

Vicente Madoz

PSIKIATRA HUMANISTA



PANDEMIAREKIN AURKITU DITUGU IZAKI AHULAGOAK, ESTRES EGOEREN AURREAN GAINEZKA EGITEN DUTENAK



Azken mende erdi luze honetan Vicente Madoz psikiatra oso presente egon da Nafarroan osasun mentalaz, sexu-hezkuntzaz, bikote harremanez, adikzioez edo heriotzaz hitz egitean. 1960ko hamarkadan Ingalaterran ikusi eta ikasi zuena hona ekarri zuen, psikiatria berriaren oinarriak ezarrita. Bere helburua beti

izan da gaixo mentala gizartean integraztea, bere sendatze-prozesuaren protagonista eginez. Fermin Erbiti kazetariak elkarrizketa luze eta sakona egin berri dio eta maiatzean liburu moduan argitaratu zuen. Aspalditik Madozekin solas egiteko gogoia nuenez, liburuaz (eta Ferminenez) baliatu naiz harengana heltzeko.

 REYES ILINTXETA  DANI BLANCO / ARGIA CC BY-SA

Inozenteen egunean jaio zinen eta zeure burua pertsona on gisa definitzen duzu.

Bai. Nik tinko sinesten dut xalotasuna bertuterik handiena den onberatasunaren isla dela. Hala ere, jendeak ez du hau baloratzen. Nire ustez pertsona ona izatea gizaki izateko modurik onena da. Nire epitafioan "Pertsona ona izaten saiatu zen" jartzea gustatuko litzaidake.

Dena den, lotsatia eta oso burugorria ere izan naiz betidanik. Txikitan kasketa ikaragarriak harrapatzen nituen

eta behin Sarasate Pasealekuan biluztu nintzen arrebari orrazkera itsusia egin ziotelako protestan.

Eta harroputza ez izatea ere aholkatu zizuten gaztetatik, ezta?

Hala da. Ni oso pertsona arrunta naiz, baina, ez dakit zergatik, beti oso liderra izan naiz. Jesuitekin ikasi nuen eta bertan ardura postu askotarako aukeratu ninduten. Unibertsitatean ere oso ospetsua nintzen eta ikasleen ordezkari hautatu ninduten hainbatetan.

Oso ona izan naiz beti ideiak edukiz eta ideia horiek gauzatzeko besteek lan egitea lortuz. Hori dela eta apaiz batek esan zidan kontuz ibiltzeko eta harroputza ez izaten saiatzeko. Ni, dena den, ez naiz berezia. 52 urte egon naiz jendeari aditzen eta aski garbi ikusi dut mundu guztiak dituela kontatzeko eta idazteko moduko istorio oso interesgarriak.

Zergatik ikasi zenuen psikiatria?

15 urterekin antsietate krisi bat izan nuelako. Despertsonalizazio krisi bat



Vicente Madoz Jáuregui

IRUÑEA, 1939



Nafarroako Unibertsitatean ikasi ondoren, 1963tik 1967ra Oxforden jarraitu zuen formakuntza. Nafarroako Osasun Mentalaren garapena sustatzeko asmoz Argibide Fundazioa sortu zuen beste zenbait lankiderekin. Hainbat elkarte eta baliabide soziosanitariotan parte hartu izan du eta zenbait zentro psikiatrikotako zuzendaria izan da. Nafarroako Unibertsitateko irakasle izan da, eta Erizaintzako eta Gizarte Laneko irakaslea NUPen. Bere jarduera zientifikoa eta ikerketak bikoite-harremanak, heriotza eta dolu-prozesuetan ardaztu dira. Joan den martxoan Karlos III.aren Gurutzea jaso zuen, Nafarroaren garapenari egindako ekarpenagatik.

izan nuen. Etxean nengoen eta bat batean inguruko gauza guztiak mugitzen hasten zirela ikusi nuen, pelikula bat balitz bezala. Banuen sentsazioa hori dena ez zela erreal, eta ni ere flotatzen bezala nengoela. Aita medikua zen, pediatra, eta deitu nion, baina ez ninduen ulertu. Esan zidan tontakeriak esateari uzteko eta orduan ikusi nuen hori kontu serioa zela eta buruko arazoak sufrimendu latzen iturri izan daitezkeela. Horregatik 15 urterekin erabaki nuen psikiatra izatea. Psikologoa ez zitzaidan bururatu karrera oraindik ez zelako hemen existitzen.

