

UNIVERSIDAD DE SEVILLA

GRADO EN PERIODISMO



Trabajo de fin de grado

Convocatoria diciembre 2021

Memoria justificativa

El Bruch

Iván Garrido Cobo

Tutorización Ramón Reig

ÍNDICE

1. Presentación.....	3
2. Objetivos y fundamentos.....	4
3. La obra.....	5
-Argumento	
-Personajes	
-Estructura	
-Técnicas	
-Tiempo y espacio	
-Portada	
4. Memoria del proceso.....	11
-Dificultades	
5. Trastornos mentales (pertinencia).....	13
-Inclusión en la sociedad	
-Casos famosos	
6. Conclusiones.....	16
-Análisis de resultados	
-Perspectivas futuras	
7. Fuentes e inspiraciones.....	17
8. Bibliografía.....	19

1. Presentación

El Bruch es un relato literario acerca de la salud mental. El relato se sustenta en dos pilares básicos: el relato en sí mismo, la mera escritura como fin y creación artística autosuficiente; y el tema tratado, que está enfocado desde una dinámica periodística con ánimo de dar voz a un problema social.

Ha sido construido, en primera instancia, desde lo puramente literario, en busca de precisión y belleza en cualquier momento de la narración. La historia es la estructura en la que se sustenta y justifica todo lo creado, los dos personajes protagonistas y sus vidas. En esta trama se entrelazan los destinos de Violeta y Pedro, focalizando la atención en el tema, que son sus problemas mentales. Se conocen y así se muestran las dos situaciones opuestas que son sus vidas, Violeta, que piensa que ha sido diagnosticada erróneamente de trastorno bipolar, y esto le trae graves consecuencias; y Pedro, que busca ayuda para identificar y solucionar sus problemas y no encuentra ningún apoyo. En todo momento hay entre ellos una falta de conciencia de los problemas del otro, y esto es una señal más de la falta de diálogo y medios que tienen para abordar estos conceptos.

El relato está enfocado hacia cualquier público adulto, aunque tanto por temática como por el estilo de la narración, su lectura presumiblemente requiere una predisposición abierta y desprejuiciada para que pueda ser entendida. Frente a lo alarmista se propone una lectura empática, y que el lector saque sus propias conclusiones.

2. Objetivos y fundamentos

A través de las vidas y voces de los personajes protagonistas se aborda el problema con la salud mental en la sociedad con la intención de mostrar la importancia del mismo. Los diagnósticos erróneos, la ausencia de ayuda profesional cuando se necesita o la falta de capacidades para identificar un problema mental tratan de ser reveladores con respecto a una realidad cada vez más evidente: una gran mayoría de personas dentro de las sociedades sufren problemas mentales y tienen dificultades para identificarlos y solucionarlos.

Como caso de estudio tomaremos la situación en la que se encuentra España, donde el tema recientemente ha empezado a tratarse con intensidad en el debate público. Desde muchos sectores se está pidiendo una reestructuración general de la situación, empezando por la visibilización total, hasta fortalecer los medios públicos para tratar de solucionar el problema, así como la concienciación ciudadana y el consecuente apoyo interactivo.

En la obra se analizan las mentes de dos personas con problemas para intentar descifrar algo de sus confusas formas de pensar. Se pretende indagar en afecciones como la bipolaridad, el síndrome del impostor, la soledad, la falta de ayuda y todas las consecuencias de una mentalidad que analiza demasiado la realidad.

La obra pretende entretener y remover. Ser un paso más en el camino hacia la normalización de los problemas de salud mental para que puedan solucionarse en un futuro próximo. No pretende romantizar, solo acercar. Esto no quita que haya un acercamiento poético a algunos aspectos de lo que suele llamarse locura. Precisamente, este acercamiento poético a la locura tiene la intención última de desdibujar las fronteras entre los locos y los cuerdos, de proponer una nueva forma de ver el tema basada en analizar cada comportamiento concreto, y no decir que una persona está loca y dejarla de tomar en serio para siempre.

El relato tiene una construcción algo compleja y no sigue un orden lineal, ya que uno de los objetivos es que el lector vaya construyendo la historia según la lea, identificando a los personajes en distintos periodos de su vida. Esta narración atípica trata de indagar en los personajes como personas con problemas, que simplemente el lector asista a algunos episodios de su vida sin juzgar prematuramente, como suele hacerse con las personas consideradas locas.

3. La obra

Argumento

En el comienzo se nos presenta a Violeta, que cuenta algunas de sus experiencias, y entre ellas, que estuvo internada en un centro de salud mental por asaltar un centro de hípica. Violeta es un personaje claramente delirante, pero no llega a presentarse como un ser peligroso o verdaderamente loco, si no más bien excéntrico y algo poético. También vemos en ella, constantemente, un enfado general contra la sociedad como conjunto despersonificador.

