Imprimir

En su libro de 2011 *Realismo capitalista*, Mark Fisher escribió que el TDAH era «una patología del capitalismo tardío, una consecuencia de estar conectado a circuitos de entretenimiento y control hipermediados por la cultura de consumo». Pero puede que también sea el ángel exterminador del mismo capitalismo del cuál es producto.
Mi marido padece trastorno por déficit de atención (TDA). Bueno, en verdad no ha sido diagnosticado. Su TDA es demasiado para lograrlo. Tratar de obtener un diagnóstico para Erik en los Países Bajos, donde vivimos, supuso múltiples llamadas telefónicas para que nos remitieran al lugar correcto; llenar formularios y cuestionarios; una larga espera para conseguir una cita; tener que revisar los formularios y cuestionarios con un psicólogo; desenterrar viejos informes escolares y organizar entrevistas con el padre de Erik (que se sospecha que tiene TDA) y su hermano (con diagnóstico de TDAH, trastorno de déficit de atención e hiperactividad) para averiguar cómo era él en su niñez.

Está de más decir que Erik no completó el proceso. Es un milagro que cualquier persona con ese padecimiento neurológico lo haga. La revista ADDitude, una publicación para personas con TDA y TDAH, hace un listado de los indicios del TDA, tales como «memoria de trabajo deficiente, falta de atención, facilidad para distraerse y funciones ejecutivas deficientes». Las funciones ejecutivas son habilidades que le ayudan a hacer cosas como planificar, administrar el tiempo y realizar múltiples tareas. Erik no tiene la «H» de TDAH: no es tan hiperactivo. Pero las personas con TDA no se llevan bien con la burocracia.

A Erik no le gusta que le digan que la forma en que funciona su cerebro es «deficiente». Pasó los primeros 40 años de su vida sin saber que podría tener TDA. Sin embargo, desde niño, le dijeron que era raro, estúpido o frágil. Luego pasó cinco años luchando con la idea de tenerlo: primero rechazando la etiqueta, luego aceptándola en privado, pero sintiendo miedo aún de hablar de eso con otros. «Toda mi vida la gente ha pensado que soy un payaso. No quiero confirmárselo», es lo que dijo cuando le pregunté por qué nunca se lo había contado a sus amigos.

La gente piensa que es un payaso sencillamente porque es el pensador más creativo que he

conocido. Erik es un visionario. Tiene grandes ideas, grandes sueños, grandes planes. No siempre está tan entusiasmado con hacerlos realidad. Los proyectos inconclusos incluyen nuestro primer apartamento a medio terminar en el que vivimos ocho años; un novedoso protocolo de internet; y un nuevo régimen de propiedad intelectual para productos farmacéuticos.

Ahora, con 45 años, Erik está adoptando lo que él llama «mentalidad de LA»: ser dueño de su divergencia. Es un viaje en el que hemos estado juntos, él con su TDA y yo con una enfermedad autoinmune crónica que me diagnosticaron en 2017 y enfrentando el hecho de que el consumo excesivo de alcohol y el tabaquismo contumaz de mi juventud pueden haber estado relacionados con algo más profundo que el cumplimiento de mi deber patriótico británico.

Los libros del médico y escritor húngaro-canadiense Gabor Maté nos han guiado en nuestros viajes. Maté ha escrito sobre TDA (lo padece), enfermedad crónica, y adicción y comportamiento compulsivo (lo exhibe).

Maté disiente de la opinión general de que el TDA tiene una causa principalmente genética. Sostiene que, si bien hay un elemento genético, lo que determina si alguien lo desarrolla o no es en qué medida ha recibido la crianza adecuada en la infancia. El cableado de cinco sextos de los circuitos cerebrales se genera después del nacimiento. Las personas con TDA tienen un cableado diferente en la corteza prefrontal, que controla la autorregulación y la atención. Para que se produzca un desarrollo cerebral óptimo, los niños necesitan alimento, refugio y un vínculo seguro con sus cuidadores principales.

Pero no puedes culpar a padres y madres. No recibir la crianza adecuada no significa necesariamente abuso o negligencia, aunque puede serlo. Bastará con estar estresados y ser incapaces de sintonizar con su hijo. Maté nació de padres judíos en Budapest dos meses antes de que los nazis ocuparan la ciudad. Pero no es necesario llegar a ese extremo. Muéstrenme un padre o una madre que no esté con un estrés total luchando con el trabajo, las finanzas y tratando de criar a sus hijos sin suficiente ayuda y sin dormir.

