Ciberidilios: ¿Nuevos amores o viejas patologías?

L. Ferrer i Balsebre
D.M. Jefe del Servicio de Psiquiatría
Complexo Hospitalario "Juan Canalejo"-Marítimo de Oza. La Coruña

M. Serrano Vázquez
D.M. Jefe de Sección de Psiquiatría
Complexo Hospitalario "Juan Canalejo"-Marítimo de Oza. La Coruña

Resumen:

Se exponen las características de las relaciones emocionales a través de Internet, como nuevas formas de relación emocional y las patologías emergentes a las que pueden dar lugar. El artículo tiene como objetivo reflexionar sobre estas nuevas patologías, haciendo una llamada de atención acerca de los nuevos cuadros y síndromes clínicos que comienzan a atenderse en las consultas especializadas derivados de la relación humana en el nuevo entorno generado por las nuevas tecnologías de la comunicación. Se expone un caso clínico ilustrativo del tema

Palabras Clave:

Internet. Ciberidilios. Chat. Duelo. Amor.

Abstract:

Characteristics of emotional relationships through Internet as new forms of affective relations, and the pathologies that could appear as a result, are outlined. The aim of this article is to discuss about these new forms of relations, drawing attention to the new patterns and clinical syndromes that may arise as a consequence.

Key Words:

Internet, Ciber-romance, Chat, Love, Grief

Hace escasamente un año, recibí una petición de consulta de una paciente de 45 años, que había sido dada de alta hacía meses, tras más de cinco años en psicoterapia individual por un cuadro obsesivo. Solicitaba consulta por encontrarse profundamente deprimida. La paciente acudió a la cita programada con aspecto desaseado y abatido, estado de ánimo deprimido, y afecto predominante de tristeza. Manifestaba sentirse fatal, con pensamientos autolíticos y un gran componente ansioso que no la permitía dormir, comer, ni hacer sus tareas habituales en la casa y en su vida de relación. ¿El motivo?: "Sibelius se ha caído de la Red". Para los no iniciados, será preciso aclarar que Sibelius es lo que llaman un "Nick", una especie de pseudónimo o contraseña de alguien que accede a un canal de Chat. La paciente había comprado un ordenador como elemento de ocio y había entrado en un canal de Chat donde había conocido a un hombre cuyo Nick era "Sibelius", y con el que compartió su afición musical y, al cabo de seis meses, un profundo enamoramiento. La pérdida de su interlocutor la había sumido en un cuadro psicopatológico que en nada difería a lo que hasta ahora llamamos "Duelo patológico". Sólo que en esta ocasión no se había sufrido ni una pérdida real "sensu estricto", ni una pérdida simbólica. Era una reacción emocional frente a una pérdida "Virtual". ¿Cómo puede ocurrir algo así?; después de todo, sólo estamos hablando de mensajes mecanografiados a través de un

teclado de ordenador.

Pocos meses después, recibí una petición de consulta de los padres de un muchacho hasta la fecha tímido e introvertido, buen estudiante y muy casero. Hacía unos días que se había fugado de casa para irse a vivir a una ciudad del otro lado del país con una mujer, diez años mayor que él, que había conocido chateando en Internet.

Un compañero, hace unas semanas, me hacía cómplice de su intención de divorcio para poder vivir con una mujer que había conocido en Internet, y de la que se mostraba perdidamente enamorado.

Una joven paciente bulímica me remitió un "emilio" informándome de que se iba a recorrer el Camino de Santiago con una muchacho del que se había enamorado a través de Internet; llevaba meses sin salir prácticamente de casa y sin ningún tipo de relación social.

¿Estamos frente a una nueva forma de patología? ¿Se trata de un simple cambio formal en las formas del amor y la atracción? ¿O es un cambio de estructura debido a que la estructura misma de la comunicación humana se está viendo modificada a través de los nuevos avances tecnológicos?. ¿Nos estamos enredando "en" o "con" la Red?

De la carta perfumada al "emilio"

No hace mucho tiempo podía escucharse entre el fragor de una pelea sentimental la frase: "Devuélveme las cartas". Hoy las cartas de amor son un exotismo a extinguir, si no extinguido del todo. Como todo el género epistolar. El contenido simbólico de una carta es evidente. Se trata en su sentido etimológico de un "símbole", es decir, "lo que se une". Las cartas manuscritas eran algo "de él/ella"; poseían su trazo, su gesto caligráfico, su olor, a veces su color. Proporcionaban comunicación analógica y digital. Se podían guardar y releer, saborear, algo que no se puede hacer con las llamadas telefónicas, por ejemplo. Tenían la característica de la demora y por tanto, de la ansiedad de la espera y del placer de la recepción.