Posteriormente se da a conocer Pedro, que también tiene una mente afligida por los problemas, principalmente la depresión. Tiene el síndrome del impostor y analiza todo en exceso, lo que le lleva a sufrir a pesar de vivir con su pareja y tener una vida tranquila.

Ambos se conocen durante un verano trabajando en una piscina municipal, y tienen algunos diálogos en los que se cuentan sus vidas. Se causan una impresión grande, pero no llegan a profundizar demasiado y se mantienen alejados el uno del otro, aunque se hayan contado sus vidas.

Los dos narran en el relato sus experiencias opuestas con respecto a los problemas mentales: Violeta piensa que ha sido diagnosticada erróneamente de trastorno bipolar, y esto le hace la vida imposible; y Pedro busca ayuda profesional, pero más que apoyo recibe una experiencia traumática para él. Violeta tiene un hijo y esto dificulta su problema, a través de su narración se van contando varios episodios de su vida. Pedro es una persona sensible y menos excéntrico que Violeta, sufre pero sufre en silencio, tímidamente.

Violeta huye de los episodios oscuros de su vida por los que fue diagnosticada de bipolaridad, huye porque su hijo es menor de edad y está esperando a que crezca para volver a ser como antes. Tiene una obsesión delirante con el doctor que le hizo el diagnóstico erróneo, que es el mismo que a Pedro no le diagnostica nada y no le brinda ayuda.

Finalmente, Finn, el hijo de Violeta, se hace mayor, y Violeta se va cumpliendo sus delirantes sus sueños: reencontrarse con unos extraterrestres que conoció en lo que parecía ser un sueño, pero que no queda claro si lo fue o fue realidad. Pedro parece encontrar cierta calma en su vida a través de su pareja y la poesía y en el desenlace cree ver a Violeta volando en el cielo para cumplir sus sueños.

Ambos tienen finales satisfactorios aunque inciertos y alivian a priori sus problemas mentales.

Personajes

Violeta Castro Rey. Madre soltera que, debido a las dificultades de su vida y otros factores como las drogas, sufre un brote psicótico cuyas consecuencias amenazan todo lo construido.

Pedro José Flores del Campo. Estudiante que por poca capacidad económica tiene que buscarse la vida trabajando en los veranos, con perspectivas complicadas para el futuro. En constante depresión por esta incertidumbre y otros problemas, busca su forma de poder estar bien junto a su pareja.

Doctor Oriol Sánchez i Margall. Personaje que no tiene voz propia en la obra pero que tiene una gran trascendencia: es el que hace los dos diagnósticos de la discordia para Pedro y Violeta. Al primero no le da ninguna ayuda ante sus problemas, y a la segunda le diagnostica trastorno bipolar en contra de la opinión de la paciente.

Bianca. Novia de Pedro. Van juntos en busca de trabajo al norte y supone el principal apoyo de Pedro, su centro de gravedad. Trabaja en panaderías y finalmente ella y Pedro vuelven juntos al sur.

Finn. Hijo de Violeta. Chico travieso que aparentemente no sufre demasiado por los problemas de su madre, ya que puede vivir su vida de adolescente con normalidad exceptuando algunos comentarios de compañeros en el instituto.

Estructura

Primer capítulo: presentación de Violeta en primera persona. Narra varias experiencias de su vida para que podamos conocerla. Vemos que es excéntrica y apasionada.

Segundo capítulo: narración en primera persona de Pedro donde muestra sus agobios a través de algunas anécdotas. Es su presentación.

Tercer capítulo: delirio de Violeta contra el doctor Sánchez. Subyace su enfado contra él por el diagnóstico erróneo, aunque en el delirio lo confunde con amor,

Cuarto capítulo: Pedro narra el primer encuentro entre Violeta y él, y señala que acabaron contándose sus vidas y conociéndose profundamente.

Quinto capítulo: narración en principio sosegada de Violeta contando su vida, que finalmente se trunca debido a la ira que sufre contra el sistema por juzgarla como a una loca.

Sexto capítulo: diálogo entre Violeta y Pedro, que refleja el momento en el que Violeta se abrió a Pedro y le contó que ha sido diagnosticada con trastorno bipolar.

Séptimo capítulo: Violeta cuenta una de sus experiencias más traumáticas, en la que tuvo un accidente en coche porque estaba haciendo locuras y descuidó a su hijo.

Octavo capítulo: Violeta narra algunas de sus sensaciones con respecto a Pedro, así como Pedro lo hizo inicialmente en el capítulo segundo.

Noveno capítulo: pensamientos de Violeta en los que aparentemente no distingue bien entre realidad y sueño.