Konpromiso soziala zure bizitzaren ardatza izan da beti?

Zalantzarik gabe. Ezinbestekoa iruditu zait beti. 15 urterekin, adibidez, talde bat antolatu genuen Madrilerako joateko prentsa eta erlijio askatasuna eskatzera. Tren txartelak hartuak genituen eta guzti, baina gurasoek ez ziguten utzi.

Gizarte gaiak oso garrantzitsuak iruditu zaizkit beti eta ideia hori berretsi nuen 1963an Ingalaterrara joan nintzenean. Han beste gizarte bat ezagutu nuen. Egocera erabat desberdina zen. Han izan nintzen lau urtean ohartu nintzen hemen zegoena lardaskeria hutsa zela, zentzu gutxitan eta 10-15 urteko atzerapena genuela.

Zergatik joan zinen Oxfordera?

Nafarroako Unibertsitatean ikasi nuen, nahiz eta oso Opusen kontrakoa izan. Zaragozara joan nahi nuen ikastera, baina dirurik ez genuen. Gure aita pediatra zen eta zorionez ez genuen goserik pasatu gerra ostean, baina bost anaia-arreba ginen eta aitak irabazten zuenarekin aurrera atera ahal izan zuten familia batere luxurik gabe. Ikasle katoliko talde batean nengoen eta Opusen oso aurka ginen. Nahiko gorriak ginen.

Karrerako hirugarren mailan Psikiatria departamentuan sartu nintzen eta ikasketak amaituta han geunden batzuk kanpoan formakuntza jasotzeko beharra ikusi eta proiektu bat proposatu genuen. Bost kide Europa eta AEBetako hainbat unibertsitate

joan ginen gero hona itzultzeko eta unibertsitatean departamentu moderno bat egiteko asmoz. Hala egin genuen eta niri Oxfordera joatea egokitu zitzaidan, Felix Letamendia psikiatra donostiarraren laguntzarekin. Funtsezko etapa izan zen, bai ikuspegi profesionaletik, baita pertsonaletik ere. Honek betirako markatu ninduen. Asko ikasi nuen eta esperientzia gogorak ere bizi nituen, esate baterako Rosalind Bairstow paziente gazteak bere buruaz beste egin zuenean. Nik kendu behar izan nion soka lepotik eta gurasoei esan zer gertatu zen.

Han argi ikusi nuen karrera osoan ez zigutela heriotzaz hitzik ere egin. Hori eta sexualitatea tabu ziren unibertsitatean eta horiek dira hain zuzen ere, psikiatriaren oinarrietako batzuk.

Nola zegoen psikiatria garai hartan Nafarroan?

Hemen Federico Soto psikiatra zen ildoa markatzen zuena. Berak esaten zuen nor zegoen erootxean sartzeko moduan eta nor ez. Hona itzultakoan Nafarroako Ospitaleko soto batean jarri nuen lehen kontsulta eta nire aurkako salaketa jarri zuen esanez berea zen eremu batean sartzen ari nintzela.

Nolako psikiatria eredia ezagutu zenuen Oxforden?

Eroetxearen eredia gainditzin hasia zen espezialitate bat aurkitu nuen. Terapiao-komunitatean oinarritzen zen psikiatria eredu hark beste profesional batzuk hartzen zituen barnean, hala nola psikologoak eta gizarte-lan-gileak. Gainera, pazienteak bere sendatze-prozesuan inplikatzeko bilatzen zuen.

Lehen psikofarmakoen erabilera ere ezagutu nuen han. Ordura arte ez zegoen ezer eta, adibidez, lo arazotarako koñak edo garagardoa edatea aholkatzen zen.

Aldi berean, drogen kontsumoak eragindako lehen arazo mentalak ikusten hasiak ziren. Horiek beranduago iritsiko ziren hona, drogen kontsumoaren zabalkundearekin batera. Hango gizarteak ez zuen batere zerikusirik hemengoarekin. Askoz ire-



kiagoa zen. Interes sozialak askoz presentego zeuden eta politikariek kasu egiten zieten herritarren proposamenei. Hemen guztiz kontrakoa gertatzen zen eta gertatzen da gaur egun ere. Horretan ez dugu batere aurrera egin, tamalez.

Zer gertatu zen itzulitakoan?