Durante las últimas grandes guerras hubo muchos soldados que se carteaban con mujeres dispuestas a escribir cartas a un aguerrido desconocido. La llamada "Operación Dear Abby", puesta en marcha en el transcurso de las guerras de Corea y Vietnam, consistía en una organización a través de la cual las mujeres jóvenes podían escribir cartas a los soldados que estaban en el frente. La United Services Organization acumulaba barriles de cartas que clasificaban por el Estado de origen, de manera que los soldados pudieran elegir las de su propio Estado. A veces esa correspondencia derivaba en un amor y muchas veces en un matrimonio. Acabara en lo que acabara, las personas que se enamoraban eran siempre dos desconocidos, dos extraños seducidos a través de la palabra escrita.

Los llamados coloquialmente "Emilios" (de e-mail) o correos electrónicos, podrían ser la nueva versión de los amores epistolares; de hecho en muchas ocasiones lo son, pero presentan algunas diferencias significativas con respecto a aquellos que pueden determinar un impacto emocional cuantitativa y/o cualitativamente distinto:

1. Son inmediatos: no hay espera ni horarios de recogida y entrega.
2. Son exclusivamente digitales; no se puede elegir el tipo de papel. No hay papel, no existe trazo ni gesto.
3. Son anónimos en el sentido de que no existe una dirección de remite, no van a ningún sitio en concreto; ni siquiera se recibe en muchas ocasiones un nombre real. Nada nos dicen de los datos sociales y personales que ofrece una carta normal.

Estas características también pueden otorgarse a las llamadas telefónicas versus cartas manuscritas. Pero el correo electrónico presenta algunas diferencias con respecto a éstas: es más controlable y ofrece una mayor privacidad. Una

llamada telefónica puede suponer una intrusión a la intimidad en un momento dado, una inoportunidad, un agobio, un mal momento etc... Estos aspectos negativos no se dan en los "emilios", donde cada comunicante comprueba y responde al correo cuando le resulta más cómodo u oportuno. Veinte mensajes de correo electrónico en un día no suponen una pesadez o una rareza, no interrumpen una ducha o una película, una reunión o una riña conyugal o futbolera; veinte llamadas de teléfono son algo preocupante cuando menos.

Para los comunicantes comprometidos o casados, el "emilio" ofrece una mayor privacidad y seguridad que la llamada telefónica (y más últimamente que las compañías telefónicas se empeñan en remitir una información tan sumamente detallada que se convierte en "mercancía de registro" en muchas relaciones). Este hecho de que el correo electrónico no sea entrometido añade un atractivo enorme a la propia relación. En estos aspectos, es realmente difícil para las parejas en tres dimensiones competir con los amigos electrónicos que nunca molestan. Se desarrolla un rápido sentimiento de Intimidad que lleva a otro, igualmente veloz, de necesidad mutua; de ahí al enamoramiento hay ya sólo un par de "bits".

De extraños a amantes

Esther Gwinnell, psiquiatra de Portland, identifica en su libro "El amor en Internet", los pasos que sigue habitualmente un ciberidilio[1(pag.44)]:

1. Empieza la comunicación casual.
2. Una persona del chat manifiesta interés por lo que dice otra.
3. Ambas intercambian mensajes públicos dentro del grupo de conversación.
4. Esto conduce a los canales privados (sólo dos).
5. Los mensajes se vuelven más personales, largos y comprometidos.
6. Uno de los comunicantes empieza a utilizar expresiones cariñosas. El otro sigue la pauta.
7. Los mensajes se hacen más frecuentes. Es emocionante e interesante comprobar el buzón de correo electrónico. Cuantos más mensajes envías y recibes, más deseas recibir otros mensajes, y más placer sientes cuando los ves aparecer en la pantalla de tu ordenador. Tus fantasías se intensifican y se hacen más significativas para tu vida emocional. Algunas personas pueden pasar entre seis y diez horas intercambiando mensajes con su amante virtual.
8. Intercambian fotografías.
9. Deciden conocerse personalmente.

En este punto la relación puede continuar o perderse definitivamente.

¿Qué tipo de amor es el amor "al primer bit"?

En su libro "The Psychology of Love, Stemberg" habla sobre los componentes del amor, de una manera muy útil para comprender las aventuras sentimentales a través de la Red. Sostiene Stemberg que el amor puede ser concebido como el resultado de tres componentes: Intimidad, Pasión y Compromiso[5].