Décimo capítulo: diagnóstico de los problemas mentales de Pedro, por el doctor Sánchez.

Undécimo capítulo: poema de Pedro.

Duodécimo capítulo: Violeta muestra su gran enfado contra el doctor Sánchez, el sufrimiento que le ha ocasionado su diagnóstico.

Decimotercer capítulo: la experiencia de Pedro en una consulta médica en la que se siente maltratado y no encuentra apoyo.

Decimocuarto capítulo: Violeta habla de la relación con su hijo y sueña que cuando este se haga mayor de edad ella dejará de cuidarlo para vivir su vida en libertad.

Decimoquinto capítulo: capítulo sobre una experiencia de Pedro mientras trabajaba como socorrista, que nos da algunos detalles de su personalidad.

Decimosexto capítulo: la experiencia de Violeta con los extraterrestres, no se sabe si fue un sueño o una historia real.

Decimoséptimo capítulo: la experiencia de Violeta en el centro de salud mental y su relación con Coffee.

Decimoctavo capítulo: despedida de Pedro en el que lo vemos más tranquilo y satisfecho.

Decimonoveno capítulo: despedida de Violeta, en la que se despide de su hijo y va en busca de los extraterrestres.

Vigésimo capítulo: diagnóstico de Violeta, por el doctor Sánchez.

Relaciones y simetrías de los capítulos:

1 y 2: presentaciones

3 y 12: relación de violeta con el doctor

4, 6 y 8: relación de violeta y pedro

5, 7 y 9: pensamientos y delirios de Violeta

10 y 20: diagnósticos

11: poema de Pedro

13: experiencia traumática de pedro en el medico

14: relación de violeta con su hijo fin

15: capítulo descriptivo pedro

16: experiencia de violeta con los extraterrestres

17: experiencia de violeta en el psiquiátrico

18 y 19: despedidas de violeta y pedro respectivamente

Técnicas (narración, polifonía, diálogos, poemas...)

La narración está planteada desde un punto de vista descentrado, precisamente para profundizar en el tema del relato, la bipolaridad. Por eso mismo, tiene varias voces.

La principal es Violeta narrando en primera persona, contando sus historias o simplemente pensamientos. Esta voz es completamente delirante, ambigua y cambiante. Violeta se nos presenta en diferentes estados de ánimo, ira contra el doctor y las personas que la juzgan como loca, amor hacia su hijo, delirio con los ovnis y ganas de huir. Entre sus varias facetas destaca siempre una sensibilidad especial, es el prisma por el que pasa su heterogénea vida. La ambigüedad final es si Violeta es realmente bipolar o sencillamente una persona polifacética y compleja, como todos los seres humanos.

Como contrapunto, está la voz de Pedro. También narra en primera persona y más que contar su vida como Violeta, cuenta pensamientos intrusivos, aflicciones mentales. Su voz es de alguna manera un diario a través del cual suelta su malestar, intenta desprenderse de él. Esta narración, el ejercicio poético y su pareja son sus únicas vías de escape. El poema del relato también es la voz de Pedro, porque está escrito por él.

Para continuar la apuesta de la polifonía, también existe una narración en tercera persona, que existe indistintamente en algunos capítulos. Esta voz narra los diálogos entre Violeta y Pedro y algunos episodios de ambos, para también tener una visión exterior de ellos, aunque es cierto que en esta voz también entran algunos pensamientos suyos.

Por último, también encontramos los diagnósticos del doctor Sánchez. Aunque aparentemente no es una voz del relato, sí acaba siéndolo ya que a través de estos informes médicos también vemos otras perspectivas de los protagonistas.

En definitiva, el relato trata de ser diverso, haciendo uso de, en primera instancia, las mentes en primera persona de los protagonistas, luego, la narración en tercera persona para verlos desde fuera, y otros factores para esto como son los diagnósticos y el poema. La polifonía va intrínseca al rumbo del relato, convirtiéndolo en juego de voces que coquetea con la locura.

El estilo de la narración es una prosa que de pie precisamente delirio, que no le ponga trabas. Por eso, no se usan apenas guiones para señalar quien habla, si no que se narran los diálogos, en ocasiones, como si los dijera el propio narrador. Además, hay profusión en toda la obra de párrafos largos en los que se da rienda suelta a la imaginación para que cada personaje pueda hacer su discurso, con concatenaciones muy locas en ciertos momentos.

