

L'HELENA I L'AGNÈS: UN FRAGMENT DE VIDA I AFECTE

La voluntat d'integració dins d'un context residencial.

Són tres quarts de cinc i -com cada dilluns- sóc al Geriàtric. Després d'haver fet la sessió del Grup de Psicoteràpia setmanal, ha arribat l'hora de les intervencions individuals.

Pujo al segon pis de la Residència i truco suaument a la porta de l'habitació que l'Helena comparteix amb la seva companya Agnès tot demanant permís per entrar. La veu de l'Helena em respon alegre des de dins: «...*passa...passa...t'estic esperant*». Obro la porta i m'endinso en l'univers de l'Helena: un univers farcit de records que desprèn una flaire aromàtica de sabó i de colònia fresca. De netedat.

En veure'm, ella s'aixeca àgilment de la butaca on és asseguda i em demana que l'esperï un instant que ha d'anar al lavabo. Desapareix de la meva vista i jo romanc dempeus al costat del seu llit embolcallada per aquesta olor dolça que em trasllada a la meva pròpia infantesa.

Fixo la mirada en tot el que m'envolta: el cobrellit blanc de ganxet estès amb cura al damunt de la petita butaca, el retrat del sagrat cor penjat al damunt de la capçalera, la menuda tauleta de nit on l'Helena desa l'ambivalent imatge de la seva nina preferida. Els llibres i àlbums de fotografies reposen amuntegats en un perfecte desordre. Veig també un petit aparell de ràdio que l'Helena -segons em va explicar ja fa molt de temps- fa servir per escoltar les notícies posant-se'l a cau d'orella quan es lleva ben d'hora pels matins; d'aquesta manera es manté informada, es distreu i no molesta a la companya d'habitació que encara dorm.

L'Helena té cura d'una sèrie de plantes i flors amb les que va decorar una petita terrassa coberta de què disposa i que queda separada de l'habitació per una gran porta de vidre; des del punt de l'habitació des d'on sóc en aquest moment, distingeixo l' orquídia que guarneix la tauleta rodona on ella té per costum seure a llegir i a fer mots encreuats.

Definitivament -penso- l'Helena als seus 84 anys és plena de vida; així ho transmet el seu espai personal. Penso també que l'envelliment és una part més de la vida: la que ens apropa irremissiblement a la mort. Envellir comporta una sèrie de connotacions negatives degut al declivi inherent a l'etapa, però també comporta quelcom de productiu i de positiu; el desenvolupament és un procés evolutiu que interactua amb l'experiència i aquesta experiència pot esdevenir productiva; així ho transmet l'espai habitat per l'Helena. Les persones amb una percepció prou forta de sí mateixos com ella van endavant malgrat les complicacions i les malalties greus pròpies de la vellesa, mentre que aquelles amb un patró de dificultats relacionals al llarg de la seva existència, sembla

que es descompensen amb facilitat en la recta final de la seva vida. Mantenir les capacitats psíquiques implica -entre d'altres aspectes- ser capaç d'elaborar les ansietats que van sorgint en l'envelliment, la qual cosa no és el mateix que estar absolt del terror existencial que ens afecta a tots els éssers humans quan ens plantegem l'existència, sobretot quan aquesta s'apropa a la seva fi. A «Infancia y sociedad» (1950) Erikson ens parlava ja que a una 'bona vellesa' s'hi vinculen la reflexió i la saviesa com a virtuts; és l'etapa de la integració *versus* el desesper.

...I tot això és el que vaig pensant mentre l'Helena és al lavabo i jo sóc al bell mig del seu món...un món que ha sabut condensar i traslladar a l'habitació d'una Residència Assistida on ella va decidir -en plenes facultats mentals i voluntàriament- anar-hi a viure després de patir una sèrie de caigudes al seu domicili, posteriors a una intervenció quirúrgica d'un càncer del qual s'està recuperant òptimament.

Em giro i darrera meu, en un angle de l'estança que separa la terrassa de l'habitació i ben a prop de l'aparell de televisió, trobo dos panells de suro farcits de detalls. Hi pengen dues felicitacions de Nadal, alguns petits poemes i escrits, postals vingudes de fora i també imatges de l'Helena. Algunes d'aquestes fotos són recents, i ella es veu somrient, rodejada d'alguns membres de l'Ajuntament de la població actual. D'altres són testimoni d'èpoques anteriors i l'Helena -en edat madura però encara lluny de semblar vella- es veu en companyia de gent de la seva edat en diferents llocs del món. Ha viscut molts anys a l'estranger i en aquestes imatges es detecta una vida plena.