1. Intimidad. No nos referimos a la intimidad sexual, sino a la intimidad emocional: la capacidad de revelar tu Yo más profundo a otra persona. Esta unión emocional y el compartir incluso los sentimientos negativos, es una de las características que diferencian a las relaciones por ordenador a las demás. El anonimato de las primeras interacciones y la capacidad para revelar partes de tu ser que normalmente permanecen ocultas, parecen propiciar la intimidad. La Realidad física de los encuentros cara a cara restringe la intimidad e incluso hace que su desarrollo sea más lento. La frecuencia y rapidez del contacto por "e-mail" también aumenta la intimidad: es muy fácil enviar un e-mail sobre una repentina sensibilidad relatando como el arco iris acaba de asomarse a tu ventana o demandar un comentario a algo

intrascendente al amado/a. Ocurrencias que nunca justificarían una impertinente llamada telefónica y mucho menos una carta convencional.

Pero la Intimidad en sí misma no es suficiente para crear amor.

2. Pasión. Como alguien afirmó, nuestro principal órgano sexual es el cerebro. Con la charla erótica y el cibersexo, así como con el hecho de compartir fantasías románticas y sexuales a través de la Red, la atracción puede ser tan poderosa como en la vida en 3-D. Pero sin el encuentro físico, sin experimentar esa química que aporta el erotismo a una relación, toda la pasión y la sexualidad existe sólo en forma de trasferencia o de proyección de los sueños y las fantasías eróticas hacia la otra persona.

   En los encuentros a través del ciberespacio no existen contratiempos: nunca se tiene mal aspecto, no existe la ansiedad de disfunción eréctil alguna, no se te corre el rimel ni tropiezas con la alfombra, ni pierdes la compostura... A través de la Red, los amantes son y están tan hermosos y atractivos como la persona imagine.

   Con la experiencia de la pasión física, la mayoría de la gente en la vida corriente toma conciencia de que se está enamorando. En la vida normal, cuando ves la cara de tu amante el corazón da un vuelco, su voz al teléfono es fascinante y se te acelera el ritmo cardíaco, es sexualmente excitante. Los amantes en un ciberidilio tienen también algunas de estas sensaciones –conviene no minusvalorar la intensidad de estas pasiones- cuando reciben un aviso de correo, el corazón también se sobresalta, se entusiasman. No les es posible tocarse (de momento) excepto en su fantasía, aunque también se apoyan en sensaciones hasta cierto punto físicas que les alertan de que se están enamorando. Imaginar que pueden tocarse, besarse, abrazarse, explorarse, les proporciona un alto nivel de excitación sexual y, aunque no exista el contacto físico, la atracción erótica puede sentirse enormemente real. Peor, en un ciberidilio, se siente atracción hacia la persona imaginada, no hacia la real que está al otro lado de la pantalla. Esta es la diferencia más significativa entre un ciberidilio y una relación en 3-D: el hecho de que la atracción física se basa sólo en fantasías, hecho que determina la enorme intensidad del deseo que desatan. Aunque haya existido intercambio de fotografías, la verdadera compatibilidad sexual de dos personas que han sido virtualmente amantes durante meses es imposible de predecir pero, la imaginación es inagotable y, al no existir una relación física, se pueden dirigir las pasiones más fuertes hacia los sueños más frágiles[1].

3. Compromiso. Si a las personas les resulta difícil establecer compromisos en las relaciones de la vida corriente, en las relaciones a través de la Red tienen que salvar obstáculos aún mayores. En una relación por ordenador esta fase es delicada. Muchas personas mantienen múltiples relaciones simultáneas a través de Internet y, normalmente, no creen que la multiplicidad sea incorrecta o desconsiderada. Se han dado sin embargo casos de divorcio en los que se ha aportado como prueba de adulterio los emilios.

   El factor de proyecto de futuro que tiene todo compromiso hace que en los ciberidilios, aunque pueda darse, sea menos frecuente alcanzar un grado de compromiso significativo. La mayoría de los ciberidilios duran tres meses; o bien la pareja se encuentra y establece un contacto más personal o la relación simplemente se desvanece.

