

# La melancolía

Por ENRIQUE GUARNER

Una persona muestra una cara triste y contraída con una expresión que denota pesadumbre. Se podría afirmar que casi llora en silencio. Su frente está arrugada de tanto retraer los músculos frontales y las comisuras labiales se le han desviado hacia abajo. Se arrastra al caminar con la cabeza hundida, apoyándose con la ayuda de las paredes y rehuendo la mirada de quienes la rodean.

Todos sus movimientos se encuentran inhibidos y si llegan a efectuarse suceden lentamente y con dejadez. El aspecto de este individuo es descuidado y se manifiesta cohibido y silencioso. Cuando habla dice cosas tristes y no hay manera de animarle.

Se le hace difícil el trabajo, porque experimenta dificultad para concentrarse. Es por ello que se ve obligado a laborar con mayor intensidad para obtener la mitad de los resultados que alcanzaba con anterioridad.

En ciertos casos de depresión percibimos lo contrario. La persona se queja con voz alta, gesticula y ejecuta movimientos desordenados e incluso violentos. A veces amenaza a quien se le aproxima. La realidad es que no encuentra satisfacción y su mundo interno ha quedado reducido.

Equivalentes somáticos de ciertas depresiones, son el dolor y la fatiga. El primero es vago y generalizado. Se manifiesta como un simple malestar global o una jaqueca que no es otra cosa que el control del impulso agresivo. El cansancio se deriva del esfuerzo por disminuir la tensión que ha creado el conflicto emocional.

Otro sustituto de la melancolía puede ser usar el dinero comprando multitud de objetos innecesarios. Es una forma de asegurarse que uno no se ha empobrecido y establecer así un bienestar ficticio por medio de suplementos exteriores.

Todo lo que acabo de describir es el cuadro clínico de una depresión severa. Sin embargo, la tristeza no siempre constituye un desorden mental, sino que es una de las formas comunes de reacción dentro de la vida normal. En estas ocasiones sus orígenes pueden trazarse a desengaños, soledad, fracasos menores en la escuela, los negocios o en la vida social. Estas sensaciones ceden espontáneamente en un corto tiempo.

Resulta imposible imaginar que exista un ser humano que no sufra aunque sea levemente la sensación de tristeza. En unos se manifiesta como infelicidad o pesimismo, pero en los más como una forma de aislamiento. Podría afirmarse que ella está en nosotros y que se repite sin descanso a lo largo de la vida.

## Orígenes de la depresión

La palabra melancolía era conocida por los griegos, quienes pensaban que la presencia de la bilis negra la causaba. Los romanos usaban el vocablo latino «tristitia» como equivalente del anterior. Los escritores cristianos en la Edad Media distinguían dos tipos de desesperación, aquella que proviene de Dios y la que es producida por lo mundano. El hombre padecería la depresión racional y la irracional atribuyendo la primera al amor y la segunda al odio.

De acuerdo con Origen, la muerte de Judas Iscariote se debió a su excesivo remordimiento, dado que su pecado no fue tan grande como para no recibir el perdón. Obviamente la culpa causó su estado depresivo y su suicidio final.

Uno de los grandes enciclopedistas de la Edad Media fue Isidoro de Sevilla quien en el siglo VII escribió «De lamentatione anima dolentis», libro en el que asegura que la desesperación proviene del pecado, el cual solamente encontrará alivio por medio de la confesión, seguido del acto de contricción y finalmente de llevar una vida sin falta.

En su descripción sobre el deprimido, el arzobispo nos dice: «El alma está afligida, así como alterado se en-



cuentra el espíritu. El corazón tiembla y se rodea de los demonios que rodean la miseria. Ante esta adversidad no hay escape, porque la calamidad nos embarga».

Phillipe Pinel en 1801 retrataba a los melancólicos como seres taciturnos y pensativos que buscaban la soledad, a pesar de encontrarse en buena salud y prósperas circunstancias. Este autor fue el primero que mencionó que algunos deprimidos cometen crímenes para buscar su castigo.

Los psiquiatras alemanes del siglo XIX hicieron descripciones perceptivas y precisas de los cuadros depresivos, atribuyendo los mismos a factores hereditarios

## Freud y melancolía

En 1917 Sigmund Freud publicó uno de sus trabajos mejor escritos, «Duelo y melancolía» a través del cual se puede comprender el mecanismo de la depresión.

Según el descubridor del Psicoanálisis, en el desarrollo de la melancolía siempre existe una pérdida de objeto y éste es ambivalente, o sea que lo desaparecido lleva mezclado los sentimientos de amor y de odio. Es la parte del rencor la que ocasiona el que surja la denigración y los reproches contra uno mismo, porque con la pérdida experimentada, el mundo se ha empobrecido.

Según Freud la privación del objeto puede deberse a una muerte en cuyo caso padecemos un duelo, pero muchas veces sufrimos el rechazo de un ser al que amamos, o de algo abstracto como puede ser la patria, la libertad o un ideal. El melancólico también puede haber perdido la juventud o la potencia sexual.

Freud fue también capaz de notar que una parte de la mente se vuelca en contra de nosotros, o sea la conciencia moral. El deprimido se somete a ella admite su culpa y busca el castigo.

Algunos autores con posterioridad a Freud han observado que los melancólicos pertenecen a familias que los utilizan para mejorar su posición social. Al ser favoritos y no alcanzar las metas que se esperaban de ellos, surgen los autoreproches y la expiación que puede llevarlos al suicidio, de lo que me ocuparé la próxima semana.