Estas son características neurofisiológicas individuales, pero surgen en contextos sociales. Nuestras sociedades capitalistas crean familias estresadas, escuelas carcelarias y lugares de trabajo tóxicos. No es de extrañar que nuestros cerebros estén colapsando a una escala sin precedentes. El TDA es un padecimiento capitalista.

El TDA es la nueva esquizofrenia

No soy la primera persona que lo dice. En su libro de 2011 *Realismo capitalista*, el ya fallecido Mark Fisher escribió que el TDAH era «una patología del capitalismo tardío, una consecuencia de estar conectado a circuitos de entretenimiento y control hipermediados por la cultura de consumo». Gabor Maté tiene claro que el TDA no es una patología; es una divergencia del desarrollo. Sostiene que su principal causa no es la cultura hipermediada de nuestra era; sin embargo, la cultura puede alimentarlo y reforzarlo, y lo hace.

Fisher califica la metáfora del «esquizofrénico», del teórico crítico Fredrick Jameson, como típica de la cultura posmoderna de los años 80. Jameson describía una cultura en la que somos constantemente bombardeados por imágenes aleatorias, una «serie de presentes puros en el tiempo, desconectados entre sí». Escribía que las personas con esquizofrenia encarnaban la fragmentación de la identidad que crea esa experiencia del tiempo: la incapacidad de producir un sentido coherente del yo que conecte el pasado, el presente y el futuro. Otros pensadores de finales del siglo XX tenían sus propias teorías poco ortodoxas sobre la esquizofrenia, en particular el filósofo Gilles Deleuze y el psicoanalista Felix Guattari en su libro de 1972 *El Antiedipo*.

Fisher, profesor de educación superior y filósofo, señalaba que la industria cultural había avanzado desde los escritos de Jameson de la década de 1980. Fisher escribió: «Nos enfrentamos, en las aulas, con una generación que se acunó en esa cultura rápida, ahistórica y antimnemónica, una generación para la cual el tiempo siempre vino cortado en microrrodajas digitales predigeridas». Para Fisher, la persona con TDA, con su enfoque distraído y su «deficiente memoria de trabajo», era el símbolo actualizado de nuestra era. Y eso era en 2011, mucho antes de TikTok e Instagram Reels.

Lo que Fisher no mencionó fue que para Deleuze y Guattari, si no para Jameson, la esquizofrenia no solo era el padecimiento del capitalismo tardío, sino también su ángel exterminador. Al dar origen a la esquizofrenia posmoderna, sostenían, la cultura del capitalismo tardío estaba sembrando las semillas de su propia desaparición. El capitalismo tardío (también conocido como capitalismo neoliberal) es desordenado, caótico, indisciplinado. Es el Lejano Oeste económico, donde reina el dinero, las finanzas son ficticias y todas las barreras a sus flujos son demolidas. Esto crea culturas y subjetividades que también son desordenadas, caóticas e indisciplinadas. Pero, después de todo, el capitalismo necesita orden, estabilidad y reglas. Necesita del Estado. Necesita de las fuerzas armadas del Estado, sus leyes y sus burocracias. Y necesita ciudadanos buenos, estables y confiables que cumplan sus órdenes. El caos y el desorden de la esquizofrenia amenazan con trastornar el sistema completo.

Para ser honesta, no estoy segura de que esté bien usar una enfermedad mental grave como metáfora de nuestro malestar moderno. Sin embargo, para teóricos como Deleuze, era importante ver las enfermedades mentales como categorías políticas y no como categorías naturales y privadas. Las experimentan los individuos, pero son producidas en y por las sociedades. Lo personal es político. Lo mismo puede decirse de las diferencias neurológicas como el TDA. Y, al igual que la esquizofrenia, el TDA también puede entenderse no solo como el padecimiento totémico de nuestra era, sino también como su caballo de Troya.

El TDA contra el reloj

«El TDAH es, en esencia, una ceguera al tiempo», dice el destacado experto en TDA Russell Barkley. Erik no coincide. No es una ceguera al tiempo, sostiene, sino un olvido de una construcción social particular del tiempo: el tiempo regido por el reloj.

El capitalismo instituyó una economía basada en el trabajo asalariado y con ella, la mercantilización del tiempo. El tiempo se convirtió en dinero. O más precisamente, «el tiempo de trabajo de los trabajadores se convirtió en ganancia de los capitalistas».

En «Hours against the Clock: On the Politics of Laziness» [Horas contra el reloj: sobre la política de la pereza], Lola Olufemi explica cómo el capitalismo captura el tiempo, convirtiéndolo en un recurso finito que perdemos para siempre en nuestro trabajo. El aumento de la productividad, el mantra del capitalismo, significa acelerar la producción para que siempre estemos produciendo más en la misma cantidad de tiempo. Vemos la tiranía del tiempo capitalista más claramente en los almacenes de Amazon, donde cada movimiento de los trabajadores es monitoreado por algoritmos y los menos productivos son por lo general despedidos. Lo vemos en las granjas avícolas donde los trabajadores se ven obligados a usar pañales porque no tienen tiempo para ir al baño.