Según lo dicho, el amor que las parejas sienten en un ciberidilio es verdadero amor y contiene los tres componentes enunciados por Stemberg. Es en el equilibrio de los tres componentes en lo que estas relaciones presentan desviaciones con respecto a las normales de la vida en 3-D. Lo que puede explicar por qué algunas son tan

breves. Aunque existe intimidad, el erotismo suele estar frecuentemente limitado a la fantasía y el compromiso se encuentra en un tercer lugar, bastante desventajado del resto. En la vida en 3-D, las proporciones de estos tres componentes se decantan hacia la atracción física en primer lugar, al menos al principio de la relación. El compromiso en las 3-D es también mayor que en los ciberidilios, probablemente debido a que el hecho de estar juntos físicamente implica un nivel de respeto mutuo que no requieren los ciberamantes.

Pero en las relaciones en 3-D, la comunicación emocional y la intención de enfrentarse a sentimientos negativos son más difíciles de conseguir que en las relaciones a través de la Red. La posibilidad de ser rechazado/a por tu pareja en el mundo real dificulta muchas veces la comunicación; uno de los comentarios más habituales que escucho en mi práctica psicoterapéutica es la dificultad de sentirse lo bastante seguro para hablar con la pareja sobre los temas más profundos y personales. Aquí el temor es al rechazo de alguien tan cercano y presente que puede vivirse como devastador[1(pag.117)].

La seguridad es por lo general uno de los aspectos que antes aparecen y más satisfactorios son en los ciberidilios, ello propicia el desarrollo de un alto grado de intimidad. El anhelo de tener una unión emocional es una de las cosas que más empujan a las personas a iniciar romances informáticos. Aunque el amor por Internet esté desequilibrado en lo que se refiere a los componentes descritos, sigue siendo un sentimiento muy fuerte. A pesar de que demos mucha importancia a la atracción erótica como factor para establecer una relación amorosa, las relaciones con un alto grado de intimidad pueden ser tanto o más satisfactorias y duraderas que aquéllas.

Las proporciones de Pasión, Intimidad y Compromiso son diferentes en el amor virtual que en el real. En el amor real, los primeros componentes de atracción suelen ser físicos, eróticos, pasionales, mientras que la formación de una intimidad es más tardía. En el amor virtual es al revés. En la vida real nos capta la mirada, un gesto, una sonrisa, una vestimenta, un aroma o una parte de la anatomía; en el amor virtual son palabras lo que nos atrapan. Podríamos decir que la base de la atracción en el amor real es más física, mientras que en el virtual lo es exclusivamente intelectual.

En las experiencias de cibersexo, mientras ambos amantes intercambian fantasías sexualmente explícitas, no reaccionan ante el aspecto físico del otro, sino ante sus mensajes escritos. La intensidad de la experiencia se basa en una actividad intelectual, por lo tanto, mucho más potente a nivel erótico que el contacto físico: "nuestro principal órgano sexual es el cerebro". Mientras pergeñaba este pequeño artículo leí, al hilo de lo dicho, el siguiente texto de un excelente libro de Molero Editores: "Mujeres", escrito por Jean Poule Demonde, que creo argumenta magníficamente la afirmación antes dicha: "Contrariamente a todos los demás animales y primates, la sexualidad del ser humano, en vez de estar regulada por períodos biológicos de "celo" estacional, se hizo continua, aun cuando los momentos de procreación permanecían sometidos a ciclos femeninos. Más aún, el placer procurado por los acoplamientos sexuales ilimitados en el ser humano parece ser (al menos por lo que se deduce del comportamiento de los interesados) mucho más intenso que en el resto de los animales. La sexualidad humana no es un vestigio mal controlado de animalidad sino, por el contrario, una causa y un efecto del prodigioso desarrollo del cerebro; tanto es así, que el placer sexual es primero que nada una cuestión de afectos, de fantasías y de imaginación. Todas ellas funciones exclusivamente humanas"[2(pag.20)].

Cuando la paciente que les citaba al inicio escribía un emilio a Sibelius, únicamente se relacionaba con palabras escritas, sola ante su ordenador y su fantasía. La percepción de la persona a quien más tarde enviaría su mensaje no era inmediata, sino que irrumpía al ritmo que llevaba SU imaginación, conformándola,

moldeándola, percibiéndola, saboreándola al paso de SU deseo. Sola con sus pensamientos y su ordenador, abría el camino para que surgieran reflexiones e ideas que difícilmente expresaría cara a cara a otro ser humano. Como afirmaba Lacan, expresándose desde su Yo Ideal hacia su Ideal del YO. Este proceso de proyección imaginaria estimulaba la aparición de un nivel de intimidad desconocido para ella, para cualquier ser humano fuera de una experiencia psicoanalítica profunda. Cuando la paciente escribía a Sibelius imaginaba SUS respuestas, que eran la Suyas, porque no había nadie más, ninguna otra contaminación sensorial, ni visual, ni táctil, ni olorosa ni gustativa. Al imaginarlas inventaba todos los detalles que esperaba leer en la próxima respuesta: comprensión, empatía, interés y atracción. La misma conversación con su marido en el mundo 3-D hubiera sido peligrosa y tensa: ¿la comprendería?, se preguntaba. En el pasado había habido muchas situaciones en que no. Situaciones en las que al expresar sus fantasías, ideas, proyectos o temores había sido descalificada o tachada de "loca".