Tiempo y espacio

-Tiempo:

El relato no está escrito cronológicamente, sino que hay una línea de tiempo que ha sido seccionada y desordenada, para que el lector vaya poniendo las piezas como corresponden. Esta confusión inicial acentúa el juego del relato. Aún así, hay una línea de tiempo, que en algún pequeño momento es incierta, pero que sería así:

Violeta era una joven excéntrica que vivió una vida alocada, pero esto nunca le supuso un problema sino que es para ella un orgullo haber vivido así, disfrutó mucho sus días de juventud. Tuvo un hijo sobre los treinta años, y cuando este tenía diez, ella perdió su trabajo y empezó a fumar muchos porros sin contarle a

su familia que estaba desempleada. Esto le ocasionó un brote psicótico por el cual hizo muchas imprudencias, duró unos seis meses y la encerraron en el centro de salud mental de El Bruch tres semanas. Ahí conoció al doctor y este le diagnosticó trastorno bipolar, cosa que a ella le afectó mucho porque no estaba de acuerdo y conllevaba un 66% de discapacidad, que le dificultaba mucho para encontrar trabajos y la estigmatizaba en el entorno de su pueblo. Dejó de tomar drogas y llevo una vida responsable a partir de ese momento, para cuidar a su hijo. Dos o tres años más tarde, conoció a Pedro trabajando en la piscina municipal de su pueblo. Pedro era un chico sensible que sufría algunos problemas mentales, aunque nada diagnosticado sino que solo le impedían disfrutar de la vida normalmente. Ambos se hacen amigos durante un verano y se cuentan sus vidas, pero al final cada uno tira por su lado y quedan como un simple recuerdo en la mente del otro.

Pedro también tuvo un episodio traumático al ir al médico y ser mal recibido, lo que le hizo rendirse ante la tentativa de buscar ayuda e intentar solucionarlo él mismo, a través de la poesía y de su pareja. Finalmente, Pedro y su pareja se trasladan al sur y, años más tarde, cuando se intuye que Pedro superó sus problemas, sueña con ovnis y se acuerda de Violeta. Entonces, lo comparte con su pareja, al creer verla en el cielo. Y es que, realmente la ve. Porque Violeta una vez soñó (se juega con la ambigüedad de si lo soñó o fue real) que la raptaba un ovni, y desde entonces esta obsesionada con volver con ellos. Entonces, cuando el hijo de Violeta cumple la mayoría de edad, Violeta se va en busca de ellos en ala delta, y Pedro la ve volando en el cielo.

-Espacio:

El espacio principal es el pueblo de Violeta, en la montaña de Montserrat, Cataluña. Allí se conocen y es donde han ocurrido previamente la mayoría de las historias de Violeta. Pedro está allí por trabajo, pero es del sur, donde unos años después vuelve y encuentra la felicidad con su pareja.

Como espacio de unión, el gran nexo entre Violeta y Pedro, está la piscina, donde se conocen y se marcan el uno al otro.

También es importante en el relato el centro de salud mental que da título a la obra, El Bruch, donde Violeta es internada y tiene unas experiencias que le marcan, como conocer a su amigo Coffee y al doctor Sánchez.

Con respecto a Pedro, hay un espacio muy notorio aunque principalmente en el plano hipotético: el sur. A Pedro lo conocemos como personaje en Cataluña, pero en todo momento se muestra que él no es de allí si no del sur de España. Con

esto, vemos cómo él sueña con volver y uno de los capítulos finales sabemos que volvió con su pareja, y que precisamente haber vuelto a su origen sea uno de los factores por los que finalmente encuentra algo de paz, así como para Violeta lo era marcharse para siempre.

Portada

La portada elegida para el relato es una fotografía analógica de Héctor Garrido, realizada en 1989. El lugar es Cabo Espichel, Portugal. Cerca del faro del pueblo, Héctor encontró unas edificaciones abandonadas y, en este lugar, una joven madre vagabunda con su hijo. Es una fotografía que entraña un fortísimo desamparo, una madre con su bebé en la calle, una situación extremadamente dura. En este sentido, la portada es una hipérbole de Violeta, la protagonista del relato, que también cría sola a su hijo y además se siente desamparada por un diagnóstico que considera erróneo, y a su vez, separada de los demás por el estigma de padecer trastorno bipolar.

4. Memoria del proceso

La idea surge de una experiencia personal, es una realidad ficcionalizada. Durante el pasado verano trabajé de socorrista en un pueblo de Montserrat, El Bruc, donde conocí a una compañera de trabajo bastante peculiar. Trabajamos juntos durante todo el verano y escuché su experiencia, que en parte es parecida a la de Violeta, había sido diagnosticada con trastorno bipolar de manera, a su juicio, injusta. Esto me produjo un gran impacto, ya que a mí me parecía una persona completamente normal, incluso especialmente inteligente y sensata. La internaron durante tres semanas en un centro de salud mental en contra de su voluntad y le diagnosticaron un sesenta y seis por ciento de discapacidad. Ante esto, confirmé como en otros casos que he visto en mi vida, que algo en el sistema funciona mal. Oigo quejas diarias, las tasas de suicidio en España son muy altas y siguen creciendo. Y también, de forma personal, me he sentido a menudo desamparado a la hora de recibir ayuda psicológica ante etapas duras. También he vivido esto a través de amigos cercanos, que intentando recibir ayuda profesional a través de la seguridad social solo han encontrado trabas y listas de espera de meses.