Debido a las diferencias en el cableado y la química del lóbulo frontal del cerebro, la persona con TDA no experimenta este tipo de tiempo lineal. Gabor Maté dice que, para quienes padecen TDA, hay dos estados de tiempo: el «aquí y ahora» y el «siempre después». Constantemente le recuerdo a Erik que el tiempo pasa. Si le digo que son las 2 de la tarde, seguirá creyendo que son las 2 de la tarde hasta que le diga que han pasado dos horas y son ahora las 4 de la tarde. Del mismo modo, no se da cuenta de que no llegará a tiempo a una reunión hasta que ya pasó la hora señalada y aún no ha salido de la casa. Es posible ver por qué este tipo de humano es enemigo de un sistema económico basado en el régimen del tiempo. Les deseo buena suerte si tratan de lograr que una persona con TDA llegue a la escuela o al trabajo a tiempo, fije tareas de cierta duración y luego se vaya a casa y haga lo que sea necesario para poder hacer exactamente lo mismo mañana.

Porque siempre estamos pendientes del reloj, incluso cuando estamos libres. A la noche nos estamos preparando para trabajar mañana. Los fines de semana tratamos de olvidarnos del trabajo mientras nos aseguramos de que nuestra rutina de sueño no se desordene tanto que no podamos levantarnos puntualmente el lunes. En las vacaciones, si tenemos suerte, podemos relajarnos unos momentos antes de tener que empezar de nuevo.

No quiero ser frívola, pero siempre he considerado el despertador una violación de los derechos humanos. Para las personas con TDA, literalmente lo es. Duermen muy mal. Pero, al igual que muchas de sus cosas, su sueño es «deficiente» debido a las presiones de tiempo

que ejercen sobre ellas la escuela o el trabajo. El patrón de sueño intrínseco de Erik parece ser bifásico. Tiene una fase de sueño por la noche y luego otra por la mañana o después del almuerzo. Esto estaría muy bien si su trabajo actual no requiriera que esté despierto de 9 a 17. De hecho, las últimas investigaciones sobre el sueño sugieren que el sueño humano es naturalmente bifásico. Es el capitalismo el que exige –y luego se asegura de que uno no las consiga– las ocho horas seguidas.

Erik es de alto funcionamiento. Cuando nos conocimos, era analista de riesgos en un banco importante. Pero solo puede soportar la tiranía del tiempo por un periodo. Finalmente, en general tras un año o dos, dejará de fumar y necesitará recuperar su tiempo y su sueño. Tenemos el privilegio de poder permitirnos vivir así, aunque no siempre es fácil. Millones de personas con TDA, junto con miles de millones de personas sin TDA, jamás escapan de la rutina. Pero quién sabe, si adoptásemos colectivamente el incumplimiento del TDA con el tiempo capitalista, tal vez podríamos.

Burocracia capitalista

Se puede asociar la burocracia con un Estado inflado, pero el término «kafkiano» es hoy más adecuado para el hipercapitalismo. ¿Alguna vez han intentado ponerse en contacto con el servicio de atención al cliente de Airbnb? El difunto David Graeber sostenía que la noción de la burocracia como un problema exclusivamente de un Estado grande es propaganda. Para él, gobiernos y empresas casi no se diferencian en su infernal burocracia. De hecho, las burocracias del Estado y del sector privado a menudo están entrelazadas. En los Países Bajos, si alguien se atrasa en el pago de algún impuesto, los departamentos gubernamentales contratan cobradores de deudas privados para que lo persigan. Una vez en sus garras, es casi imposible salvarse de multas y tasas cada vez mayores. El trauma que ha sufrido Erik por el acoso de estos agentes impositivos no es broma. (Uno de sus proyectos es crear un «sindicato nacional de no pagadores», pero aún no lo ha logrado).

Hay algo con lo que el cerebro con TDA es incompatible: la burocracia. Debido, en parte, a los bajos niveles de dopamina, a las personas con TDA les resulta prácticamente imposible

dedicar tiempo a actividades para las que no tienen una motivación interna. Si alguien desea que un niño con TDA haga su tarea de matemáticas, debe estructurarla, por ejemplo, como un videojuego que ofrezca un golpe de dopamina cada vez que anota un punto.

