

CONSCIÈNCIA  
D'ARA  
I la setmana que ve:  
La veu secreta de  
Cristina Campo

## Estils

# Novel·lar els universos (i les fronteres) de la salut mental

Anna R. Ximenos recull en un llibre vint anys de notes durant l'acompanyament de casos

DÍDAC P. LAGARRIGA  
BARCELONA

“**E**s diu que el predictor més potent d'èxit d'un tractament no depèn de les escoles ni de les tècniques aplicades, sinó de la qualitat del vincle terapèutic. M'és difícil explicar en què consisteix. Hi ha quelcom de viatge compartit, de dues subjectivitats diferents que s'entrecreuen, quelcom relacionat amb el filat. Sí, aquest fil invisible que es crea entre el pacient i qui l'atén és el vincle terapèutic. Trenar, embastar, cosir; ser trenat, ser embastat, ser cosit”. No ho diu Anna R. Ximenos, sinó la protagonista del seu llibre *Vidas lentas* (acabat de publicar per Pre-Textos després d'haver guanyat el Premi Internacional de Novel·la Ciutat de Barbastro 2020). Ximenos no ho diu, però ho escriu i ho subscriu. Fa vint anys que pren notes a la seva feina com a gestora de casos al CPB-Serveis Salut Mental, una entitat barcelonina que ofereix tractament i rehabilitació de pacients amb trastorns mentals greus amb programes assistencials concertats amb CatSalut. Fascinada per l'Índia, després d'acabar psicologia i un postgrau en cooperació internacional s'hi va establir un any, on va treballar a la Fundació Vicenç Ferrer amb programes de microcrèdits. De tornada a Barcelona es va implicar amb les multitudinàries vagues de fam dels “sense papers” de principis de segle i, poc després, va entrar a treballar on és ara, una feina que combina amb l'escriptura. “Prenc notes sempre, m'he passat la vida prenent-ne”, confessa. De fet, al seu primer llibre, *Interior blau* (FCE, 2013), tot i no tractar el mateix tema, també hi trobem el seu interès per escoltar vides i intentar comprendre els inevitables conflictes per treure'n relats tocats de lirisme i certa volada, en aquell cas a partir d'autores conegudes com Arendt, Duras, Woolf, Colette, Yourcenar i moltes altres.

### Imprescindible interrogar-se

En l'àmbit terapèutic, afirma que treballa amb pacients “d'universos fascinants”, però sense caure en el romanticisme i el paternalisme, dues coses freqüents en aquest entorn que, a la vegada, continua sent força estigmatitzat i invisibilitzat. “Encara s'ha de fer molta feina a nivell d'estigma i també d'autoestigma,



Anna R. Ximenos, fotografiada fa uns dies a Barcelona. FRANCESC MELCION

perquè es fa difícil sortir del rol de malalt. Però actualment les associacions d'usuaris de malalties mentals agafen força i crec que el futur és que els usuaris s'organitzin i que qüestionin sempre el que fem. Si bé al llibre no parlo d'aquestes entitats, crec que són molt importants”.

*Vidas lentas* no és un assaig, sinó una novel·la. “Volia fer un treball literari amb una estructura ben pensada, com una sèrie que enganxés el lector, integrant-hi a la vegada temes més seriosos de la psiquiatria amb un punt d'humor i lirisme, que no és fàcil amb el tema. També volia parlar de la diferència i posar en valor la feina de les persones invisibilitzades, perquè quan parlem de salut mental sempre pensem en psicòlegs i psiquiatres, però hi ha un volum important de persones que acompanyen els pacients als domi-

**Novetat**  
El llibre integra temes seriosos de psiquiatria amb humor i lirisme

cilis, que hi van cada dia, els ajuden amb la higiene, la compra...”

Assegura que, tot i basar-se en fets reals, per confidencialitat i respecte els protagonistes no són reconeixibles, sinó “una barreja de molts casos”. “La resposta dels professionals que han llegit la novel·la és bona perquè crec que tots tenim molts dubtes, fins i tot de les intervencions que fem. Crec que és imprescindible interrogar-se i que puguem fer-te preguntes de com ho fas, i el llibre és el fruit d'intentar respondre'm les preguntes que em faig com a professional”.

“Què és la bogeria, com es tracta, com es cuida, com cuidar qui cuida... La nostra feina és al carrer, a les cases, i també has de tenir en compte com protegir-te per no deixar-te envair pels casos que acompanyes i, a la vegada, estar disposada a des-

plaçar el teu centre de gravetat per acostar-te a aquella persona i veure com pots ajudar a minvar el seu patiment. Tot i que encara té molt de pes el model biomèdic, on la pastilla sembla ser la solució i es medica amb molta facilitat, entenc la salut mental des del vincle i la confiança, respectant el que ens presenta la persona que pateix i buscant la millor manera d'acompanyar-la. També treballem molt amb les famílies, sovint desbordades, i canvia molt fer-ho a casa seva i que puguin explicar les angoixes prenent un cafè. Com va dir Foucault, la llar és el lloc natural de cura”.

### Situació complicada

*Vidas lentas* ens submergeix en aquest acompanyament sovint dur. Hi veiem també l'altra banda, la del professional que arriba de la feina, que es confessa, que reconeix límits i contradiccions, que qüestiona i critica, que es cansa i pateix (“De tant utilitzar el muscle de l'empatia, un dia, quan algú et diu que es vol matar i tu penses en les patates fregides, t'adones que t'has gastat”, llegim en un dels capítols). Un sector on, a més, es fa impossible obviar la pressió de les farmacèutiques, àvides de nous mercats (com l'infantil) i de l'augment imparable de diagnòstics. “En un dels manuals farmacèutics he vist que estan estudiant ‘el risc de psicosis’. Què vol dir? ¿Es medicarà a la gent per un possible risc? Jo entenc la salut mental des d'un vessant diferent, que fomenta la relació, l'escolta i la confiança”. Actualment no és gens fàcil: “Els sanitaris, en general, estem cansats”. “També hi ha una fatiga emocional general que dura mesos i que continuarà fent pujar la necessitat de suport psicològic en general. S'haurà d'ajudar a tenir certes eines per aguantar aquesta situació. Ara comencem a notar, d'una banda, que algunes persones amb patologies prèvies han empitjorat i, de l'altra, que gent que no havia tingut mai cap qüestió de salut mental comença a experimentar-ne cada vegada més. Sobretot en l'àmbit que em moc veig que les repercussions de la precarietat econòmica i social són terribles en persones amb trastorns mentals greus. Els serveis estan col·lapsats i si la falta de recursos com l'habitatge era greu abans de la pandèmia, ara ho és molt més. Si no garantim les necessitats bàsiques de la població, per a les persones amb patologies mentals encara serà molt més difícil”, conclou. —