du monde qu'habitent les adolescents.

### **Descripteurs**

Adolescents, Asthénie psychique, Troubles de l'alimentation. Automutilation, Pandémie.