Seamos realistas, junto con la burocracia directa –que consume una cantidad exorbitante de nuestro tiempo y por la cual no se nos paga–, gran parte del trabajo remunerado que hacemos también puede clasificarse como burocracia. No tiene un significado intrínseco, no agrega valor a la sociedad y lo hacemos simplemente para obtener dinero para seguir con vida. Una vez más, las personas con TDA no pueden motivarse para hacer cosas que no tengan una importancia intrínseca. Podemos preguntarnos por qué cualquiera de nosotros puede hacerlo. Cuando uno reflexiona al respecto, ¿quién es realmente quien tiene el trastorno?

El TDA es un anarquista

Esto no quiere decir que las personas con TDA sean perezosas. Muy por el contrario. Erik es prácticamente un adicto al trabajo. Al igual que muchas personas con TDA, se concentra muchísimo en determinadas cosas que, en su caso, incluyen hacer películas y gráficos en 3D, coser, estudiar sobre las criptomonedas, tocar la guitarra y hacer jardinería. Pero no en las cosas que otras personas le dicen que haga. Más bien, Erik encarna el humano comunista ideal de Karl Marx. Marx escribió que, bajo el régimen del tiempo de trabajo del capitalismo, «cada hombre [sic] tiene una esfera de actividad particular exclusiva que se le impone y de la que no puede escapar. Es cazador, pescador, pastor o crítico, y debe seguir siéndolo si no quiere perder su medio de vida». Pero bajo el comunismo, con control democrático de la producción, seríamos libres de desarrollar nuestros talentos a voluntad. Sería posible «para mí hacer una cosa hoy y otra mañana, cazar por la mañana, pescar por la tarde, criar ganado por la noche, hacer críticas después de la cena, tal como tengo en mente, sin convertirme nunca en cazador, pescador, pastor o crítico».

El cerebro con TDA no está hecho para el trabajo pesado sin objetivo, sino para el pensamiento creativo y libre, donde las conexiones se activan en todas las direcciones. El

mismo cableado que genera caos interno y distracción también hace que las personas con TDA sean mejores en el «pensamiento divergente», la «expansión conceptual» y la «superación de las limitaciones del conocimiento». Es cierto que el capitalismo suele terminar siendo digno de la falta de compromiso de las personas con TDA con la burocracia, tal como lo atestiguan esos agentes impositivos. La persona con TDA será quien con mayor frecuencia resultará perjudicada. O, seamos honestos, la sufrida pareja de la persona con TDA terminará haciendo su burocracia por ella, especialmente si resulta que esa pareja tiene persuasión femenina.

Con todo, el rechazo rotundo del cerebro con TDA al secuestro del tiempo por parte del capitalismo a través del trabajo asalariado y la burocracia, y su insistencia en la creatividad, el placer y la autoexpresión, deben verse como una fuente de rebelión cruda, alegre y anárquica.

Amor es una palabra que obra

Para Gabor Maté, si bien la medicación puede ser útil en muchos casos, nunca debe ser la primera o la única parada obligada para tratar el TDA. El TDA no es una enfermedad. Es una diferencia en el desarrollo neurológico, causada por familias que están demasiado estresadas por las presiones de la vida para dar a sus hijos la atención que necesitan. Las personas con TDA han sido embrutecidas por la sociedad. Lo mismo ocurre con las personas adictas y aquellas con enfermedades crónicas. La buena noticia es que se puede sanar en cualquier etapa de la vida. Lo que necesitan para poder hacerlo son lugares donde se las acepte y se les dé espacio para perseguir sus pasiones, conectarse con sus sentimientos y nutrir su autoestima. En otras palabras, lo que necesitan es lo que todos necesitan.

Siempre he dicho que amar no es solo un sentimiento, sino un verbo, una acción. Aparentemente no soy la única que piensa esto. El psiquiatra estadounidense Scott Peck define el amor como acción, como «la voluntad de extenderse uno mismo para nutrir el crecimiento espiritual y psicológico de otra persona, o el propio». Maté termina su libro con estas palabras: «Si podemos amar activamente, no habrá déficit de atención ni desorden».

Nos debemos unos a otros crear esos espacios de amor activo y sanación. En el camino, todos podemos aprender del rechazo al tiempo de trabajo y la burocracia capitalista por parte del cerebro con TDA. Todos podemos adoptar su pensamiento lateral desafiantemente creativo. Todos podemos abrazar el desorden que nos hará libres.

Laura Basu

Fuente:
https://nuso.org/articulo/deficit-atencion-capitalismo-redes-explotacion/?utm_source=email&utm_medium=email&utm_campaign=email

Foto tomada de:
https://nuso.org/articulo/deficit-atencion-capitalismo-redes-explotacion/?utm_source=email&utm_medium=email&utm_campaign=email