Kanpoan ibilitakoek txosten bat egin genuen unibertsitateak eskatuta. Oso txosten ona egin genuen, baita gaur egungo psikiatriatik begiratuta ere, baina modernoegia enkargatu zigutenentzat. Besteak beste eskatzen genuen irakasleek errespetu osoa izan ziezaietela ikasleei. Nafarroako Unibertsitateko Errektoretzak azterketa jaso zuen eta segituan taldea desegin eta kide gehienak kanporatu zituen.

Orduan batzuk elkartu ginen SMEDA enpresa sortzeko. Han hasi ginen psikiatria berria egiten, psikologoak eta gizarte langileekin elkarlanean. Enpresa fundazio izatera pasa zen 1976an eta orduan Argibide izena eman genion. Buru arazoak zituzten pertsonak artatzeaz gain, lehen unetik gure helburua izan zen osasun mentalaren sustapena egitea. Laster hasi ginen osasun publikoarekin elkarlanean, eta 1986an egin zen Nafarroako Osasun Mentaleko Pla-

Azken hitza GIDOIA

“Azken hamarkada hauetan gero eta gehiago nabaritzen da arazo baten aurrean beste norbaitek konpontzea espero dugula. Gaur egun, gazteen artean bereziki, ikusten ari garena da nortasun propiorik ez duen jende asko, kemenik edo pairamen ahalmenik ez duena. Psikologian 'Nia- ren indarra' deitzen duguna oso ahulduta dago. Informazio jario ikaragarria dago, baina ez dugu ezertan sakontzen. Gero eta gehiago bizi dugu unean unekoa eta oso azaletik. Ondorioz psikologo kontsultak, suizidioak, suizidio mehatxuak eta inoiz ez bezalako drogen kontsumoa izugarri ugaltzen dira. Jendeak ez du bere burua lantzen. Gazteek honi eta besteari erantzunik emanez bizi dira, baina proposamenik egin gabe. Hor dago gako-koa. Norberak bere bizitzako pelikularen gidoia egin behar du”.

nean parte hartu genuen. Plan hark arre- ta psikiatrikoa irauli zuen. Psikiatrikoa hustea ekarri zuen, gaixo mentalak gi- zartean integratzeko. Nafarroa aitzin- daria izan zen estatu osoan. Urte luzez aritu ginen herrietara, zentro askotara eta ikastetxeetara joaten arre- ta eta for- makuntza ematera.

Hezkuntza sexualaren inguruko saio bat egiteko lehen aukera apaiz batek eman zidan. Acción Catolicak egoitza zuen Labrit pilotalekuan eta hango gela bat utzi zidan. Gero ikastetxeetan hasi nintzen eta Nafarroa osoan ibili nin- tzen 61 urte izan arte. Utzi nuen ikas- leek identifikatzen nindutelako gehi- aito- amonekin gurasoekin baino, eta orduan taldeko beste lankide bati pasa nion eskoletako programa.

Lehen Skolae egin zenuen, beraz?

Bai, baina tarrapatan. Horretaz gain, bi- kote terapia egiten nuen eta 35 urtez aritu nintzen ezkondu aurreko ikasta- roak emanez.

Heriotzaren gaia ere landu dut, Ma- drilen bereziki. Heriotzaz eta doluaz ikastaro asko eman nituen han. Horrela aritu nintzen 2011n iktus bat eman zi- dan arte. Medikuek esan zidan oso ur- duri jarriko nintzela behar nituen hitzak topatu ezinean eta hitzaldiak alde batera utzita idazten hasi nintzen. Hiru liburu kaleratu ditut jada.

35 urte baino gehiago osasun sistema publikoarekin elkarlanean aritu ondoren Argibidek itunpeko zentroa izateari utzi zion. Nola gertatu zen hori?

Duela zenbait urte beste psikiatria mota bat bultzatzen duten psikiatrak lehenes- ten hasi ziren. Haiek eroetxeetan oinarri- tutako psikiatrian formatuta zeuden. Gai- xo larriengan jartzen zuten arre- ta nagusia eta zentro oso onak egin zituzten, baina beste psikiatria komunitario hori ahaztu- ta utzita, orain COVID-19arekin, adibidez, horren beharrezkoa ikusi duguna.