Este comentario nos abre paso a la cuestión del ¿por qué? o ¿para qué? se produce un ciberidilio; Stephanie Fletcher en su novela "E-mail: a love story" apunta que muchos de sus pacientes sumidos en ciberidilios, lo eran dentro de la cuarentena y estaban en trance de superar la eufemísticamente llamada "crisis de la mediana edad". Según esta autora, las personas que tienen aventuras amorosas a través de la Red las tendrían también por otros medios: se comprarían una moto, cambiarían de "look", o harían cualquier cosa que les sirviera para superar su miedo a envejecer o a cambiar su relación matrimonial. Puede ser, pero en tal caso, deberíamos ampliar la lista de crisis vitales en las que los ciberidilios aparecen como un síntoma o amenaza: las crisis adolescentes, sin ir más lejos, resultan ser las más frecuentes si no las que más fraguan en ciberidilios.

Otro factor interesante a tener en cuenta de este nuevo fenómeno o patología emergente como se quiera entender, es la connotación legal que ya está presentando. Se discute si se puede considerar adulterio una relación ciberidílica en la que uno o los dos amantes están casados. Hasta la fecha existe una sentencia de divorcio en tal sentido, basada en la premisa de que un ciberidilio constituye adulterio y, por lo tanto, causó un daño irreparable al matrimonio. Sentencia americana como era de esperar.

Respecto a la consideración psicopatológica del ciberidilio ya hay quien, como el Dr. Ivan Goldberg, psicofarmacólogo de prestigio en New York, ha acuñado el término "Trastorno de adicción a Internet" parodiando originalmente al ítem "Otros trastornos de drogodependencia" descritos en el DSM-IV. Goldberg sugiere que la adicción a Internet es un síntoma de algún trastorno psicológico oculto. Una vez más caemos en el algoritmo médico para afrontar la naturaleza humana, describiendo sus aristas como si fueran enfermedades. ¿Para cuándo una categoría diagnóstica del tipo: Trastorno maníaco por enamoramiento súbito; Trastorno sexual por impulso primaveral; o Trastorno afectivo de stress postcoito disfuncional?... Todo es cuestión de esperar.

Otros autores, como la Dra. Kimberly Young, psicóloga directora del Center for On-Line addictions en la Universidad de Pitsburg, creen que la adicción a Internet no lo es menos que el alcoholismo o la ludopatía. Tanto Goldberg como Young están de acuerdo en que estas nuevas patologías no desarrollan síndromes de abstinencia física pero: "a algunas personas envueltas en ciberidilios les lleva tanto tiempo que les causa incomodidad o disminución de sus funciones ocupacionales, académicas, laborales, financieras, psicológicas o fisiológicas". Síntomas característicos de lo que se diagnostica como adicción. Es de suponer -supongo- que tanto uno como otra autora nunca han debido estar enamorados; o de haberlo estado habrán considerado su estado como una patología adictiva ¿o no?.

Otros terapeutas afirman que existen ciertos tipos de personalidad especialmente propensas

a caer en ciberidilios. Las personas obsesivas o con poco control de impulsos y aquéllas que anteriormente han sido adictas a algo tienen más probabilidades de ser incapaces de prescindir del modem[3]. Estadísticamente, parece que son las mujeres de mediana edad y aquellas personas (hombres y mujeres) que se encuentran desocupadas las que tienen mayores posibilidades de verse envueltas en ciberidilios.