Una vez planteado el relato por la inspiración que me causaba esta compañera de trabajo, lo comenté con ella porque ya habíamos adquirido mucha confianza. A ella le pareció una idea fantástico y empecé a escribir. A medida que lo hacía iban surgiéndome dudas de algunos acontecimientos de su vida y le propuse varias entrevistas, que finalmente realizamos en su casa. Ella mostró disposición

total y apertura, lo cual fue también para ella sanador. Me dijo que apenas le había contado sus historias a dos o tres personas, y que ni sus padres lo sabían todo. Por lo tanto, la propia construcción del relato ya fue un paso adelante para esta persona con respecto a solucionar sus problemas, que es el fin último del relato. Quedó comprobado que la visibilización y que cualquier persona que ha pasado algo así se exprese es intensamente positivo.

Hay que aclarar que lo escrito es todo ficción, y si bien esta persona fue la clara inspiración, todo lo resultante no es real. Los nombres de las personas y los lugares han sido cambiados, para preservar la intimidad. Pero aún así, tanto para ella como para el redactor, la construcción del relato ha sido algo importante, porque avanza algo en un tema muy delicado y estigmatizado. Muchas personas sufren problemas así y la gran mayoría no se atreven a decirlo a sus allegados o públicamente, porque todos tenemos miedo a ser tachados de locos, algo que la sociedad de hoy en día ha posicionado como una de las peores que se puede ser.

-Dificultades.

El principal obstáculo para la construcción de la obra es, precisamente, este estigma constante con respecto a la locura. Abordar una mente delirante no es nada fácil, ya que en una lectura rápida todo puede ser tachado de absurdo, delirante o dañino. Por lo tanto, escribir ciertos pasajes suponía mucha incertidumbre con respecto a cómo podría posicionarse un hipotético lector. A través de una lectura con prejuicios, el relato *El Bruch* podría ser catalogado de absurdo o romantizador de una locura mala. Pero la propia obra pretende demostrar lo contrario, y si bien es cierto si hay algún episodio en el que la protagonista se comporta de manera peligrosa, como el día que deja a su hijo solo en casa o cuando conduce con los ojos cerrados, hay multitud de cosas que demuestran también que es una buena persona, y aunque su mente puede ser en ocasiones algo perversa, esto no tiene por qué ser malo. Hay un capítulo en el que Violeta delira acerca de matar al doctor por el mal diagnóstico que le hizo, y precisamente reflexiona acerca de esto: le gustaría matarlo pero nunca lo haría, porque sabe que es malo. Defiende que una mente puede tener pensamientos horribles siempre que nunca los lleve a cabo de ninguna manera, que en la mente todos somos completamente libres.

Otra de las grandes dificultades ha sido el tema de los diagnósticos. Cabe destacar que el de Violeta está basado en el diagnóstico real de la persona en la que está inspirada la obra, y en ocasiones es casi igual. Es un diagnóstico lleno de erratas y con algunos comentarios a priori absurdos. Pero están basados en su diagnóstico real y esto nos permite ver con qué poco cuidado algunas personas

hacen algo que puede ser tan importante para alguien como es recibir un diagnóstico de trastorno bipolar. El hecho de pedirle los diagnósticos a la persona en la que está inspirada Violeta fue un tema delicado por no saber si sería algo demasiado íntimo. Pero ella accedió encantada y de hecho leerlos juntos para ella fue como quitarse un peso de encima, poder leerlo con alguien que sabes que no te está juzgando.

El diagnóstico de Pedro si es ficticio y está hecho en base a un posible diagnóstico de depresión, pero al no tener nadie cercano con este caso tuve que inventarlo. En internet no hay diagnóstico dado que es ilegal hacerlos públicos, por lo tanto su construcción fue hartó complicada.