D'entre totes elles, la meva atenció queda centrada en una fotografia, que em colpeix i m'atreu de manera hipnòtica. Es tracta d'una instantània antiga, en blanc i negre i de gran format, amb els marges dentelats com si es tractés d'un segell de correus. S'hi poden veure onze nenes d'entre vuit i dotze anys, vestides de blanc i amb uns davantals emmidonats amb volants. Onze nenes mudades i molt ben pentinades; totes elles amb els cabells trenats; uns petits cistells de vímet pengen dels seus bracets bruns. Sabatetes ben il·lustrades i uns somriures amplis i plens de llum: els somriures de la joventut.

En aquest moment l'Helena surt del lavabo: «*A veure si saps quina d'elles sóc jo?*» em demana.

Jo, amb convenciment, senyalo amb el dit a una de les nenes, la que és al centre. Té la mateixa expressió viva de l'Helena que tinc davant meu: ulls foscos i penetrants, la rialla ample i una expressió somniadora que s'encomana. Malgrat i que la llarga cabellera lligada en dues trenes de la nena ha esdevingut ara una mitja melena fosca amb serrell tenyida amb destresa, jo sé que és ella. Així és.

L'Helenariu obertament mentre m'agafa per les espatlles. El seu cos àgil, prim i menut es mou al ritme del sacseig. Llavors, juganera, em repta: «*Carai, l'has endevinat!. A veure si saps dir-me ara quina d'elles és l'Agnès!?*»

Em sento sorpresa: «*L'Agnès! La seva actual companya d'habitació!?*» li demano. «*Sí*» respon l'Helena.

Després d'un breu instant concentrada de nou en la imatge, senyalo una de les nenes: sí!, la nena que indico és certament l'Agnès. L'Helena fa un petit salt i es mostra emocionada; em demana com he pogut esbrinar-ho. «*Malgrat el pas dels anys, crec que allò que és essencial en una persona no canvia*» li responc. Així ho entenc. L'Helena llavors fa un relat històric de la foto i posa nom a les altres noies que encara són vives i resideixen al Geriàtric. La instantània va ser presa quan es van cantar les primeres caramelles al poble; les noietes d'abans han esdevingut àvies d'entre 84 i 88 anys.

L'Agnès i l'Helena doncs, més enllà de la cambra que comparteixen actualment, han compartit d'altres vivències al llarg de la seva vida.

L'Agnès no ha estat tan afortunada en el seu procés d'envelliment com l'Helena: ella va iniciar un procés de demència i actualment es troba en un grau GDS 4 segons l'Escala de Deteriorament Global de Reisberg. És usuària de cadira de rodes. Està molt desorientada a un nivell temporal i espacial i la seva memòria recent i el record de la seva història personal, s'han vist greument afectats. Intermitentment és invadida per tot un ventall de pensaments delirants que la confonen generant-li un patiment considerable.

L'Helena m'ha demanat aquest matí que l'anés a veure precisament per parlar de com és la convivència amb la companya. Necessita -m'explica- sentir-se assessorada i recolzada, saber «*si ho estic fent bé*» em diu literalment. Em parla de com és el dia a dia dins l'espai íntim de l'habitació amb aquesta companya que ja coneix des de fa més de vuitanta anys:

«Cada nit, després de sopar, les gerocultores enlliten l'Agnès. Jo deixo que elles facin la seva feina i quan han sortit entro a l'habitació. De vegades, l'Agnès no em reconeix però li parlo de quan érem petites i llavors m'identifica. Li demano si vol que li posi TV3, que és el canal que li agrada i ella sempre respon que sí i així ho faig. Després li dic: Agnès, marxo a sopar i ara torno; no pateixis que vinc molt aviat...i es queda ben conformada tot mirant la televisió. Quan acabo de sopar estic una estona amb d'altres avis xerrant una mica i torno a la cambra. L'Agnès m'està esperant sempre desperta i, un cop m'he posat el pijama li faig un petó i em fico al llit. Parlem una mica de quan érem joves. Ella recorda coses i de vegades ho confon amb l'actualitat, però com que a mi em reconeix, aleshores rectifica. Això crec que és un benefici per ella... Li demano si puc tancar la televisió per dormir, i com que estem evocant els nostres temps, sempre està d'acord. No triguem ni dos minuts que ja s'adorm...i darrera hi vaig jo...i així cada dia... Pel matí, jo tan aviat m'aixeco li dic 'Bon dia' i li faig un petó, perquè a casa meva sempre ho fèiem així. Jo mentre m'arreglo i vesteixo, arriben les gerocultores per aixecar-la i les deixo que facin la seva feina. M'acomio de l'Agnès tot dient-li que ens veiem al menjador per esmorzar, i així ho fem. Ella contenta i jo també».