Puestos a elucubrar dentro del marco epistemológico psiquiátrico actual, creo que es interesante la distinción que realiza Gwinnell[1(pag.139)] entre obsesión y adicción: hay una extensa zona oscura entre ambos conceptos, especialmente si hablamos de una conducta en vez de una sustancia. Normalmente, yo utilizaría el término "adicción" para referirme a un problema relacionado con alguna sustancia, y "obsesión" para referirme a un problema intelectual y/o de conducta, es decir, neurótico. Pero por lo que estamos viendo escrito últimamente, está claro que algunas personas desarrollan cambios reales en la química cerebral en respuesta a ciertas conductas como el juego pero: ¿Acaso un proceso de enamoramiento no produce cambios bioquímicos rotundos?. Una vez más la eterna e impertinente pregunta dentro de nuestro campo: ¿jugamos porque presentamos ciertos cambios bioquímicos cerebrales? O ¿sufrimos cambios bioquímicos porque jugamos?. ¿Me enamoro porque mi cerebro sufre un revolcón monoamínico? ¿O se me ponen los neurotransmisores de punta porque me enamoro?. La cuestión sigue en el aire.

Pero más allá del poco o mucho interés que puede suponer el que hoy escriba aquí sobre un tema tan aparentemente exótico, quiero poner el tema sobre la mesa de reflexión de todos los profesionales implicados en el mundo "psi", en cuanto colectivo profesional encargado de "detectar" y tratar patologías de la relación humana.

El hecho es que éste, y otros muchos más, es un fenómeno o patología emergente, nueva o como quieran entenderla, frente a la cual tenemos que enfrentarnos y para la cual no disponemos de marco ni mapa epistemológico nuevo. El reto está entonces en desarrollar un nuevo sistema de comprensión/explicación y análisis de las nuevas relaciones que se están desarrollando al albur de las nuevas tecnologías o intentar meterlas en el lecho de Procusto de nuestros actuales mapas de comprensión, por ejemplo, creando nuevos ítems DSM-IV que todo describen y nada dicen.

Me decanto por la teorización de Echevarría quien, en su último trabajo "Los señores del aire: Telépolis y el Tercer Entorno"[4] desarrolla la idea de que no hay transformaciones tecnológicas profundas sin cambios radicales en la mentalidad social. Echevarría plantea la metáfora del Tercer Entorno como forma de interpretar y explicar estos cambios profundos que estamos presenciando. Parte de la base de que las nuevas tecnologías de la información y las telecomunicaciones están posibilitando la emergencia de un nuevo espacio social (Tercer Entorno) que difiere profundamente de los anteriores: Entorno 1 y Entorno 2, es decir, natural y urbano respectivamente, frente a los cuales el hombre ha desarrollado formas distintas de adaptación y también de enfermar.

Lo que está en juego actualmente es ni más ni menos que la construcción de un nuevo entorno social, una nueva sociedad basada en el prefijo "tele", distancia. Este proceso morfopoyético, de creación de nuevas formas, está generando cambios en todos los aspectos del humano vivir y también, claro está, del humano enfermar y sufrir. O lo tenemos en cuenta y empezamos a reflexionar sobre ello, o me temo que nos veremos desbordados por los acontecimientos y, una vez más, desarrollando nuevas categorías diagnósticas, planes autonómicos, unidades específicas y demás soluciones habituales para todo aquello que nos pille a contrapié y sobre lo que nuestro discurso enlatado no puede dar cuenta.

Caso Clínico

Paciente de mediana edad, casada y con hijos mayores de edad, ama de casa, con buen nivel cultural.

A los 39 años de edad, inicia un periodo depresivo con sensación de "nido vacío" coincidente con la llamada "crisis de la mediana edad" y la mayoría de edad de sus hijos, de la cual sale con una sobrerreacción en la que inicia una actividad desenfrenada y comienza a la "navegación en Internet" conociendo el mundo de los "chats" que le compensa la situación. Empieza con una comunicación casual y entra en un circulo cerrado en donde da rienda suelta a su imaginación, intercambiando mensajes públicos dentro del reducido grupo del chat. Al cabo de unas semanas, se siente "atrapada" en la necesidad "compulsiva" de escribir y recibir respuesta, que siempre compensan su ansiedad. En un primer momento conoce a un "cibernauta", joven, con el que se relaciona mas a menudo, llegando a establecer un canal privado. Durante semanas esta actividad se desarrolla invariablemente, de forma que pasan horas y horas del día con intercambios de mensajes. La afición literaria renace y los contenidos se hacen más íntimos. Llegan las vacaciones estivales y la carencia de ordenador, enfría la relación.