5. Trastornos mentales (pertinencia)

La fuerte irrupción del tema de los problemas de salud mental en el debate público de toda la sociedad no es casualidad, sino una consecuencia de unos datos profundamente alarmantes. Según diversos estudios, entidades como la Confederación de Salud Mental en España aseguran que dentro de unos 10 años los problemas mentales serán la principal causa de discapacidad en el mundo, en concreto 1 de cada 4 personas. Esto principalmente se debe a los fuertes cambios que ha experimentado la sociedad en los últimos años, donde en una gran parte de la población los problemas de supervivencia están superados, y en general los países del primer mundo están abastecidos. Así, hemos llegado a tener vidas más desocupadas e individualistas, lo que provoca un mayor tiempo para reflexionar acerca de la existencia. A esto se le unen los avances en materia psicológica y filosófica del mundo, que nos han llevado a ser una sociedad en su mayoría atea, donde cada persona ha de buscarle su propio sentido y significado a la vida. Ya no existen respuestas acertadas a las grandes preguntas del ser humano, y esto nos ha hecho caer en la posmodernidad y su consecuente dificultad para responder a las grandes preguntas individualmente. En España, según el medio citado anteriormente, el 12% de la población, más de dos millones de personas, están afectadas por problemas serios de ansiedad o depresión. Con respecto al trastorno bipolar, la enfermedad que padece Violeta en el relato, los datos en

nuestros país son alarmantes: más de un millón de personas lo padecen. Esta enfermedad, para 3 de cada 4 afectados supone un impedimento para tener éxito en la vida, y la mitad de ellos asegura haber sufrido el estigma por padecerlo.

En el relato aparecen otras enfermedades como la depresión o el síndrome del impostor. La primera es cada vez más común, afectando al 6,7% de la población de nuestro país, siendo el cuarto país de Europa con más afectados. En los casos más extremos la depresión lleva al suicidio, eventualidad que está peligrosamente al alza. El pasado año 2020 fue el en que más personas se suicidaron en España, 3941. De estos casos, el porcentaje es bastante más alto ocurrido en jóvenes, que son los que más sufren los cambios que ha experimentado la sociedad porque, entre otras cosas, las perspectivas de futuro en materia social y económica son muy pesimistas.

Con respecto al síndrome del impostor, enfermedad muy desconocida aún para muchas personas, el estudio The Impostor Phenomenon, del instituto Behavioral Science Research, asegura que el 70% de los trabajadores lo padecen aunque no sepan identificarlo.

Dificultades (diagnósticos)

El principal escollo en el avance para mejorar la situación general con respecto a los problemas mentales es la dificultad que entraña identificarlos. Analizar la mente no es una ciencia exacta, y por lo tanto todo depende una subjetividad general, al menos en principio. Hay circunstancias que pueden evidenciar que se tiene algún tipo de trastorno: en la depresión, la falta total de interés por la vida o los pensamientos suicidas; en el trastorno bipolar, en la mayoría de los casos suele salir a la luz a través de un brote psicótico o una manía clásica. Aún así, la existencia de estos eventos es algo a evitar, lo ideal es no esperar a que la enfermedad explote sino prevenirla. Y aquí es donde vienen los problemas. Somos una sociedad poco instruida en materia de salud mental, y esto es algo en lo que hace hincapié multitud de personas. A través de las redes sociales como Twitter o Instagram muchos usuarios demandan que en el colegio haya una asignatura del tema, para que dejen de existir los prejuicios con respecto al tema y además los niños puedan identificarlo desde jóvenes. Es una situación muy similar a la de sexualidad, para la que no hay instrucción sino que se deja que el niño lo aprenda solo o se lo enseñen los padres.

Partiendo de esta premisa de que no hay una base general para el tema de la salud mental, la situación es complicada y requiere cambios estructurales.

Casos famosos

Recientemente ha salido al debate público el caso del famoso humorista y presentador Ángel Martín. Este, en su canal de Youtube, hizo hace unos meses un comentario en el que daba a entender que había tenido algún problema mental serio. Este fue el primer paso en su proceso personal de hacer público lo que le pasó, que ahora ha consumado al sacar un libro titulado *Por si las voces vuelven*, en el que cuenta el brote psicótico que sufrió durante unos meses y la experiencia de ser encerrado dos semanas en un centro de salud mental. En el libro y en diversas entrevistas ha dado detalles de los delirios que sufría y lo mucho que le ha costado hacerlo público, por miedo al quedarán.

Su historia es exactamente igual a la de Violeta y a la de muchas otras personas: una fase negativa de la vida, llena de depresión o ansiedad, unida a ciertas drogas, conlleva una posible caída en brote psicótico. Y muchos defienden que esto no es estar loco, solo pasar un periodo complicado en el que, ciertamente, se necesita ayuda y, sobre todo, comprensión. Aún así, Ángel Martín dice públicamente que estar loco es lo mejor que le ha pasado en la vida, porque le ha hecho ver las cosas de otra manera. Y si bien es cierto que durante el brote psicótico él y sus allegados sufrieron, las consecuencias han sido positivas por conocerse a sí mismo y por descubrir otras formas de pensar y de vivir a través del delirio del brote psicótico.