Jo em sento emocionada amb el relat de l'Helena.

Aquest acompanyament que realitza dia a dia a l'Agnès està a l'alçada de qualsevol de les intervencions terapèutiques que fem els professionals. Així li transmeto a l'Helena, tot detallant-li que la seva col·laboració és d'un gran gran valor, ja que el vincle existent entre elles dues és de caire afectiu i la demència de l'Agnès fa que ella sigui receptiva sobretot als aspectes emocionals que existeixen entre les dues. Això és de gran ajuda per tal que es mantingui connectada amb l'exterior; la seva contribució és doncs insubstituïble.

La tasca primària de l'equip professional és la de permetre que els residents visquin la resta de la seva vida d'una manera tan plena, digna i satisfactòria com sigui possible. Això inclou poder identificar les diferències entre els usuaris del Geriàtric de manera que si bé alguns com l'Helena poden mantenir la seva autonomia per entrar i sortir del Centre sense anar acompanyats, aquelles persones que requereixen un alt nivell d'atenció donat el seu elevat grau de dependència -com succeeix amb l'Agnès- són considerades d'acord a les seves necessitats personals.

El cas de l'Agnès i l'Helena exemplifica com, a partir de l' observació i una actitud empàtica, el psicòleg -la psicòloga- pot contribuir a fomentar la interrelació i el manteniment d'un vincle afectiu que ja existia, incrementant el benestar de les persones implicades: d'una banda, l'Helena continua mantenint la seva autonomia i independència, es percep útil en favor de la companya i té la certesa de que serà sempre assessorada pels professionals del Geriàtric, la qual cosa l'ajuda a augmentar el seu nivell d'autoestima, segons ella mateixa sovint expressa. D'una altra banda l'Agnès se sent acompanyada i escoltada, continguda i enriquida a un nivell emocional i això repercuteix en la seva tranquil·litat i en el manteniment d'alguns dels seus aspectes funcionals.

Com deia freqüentment el Dr. Pere Folch, estimat supervisor del meu treball fins el seu decés al 2013, en la vellesa s'evidencia feroçment que s'ha perdut la joventut i amb ella l'esplendor del cos i de la ment.

En un marc institucional geriàtric, a més a més es veuen modificats els hàbits de sempre i les persones s'han d'adaptar a nous modes de vida i convivència. Es perden familiars, amics, animals de companyia. S'han hagut de deixar els llocs de treball i tot el que girava al voltant d'ells, com ara l'estatus econòmic o el rol social. Es perd la independència. En última instància, es perd la vida i es va evidenciant que la mort forma part d'un futur molt pròxim; el futur s'escurça d'una manera alarmant i es viu la mort dels companys i companyes més propers. Hi ha una dimensió fortament traumàtica en els aspectes de les pèrdues de la gent gran institucionalitzada.

Els psicòlegs -les psicòlogues- hem de ser capaços d'oferir un marc segur i de confiança on poder elaborar i donar veu a les emocions que sorgeixen i que van incapacitant i invalidant la vida dels nostres residents. Aquesta vida podrà continuar essent viscuda el més plenament possible a mesura que es puguin acceptar les limitacions que sorgeixen i es puguin connectar amb el món emocional més íntim; d'aquesta manera els nostres usuaris aniran apropant-se i acceptant allò que és ineludible.

Sovint en els espais grupals de psicoteràpia amb gent gran sorgeix el record i mitjançant la seva evocació l'individu té una oportunitat per valorar d'una manera acurada els èxits assolits i per revisar també els punts més conflictius del seu recorregut vital i la seva

nova existència. Precisament això és el que de forma espontània, s'ha produït entre l'Helena i l'Agnès. El paper del psicòleg -la psicòloga- no es fonamentarà tant en un aspecte organitzatiu ni d'intervenció directa, sinó que consistirà en proporcionar el marc adequat per tal que es mantingui l'equilibri assolit per les dues residents, vetllant -també amb la resta de l'equip- per l'harmonia en les funcions i proporcionant una contenció i recolzament reals.

Mentre estic acabant l'article evoco la conversa recent, càlida i intel·ligent de l'Helena i em commou el bàlsam incommensurable que suposen per l'Agnès els petons de bona nit i els de primera hora del matí. Penso també en els beneficis de la companyia mútua que es proporcionen i en la vivència d'integració d'aquestes dues àvies que, després de més de 80 anys, es tornen a trobar en un context residencial compartint -en un espai tan íntim com és el de l'habitació- la darrera etapa de la seva vida.