Tras las vacaciones, contacta de nuevo con el chat y en su búsqueda tropieza casualmente con otro grupo, en donde se inicia de nuevo la secuencia anterior con otro cibernauta. En pocas semanas pasan del interés manifestado en publico, al canal privado y a los mensajes largos, íntimos, donde manifiestan su empatía, interés y atracción, expresan sus fantasías, ideas, proyectos y temores. El lenguaje directo se tiñe de expresiones cariñosas, comprometidas que muy difícilmente expresaría a otro. Se siente bien, alegre, necesita los mensajes todos los días, sentir la emoción de expresar sus sentimientos y el placer de la respuesta de la que tanto carece. En un fin de semana deciden conocerse, lo planean y se ven una tarde; "fue mágica". Pasean, hablan, el dialogo es tierno y cariñoso, no existe ninguna relación sexual, y vuelven a sus domicilios. Desde ese instante, aumenta la comunicación, y la necesidad de la misma, "se siente enamorada", y deciden que después del verano tomaran la decisión de irse a vivir juntos (ambos están casados y viven con su cónyuge). Es durante el periodo estival, cuando "deshojando la margarita" y ante la ausencia del "contacto virtual", poco a poco se siente angustiada, irritable, con nuevos sentimientos de culpa, "pánico hacer daño a su familia". Los meses de septiembre y octubre la situación evoluciona a una tristeza profunda, apatía, desinterés, clinofilia, perdida del apetito. Abandona sus compromisos familiares, sus actividades domésticas y apenas sale de casa. Rumiadora y perseverante con impulsos catárticos breves. Había tomado la decisión de quedarse con su marido e hijos y no volver a contactar con el chat. Se sentía culpabilizada con su marido, comentaba "he hecho mal y no lo puedo contar". La situación anímica se hace insostenible y acude a un consejero espiritual, quien lo remite a un psiquiatra. Se inician sesiones psicoterapéuticas, pero el cortejo sintomático persiste, sentía la perdida de su interlocutor, pero no quería hacer daño a su familia (maridos e hijos), al mismo tiempo se sentía atrapada por la idea de que por su culpa hubiera destrozado la pareja que formaba su interlocutor, manifestaba "las cosas mías que el tiene guardadas en algún sitio de la casa (cartas, fotos, algún pequeño objeto), si las encuentra su mujer, cosa fácil, en algún momento, habré hecho mucho daño... y nunca podré controlarlo... y eso me atormenta... el tratamiento no me exime de las culpas y creo que eso es lo que busco". Así las cosas, se decide a petición del psicoterapeuta y en presencia de el una puesta en claro de la situación con el cónyuge, con un beneficio emocional breve de 48 horas, tras las cuales se inicia de nuevo la sintomatología, "miedo a la realidad, a no afrontar la culpa, con predominio sintomático de la angustia y la ansiedad que trata de paliar con ansiolíticos menores a dosis muy altas (300mg/día) sin conseguir beneficio alguno.

Dada la situación y en el curso de una crisis

paroxística de angustia, acude al servicio de urgencias del hospital general, desde donde se la ingresa en la unidad de psiquiatria por presentar "crisis de ansiedad de repetición incoercibles a grandes dosis de benzodiazepinas", para ajuste de tratamiento. Al ingreso lo que prevalece son altos niveles de angustia y ansiedad, con fuerte componente vegetativo, llanto, sollozo. Se encuentra vigil, consciente, orientada, conserva funciones intelectivas superiores. Colaboradora. Predominan los sentimientos de culpa, temores. Ideación obsesivoide perseverante, con conductas compulsivas, tendentes a contactar con el "cibernauta", "saber de su situación". Trastornos del sueño y la alimentación. Con pérdida importante del peso en las ultimas semanas. No trastornos en el contenido y curso del pensamiento, no trastornos sensoperceptivos. Se siente agotada, abatida y triste.

Entre sus antecedentes personales, se define como "escrupulosa de conciencia desde pequeña", muy emotiva y creativa. Se crió en medio familiar "muy religioso" y estricto. A los 29 años, coincidiendo con un problema familiar tiene un primer episodio de gran angustia que se materializa con componente obsesivo-compulsivo. Se trato con ansiolíticos menores (benzodiazepinas) y tras un tiempo prolongado cedió completamente. Cinco años mas tarde, coincidiendo con la reaparición del problema familiar entra de nuevo en un episodio angustioso con fuertes rumiaciones, y sentimientos culpabilizadores. Acude al psiquiatra, quien le pauta clorimipramina y clorazepato dipotásico a dosis altas, con mejoría ostensible en 18 semanas. Durante los dos años siguientes se automedica con clorazepato dipotásico sin presentar sintomatología alguna. A los pocos años, tras nueva situación estresante por problema familiar grave, nuevo episodio ansioso-depresivo con ideación obsesivoide, que desaparece con tratamiento. Un año mas tarde se inicia el proceso referido inicialmente desde la sensación de "nido vacío".