Mercedes Milá también es un caso sonado, pero en lo que a depresión se refiere. A la presentadora, una mala situación sentimental le provocó una apatía generalizada que le impedía, entre otras cosas, cumplir con su trabajo. Fue de los primeros casos en España en los que un personaje pública anunciaba una enfermedad mental y hablaba de ella sin tapujos.

Recientemente, Ángel Martín y Mercedes Milá grabaron un podcast en el que cada uno contaba su experiencia, y una de las principales cosas que salieron a relucir es la soledad en la que se encuentran como personajes famosos con algún trastorno, declarando que apenas hay casos previos que se hayan hecho públicos a pesar de que ellos conocen a gente del mundillo de los que saben que tienen problemas.

6. Conclusiones

-Análisis de resultados

La obra, en general, ha sido un proceso satisfactorio. En primer lugar, en un sentido humano, por el proceso que ha conllevado con la persona en la que está inspirada la obra; ha sido construido junto a ella, con su beneplácito en todo momento. Para ambos ha sido beneficioso e interesante.

Con respecto al aspecto literario, hay algunos capítulos más conseguidos que otros. La voz de Violeta parece ser la mejor construido, mientras que la de Pedro puede que en ocasiones flojee. Esto se debe a que la idea era hacer una obra solo de Violeta, que era la voz más inspiradora para el redactor. Pero un relato solo con su voz parecía un poco simple y podría hacerse monótono, dados los monólogos delirantes de la protagonista. Por eso fue introducido el personaje de Pedro como narrador, y además sirve como contraposición a la situación de Violeta.

Si bien es un hecho que con respecto a la escritura hay algunos aspectos y capítulos mejorables, otros han quedado al gusto del escritor y eso es una satisfacción por sí sola.

Por último, las conclusiones con respecto al tema tratado y al enfoque periodístico, son positivas. Es muy posible que para quien lea el relato sea algo iluminador en esta materia de la salud mental. Además, al contar con uno de los dos diagnósticos basado en uno real, el relato gana credibilidad. Si bien algunas cosas están exageradas porque es literatura, todo lo acontecido es perfectamente posible hoy en día y es sabido por todos el mal funcionamiento que puede tener en ocasiones la seguridad social de nuestro país con respecto a salud mental, y el estancamiento general de la población con el tema.

-Perspectivas futuras

Hay que reconstruir el concepto de locura. La primera cita previa al relato pregunta “¿Qué clase de mundo es este si es un loco el que os dice que deberíais avergonzaros?”. Este es el punto de partida y de conclusión de la obra. La sociedad, no solo en materia de salud mental, si no en todos los aspectos, tiene problemas muy grandes. El sistema capitalista, con su imparable avance tecnológico, cada vez hace que las personas estemos más solas y desamparadas, es un sistema día a día más deshumanizado. Por lo tanto, las personas sufren más intensamente en materia de salud mental, y precisamente para salir al paso se hace necesario que no se catalogue a alguien como loco a primeras de cambio. Desde el más puro sentido común los locos parecen los dueños de las grandes empresas, que dañan el planeta cada día en su propio beneficio, o los países en

guerra, o el conjunto de la economía global que provoca que un tercio del mundo pase hambre. Todo esto suena más a verdadera locura, el mundo en el que vivimos, que una persona que simplemente delira con ciertos temas. Y en muchas ocasiones los delirios de ciertas personas vienen precisamente de la vivir en este sistema.

Por lo tanto, el primer paso es que la población se una. No hacer separaciones entre locos y cuerdos, sino todos juntos intentar poco a poco cambiar el sistema hasta hacerlo más justo, siempre desde la base del respeto al prójimo. Y por todo lo acontecido, sobre todo entre la población joven, todo parece indicar que la situación cambiará de forma inevitable. Cada vez habrá más visibilización por la pura movilización del pueblo, y aunque pueda tardar un tiempo, lo más probable es que este cambio entre los jóvenes acabe llegando a las instituciones y, por fin, las cosas cambien a nivel general y se tome todo el tema de la salud mental con más aplicación y seriedad.

7. Fuentes e inspiraciones

-La posesión del humo, Violeta C. Rangel.

Poemario que en realidad está escrito por Manuel Moya, poeta y novelista onubense. Escribe como Violeta Rangel, una prostituta del barrio del Borne en Barcelona, que escribe poemas para liberarse mentalmente de su dura vida, en la que es maltratada por los clientes. En la obra hay referencias constantes. La más obvia, el nombre. La protagonista del relato también se llama Violeta, Violeta Castro Rey. Las iniciales son las mismas que Violeta C. Rangel. Y con respecto a la narración, también hay referencias. Violeta C. Rangel escribe en repetidas ocasiones “Yo soy Violeta, la del Borne”. La Violeta del relato también usa esta expresión “Yo soy Violeta, la del crío”. Además, el poemario de Manuel Moya destaca por ser descarnado y removedor en el lenguaje y las imágenes, y esta es una de las intenciones del relato El Bruch.