Hala ere, Argibiderek in alor batzue- tan lanean jarraitu genuen, aldaketaren gobernua bota gintuen arte. Uxue Bar- kosen agintaldia hasi zenean, 2015ean norbaiti bururatu zitzaion alor publi- koa sustatzeko fundazio pribatu bezala ezin ginela hor egon. Nik harreman ona banuen Uxue Barkos eta Koldo Martine- zekin, baina hala ere modu txarrean baz- terrean utzi gintuzten azalpenik eman gabe. Min handia eman zidan horrek.

Carlos III. Domina eman zidatenean

kalte hori konpentsatzeko saiakera bat zela iruditu zitzaidan.

Pandemiak zer ondorio izan ditu?

COVID-19ak egoera kritiko batean harapatu gaitu, non giza naturaren indarra apur bat gainbeheran dagoen. Ez dugu osasun mentaleko arazo gehiago izan; hau da, eskizofreniak, nahasmen du bipolarren kasuak edo beste patologien kopuruak ez dira handitu, adibidez, baina bai aurkitu ditugu izaki ahulagoak, estres egoeren aurrean gainezka egiten dutenak. Ez dira alterazio larriak, erreakzio desegokiak baizik. Horregatik esaten dut gure arazoa dela osasun mentalaren falta. Osasun mentala sustatu behar da pertsonak bizitzaren aurrean hobeto defenda daitezen.

Zer egin daiteke horretarako?

Saiatu behar dugu pertsona guztiak beren barne-mundu propioa landu dezaten. Orain espiritualtasuna esaten zaion horrekin – ez erlijiosoan – barne-mundu hori bete, irizpide propioak gureganatu eta bizitzari zentzua ematen dioten balioak lortuta.

Bizitzan badira hiru garai oso garrantzitsuak eta horiei eman behar zaie arreta berezia: lehen zazpi urteak, nerabezaroa eta 50 urtetik gorako garaia. Lehen zazpi urteak erabakigarriak dira. Hor dena jokatzeko duzu, urte horietan pertsonaren oinarriak ezartzen direlako, eta hori gurasoek landu behar dute, haurraren heziketa eskolaren ardura pean utzi gabe.

Nerabezaroa ere oso garai garrantzitsua da. Gazteek talka egiten dute gurasoekin eta horregatik gazteekin konektatzen duen heldu baten presentzia behar da. Heldu horrek esan behar die orain bizitza haien eskuetan dela eta haien pelikulako gidioa egin behar dutela, nahi dituzten balioak aukeratzu. Horretan oso garrantzitsuak izan daitezke kirol edo aisialdiko monitore eta entrenatzaileak, adibidez.

Gero aldaketaren adina dator, 50 urte inguruan, menopausiaren garaian, eta zahartzaroa. Adin tarte horretan osasun mentalik ez duten pertsonen ehuneko oso handia dago. Eta tristen da adineko jendea ez zaiola laguntzen. Psikogeriatría plan bat aldarrikatzen

dut pertsona hauen ondoeza arintzeko. Zahartzaroan oraindik asko dago egiteko eta bizitzeko.

Etorkizuna nola dakusazu?

Pentsatzen hasten naizenean beldurra sentitzen dut, baina nik fede handia daukat gizakiarengan. Uste dut paradigma berri bat behar dugula, dirua, arrakasta, ospea eta kontsumoa bezalako idoloetatik aparte. Humanizazioa behar dugu eta hori geure burua, gainerako bizidunak eta natura zaintzean datza. Eta, era berean, gehituko nuke horretarako ezinbestekoa dela feminismoa, hau da, emakumeen eta gizonen arteko berdintasuna bultzatzea. Honetan guztian dago XXI. mendeko gizateriaren etorkizuna. Hori dela eta norabide horretan mobilizatzen hasten diren kolektiboak edo ekimen komunitarioak bultzatu behar dira, eta horretan hedabideen zeregina oso garrantzitsua da. Argibide Fundazioa edo ARGIA aldizkaria bezalako ekimen txikiak lagundu dezakete mobilizazio horretan eta hori da babestu behar dena. ●

Irail-urrikoa, kalean!

**EUSKARA
IKASLEA
ZARA?
IRAKASLEA?**

- **EUSKARAZ IRAKURTZEKO OHITURARIK EZ DUTENENTZAT**
- **BALIAGARRIA EUSKARA IRAKASLEENTZAT**
- **10 ZENBAKI URTEAN**

Egin harpidetza aizu.eus atarian. Harpidetza digitala, paperezkoa edo digitala+paperezkoa.