El ingreso fue de cuatro semanas, en las que se mantuvo un tratamiento psicofarmacológico, con perfusión endovenosa de clorimipramina hasta 125 mg/día y levopromazina de 75 mg/día. Se complementa con psicoterapia centrada en conflictos, en problemas. A las tres semanas del ingreso, y en el curso de una sesión analítica breve, tiene lugar una abreacción, con gran angustia que cede en 72 horas. Al alta su estado de ánimo es eutímico y su nivel de ansiedad se encuentra normalizado.

Durante dos años ha estado controlada ambulatoriamente con antidepresivos tricíclicos y ansiolíticos, con psicoterapia de apoyo. Su evolución ha sido favorable. A pesar de nuevos problemas familiares graves, no se ha reactivado el trastorno. Durante este tiempo no ha contactado con el cibernauta, aunque en ocasiones tiene la idea, pero controla el impulso. Sus actividades de ocio se han reanudado, sale de casa todos los días y mantiene un adecuado nivel de contactos sociales. Se siente en ocasiones vacía, pero cree que puede continuar así. Mantiene el tratamiento.

Comentario

Se trata de una paciente con una personalidad anancástica, que en situaciones estresantes, de tensión continuada genera crisis de pánico con componente obsesivo-compulsivo, que vive con una pareja calificada de "seria, responsable, callado" y poco expresivo de sus emociones, en donde la comunicación intimista es poco habitual, y existen temas que difícilmente se tratan, y todo ocurre en un momento autobiográfico en la medianía de edad, dentro de la cuarentena, en la llamada "crisis del nido vacío", con miedo a envejecer, y es cuando surge la relación con el ordenador, que inicialmente es con las palabras, sola ante él y su fantasía, estimulada por un nivel de intimidad desconocido para ella, estableciéndose un sentimiento muy fuerte, con alto grado de intimidad que atraviesa diversos pasos: desde los mensajes, el trasvase de información, al trasvase de objetos (recuerdos, fotos, etc...) para llegar al contacto físico, en donde las fantasías se intensifican y se hacen muy significativas en

su vida emocional. Todo conduce a la necesidad de una vida en común, y es en la "toma de esta decisión" cuando se genera un cuadro insostenible para ella que le obliga a prescindir del contacto y quedarse con su marido. A partir de aquí comienzan de nuevo las crisis de angustia y el cuadro obsesivo-compulsivo, con las rumiaciones y conductas catárticas que la conducen al ingreso y posterior tratamiento.

Discusión

No se trata pues de una nueva patología, sino de una nueva expresión plástica de un fenómeno patológico descrito en los manuales de diagnóstico al uso. El cortejo sintomático desarrollado, tanto en los rasgos de personalidad como en los síntomas propiamente dichos no resultan nuevos ni extraños a la psicopatología clásica de las llamadas Neurosis. La novedad puede señalarse en cuanto a los elementos que generan el disparo de la angustia que deviene sintomática. Las nuevas tecnologías no sólo favorecen cierto tipo de comunicación, también son capaces de gatillar los viejos sufrimientos humanos: amor, pérdida, culpa, fracaso... A la postre el hombre sigue siendo el mismo mono pero con teléfono móvil y ordenador. Su malestar es el mismo pero desatado y vehiculizado por nuevas herramientas y espacios de relación interpersonal.

Bibliografía

1. Esther Gwinnell. El amor en Internet. Ed Paidós Autoayuda. Barna 1999
2. Jean Paul Demonde. Mujeres. Ed Molero Editores. Barna 1998
3. Echeburúa E, Amor PJ, Correa R. Adicción a Internet: ¿una nueva adicción psicológica?. Monografías de Psiquiatría 1998. 10 (2).
4. Echevarría J. Los Señores del Aire: Telépolis y el Tercer Entorno. Ed Anagrama Barna 1999.
5. Robert J Stemberg. Triangulating of love. En: Robert Sternberg y Michael L Barnes (comps). The Psychology of Love. New Haven: Yale University Press, 1988.

Correspondencia

Luis Ferrer i Balsebre
D.M. Jefe del Servicio de Psiquiatría
Manuel Serrano Vázquez
D.M. Jefe de Sección de Psiquiatría
Complexo Hospitalario "Juan Canalejo"-
Marítimo de Oza. La Coruña
C/ Xubias de Abajo s/n
15006 La Coruña
e-mail: Luis_Ferrer@canalejo.cesga.es