-Suzanne – Leonard Cohen

Canción de uno de los más grandes cantautores estadounidenses, que en capítulo nueve aparece porque se parafrasea un verso: “Jesus was a sailor when he walked upon the water” (Jesús era un marinero cuando caminó por encima del agua). En el relato aparecerá como “Jesús era un impostor cuando caminó por encima del

agua”, en referencia a Pedro, y luego “Jesús era un loco cuando caminó por encima del agua”, en referencia a Violeta.

-*Chop Suey* - System of a Down

Canción del grupo armenio-estadounidense que también aparece en relato. En el final del capítulo doce, se insertan algunos versos de la canción, que a su vez parafrasean a la Biblia: “Why have you forsaken me?

In your eyes forsaken me

In your thoughts forsaken me

In your heart forsaken me, oh

Trust in my self-righteous suicide”.

-*La conjura de los necios*, John Kennedy Toole.

Libro que trata sobre un personaje estafalario, Ignatius Reilly, que es vilipendiado por todos y que aún así mantiene siempre su personalidad sin miedo a la opinión de los demás. Es una gran inspiración para este relato ya que este personaje es muy delirante, al igual que Violeta. Además, *La conjura de los necios* (1981), fue en su momento un libro muy rompedor por su estilo sucio. Describe situaciones en ocasiones incluso enfermizas, y lo hace desde una posición desprejuiciada, lo que abrió camino en los libros posteriores con la premisa de que en la literatura cabe todo.

-David Lynch.

El cineasta norteamericano también ha sido una fuerte fuente de inspiración por sus conceptos a la hora de crear. En su cine y en entrevistas defiende que una de las bases de cualquier obra debe ser la intuición, no solamente la razón, por lo tanto él en sus películas da pie a todo tipo de delirios, dejándose llevar por sensaciones o sentimientos. Esta es la base desde la que ha sido creado el relato.

-Andrei Tarkovski. En su película *Nostalghia*, del año 1983, Tarkovski trata, entre otros, el tema de la locura. Uno de los personajes de la película es Domenico, un loco al que todo el mundo en su pueblo rechaza. Domenico es quien cierra la película con un discurso en el que se prende fuego en un alegato en favor de los locos. De ahí se obtiene la primera cita del relato. A su vez, Tarkovski en diversas entrevistas habla de estos temas, de los locos y si es bueno encerrarlos y separarlos o no. En estas entrevistas cita trabajos de Foucault y Sartre que también han servido para la creación de esta obra.

8. Bibliografía

- CONFEDERACIÓN SALUD MENTAL ESPAÑA (2017)
<https://comunicalasaludmental.org/guiadeestilo/la-salud-mental-en-cifras/>
- SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA INTERNA (2016)
<https://www.fesemi.org/informacion-pacientes/conozca-mejor-su-enfermedad/trastorno-afectivo-bipolar>
- GACETA MÉDICA (2018)
<https://gacetamedica.com/investigacion/mas-de-un-millon-de-personas-en-espana-padecen-trastorno-bipolar-fc1477777/#:~:text=El%20trastorno%20bipolar%20es%20una,alto%20impacto%20y%20estigma%20social.>
- BLASCO, LUCÍA (26 de noviembre de 2015). BBC Mundo
https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/11/151125_salud_psicologia_sindrome_impostor_lb
- COLEGIO OFICIAL DE MÉDICOS DE NAVARRA (2021)
<https://colegiodemedicos.es/espana-cuarto-pais-de-europa-con-mas-casos-de-depresion/>
- ACOSTA, CARMEN (18 octubre 2021). La Vanguardia
<https://www.lavanguardia.com/vida/20211111/7854504/espana-registra-mayor-cifra-suicidios-historia.html>
- TARKOVSKI, ANDREI (1983). *Nostalghia*
<https://www.youtube.com/watch?v=jMCdp12fPRA>
- David Lynh y el proceso creativo:
<https://www.youtube.com/watch?v=I6vTaPgLfEA>

- TERRASA, RODRIGO (2021) Entrevista a Ángel Martín. El Mundo
<https://www.elmundo.es/papel/historias/2021/11/14/618eabfdffddffecbc8b456d.html>

- *Por si las voces vuelven* (2021). Podcast. Player FM
<https://player.fm/series/por-si-las-vozes-vuelven/mercedes-mila>

- CHÁVEZ, HÉCTOR (2017). Michel Foucault y la locura.
Carlosllanocatedra.org
<https://www.carlosllanocatedra.org/academia/michel-foucault-y-la-locura>