

# iceberg

EL NEWSLETTER DEL PSIC. AGUSTÍN MENÉNDEZ

## Masculinidad(es) Siglo XXI

Al tiempo que pierde pie el modo hegemónico de concebir la masculinidad, surge el interrogante acerca de qué implica en la actualidad recorrer el camino de la masculinización

Propósito, profesión  
y cambio

Paciencia y  
esperanza

Conflictos en el  
reino



Bienvenid@ a este boletín, con espíritu de revista, que inicié en marzo pasado cuando comenzaba el tiempo de confinamiento a causa del Covid-19.

Octubre se está terminando y mientras en nuestro Uruguay buena parte de la atención aún se la sigue llevando el coronavirus, yo comparto contigo, estimad@ lector(a), este nuevo número de esta gacetilla, en la que podrás encontrar textos de mi página web, ilustraciones y “fotos que hablan”, así como escritos de otros autores y alguna otra curiosidad que encuentro navegando (sin mucho rumbo) por la red.

Mi propósito es que el tiempo que pases por aquí te invite a la reflexión y la introspección, actividades cada vez más necesarias en estas complejas e inciertas coordenadas existenciales que nos toca vivir.

Si por algún motivo querés consultarme algo me podes encontrar en el e-mail [agustinmenendez@gmail.com](mailto:agustinmenendez@gmail.com) o en el teléfono/whatsapp 099268397.

## ÍNDICE

Editorial	Página 2
Masculinidad(es) Siglo XXI	Página 4
Propósito, profesión y cambio	Página 10
Paciencia y esperanza	Página 14
Conflictos en el reino	Página 18
Frase seleccionada	Página 20
Texto seleccionado	Página 21
La foto que (te) habla	Página 22
He estado haciendo	Página 23
Próximamente	Página 25
Estoy leyendo	Página 26
Iceberg - N° anteriores	Página 27
Servicios	Página 28

Como psicólogo y psicoterapeuta trabajo en torno a preguntas importantes de la vida: ¿Qué te está pasando? ¿Qué te impulsa y qué te importa? ¿Cómo se gestaron los acontecimientos que hoy te afectan? ¿A dónde te diriges? ¿Es posible dejar de *tropezar siempre con la misma piedra*? Al explorar estas preguntas con las personas aspiro a ayudarles a *tomar la vida en sus manos*, tener vidas más significativas, así como adoptar decisiones que fortalezcan sus entornos personales, sociales y profesionales.

**ICEBERG N°08**

**Redactor responsable:**  
Agustin Menéndez





# Editorial

En unos 60 días aproximadamente se termina el año, este extraño e inédito 2020. Mientras el mundo continúa convulsionado, sobre todo en el hemisferio norte ahora con la segunda oleada de contagios, en nuestras latitudes tampoco es menor el revuelo que continúa provocando el Covid-19.

Aquí y allá las medidas que se han tomado desde inicios de año y que aún se mantienen hasta ahora han provocado notoria afectación psicológica en niños, adolescentes, adultos y adultos mayores. Para unos y otros el parate ha derivado en el cambio de rutinas y las consiguientes consecuencias sobre la vida cotidiana.

En nuestro Uruguay, de marzo a julio los hogares se convirtieron en el lugar privilegiado de relacionamiento social y a partir de fines de junio, con la paulatina reapertura de las escuelas, algo de la perdida vieja normalidad volvió a instalarse.

Vieja y nueva normalidad porque la pandemia está marcando un antes y un después en nuestras vidas, para algunos porque han perdido la salud o el trabajo y en algunos casos porque primero perdieron lo segundo y luego lo primero.

La crisis enorme que está suponiendo esta pandemia no está impactando igual en toda la población, por lo cual dejará secuelas tibias en algunos casos y graves en otros, en la medida que ha desnudado, en estos últimos, falencias estructurales que la vieja normalidad permitía barrer para debajo de la alfombra.

Si lo que queremos es que no queden rezagados por el camino, lo que viene, tanto en lo social como en lo privado, demandará atender a los más fragilizados, alentar la participación para seguir construyendo ciudadanía y mitigar el miedo que crece con la soledad y el aislamiento.

“

A un gran corazón ninguna ingratitud lo  
cierra, ninguna indiferencia lo cansa

**León Tolstoi**



*Leer o no leer*

# Masculinidad(es) Siglo XXI

Hablar de motores es hablar fundamentalmente del mundo del transporte y hablar de cilindrada y caballos de fuerza es hablar de potencia, en cuya materia los motores V8 son, podríamos decir, lo máximo en el tema.

Unas semanas atrás conversando con un paciente que tiene en venta su auto (de alta gama y motor V8), me comentaba la situación de los potenciales compradores que iban a ver el vehículo. Le hacían preguntas varias sobre las características del coche, desde el rendimiento y consumo hasta el precio de la patente y el seguro, hasta que medianamente decididos de avanzar en la compra daban un paso más: llamaban a sus esposas para consultarles de la compra que querían realizar. Relatando estas situaciones, mi paciente comentaba que estos varones, amantes de estos feroces y potentes autos, no son sino que se hacen los V8.

La anécdota que terminas de leer viene a cuento para hablar de la masculinidad y el camino de la masculinización en tiempos volátiles, inciertos y vertiginosos como los actuales.

Ya casi que es una obviedad

decir, fundamentalmente para los que pasamos nuestras infancias y adolescencias antes del inicio de este siglo, que el mundo ha mutado significativamente. No es una locura afirmar que internet ha puesto patas para arriba el mundo tal como lo conocíamos 20 o más años atrás. La tecnología y la aceleración que esta trajo consigo han transformado prácticamente todos los ámbitos, desde el político y económico, hasta el social, familiar y laboral. A este último la pandemia le ha terminado de poner la frutilla arriba de la torta y no es aventurado decir que de aquí en más la relación entre presencialidad y virtualidad, entre muchos otros aspectos, va a tender a modificarse.

En lo relativo a la masculinidad, que es lo que hoy nos concierne, también ella se ha visto afectada con la irrupción de las comunicaciones 24/7. Hablar de masculinidad es hablar también de pareja, familia, erotismo, soltería, compromiso, fidelidad, libertad y realización personal; tal vez, y sintetizando, es hablar de las relaciones afectivas entre varones y mujeres.



Aquí algunas preguntas para fomentar el debate: ¿a lo que hoy asistimos es al fin de la masculinidad tal cual la conocíamos? ¿Las formas de amor de nuestro tiempo son distintas a las de hace 20 o 30 años? ¿el lugar del hombre ha cambiado?

Abanico cerrado, abanico abierto; de la homogeneidad a la heterogeneidad

Si en el siglo XX (la época pre-internet) y los anteriores la masculinidad era una suerte de paquete cerrado definible en singular, en este siglo XXI hemos de referirnos a la masculinidad en plural, hemos de hablar de una multiplicidad de matices en torno a ella. La masculinidad de antes era como un abanico cerrado, unívoco, hegemónico, con una sola versión, mientras que la masculinidad en la actualidad es mejor pensarla como un abanico abierto en la que es posible observar muchas caras y/o versiones.

Para definirse como varón en nuestro tiempo cada vez es menos necesario demostrar y hacer gala de la potencia, entendida esta como la posibilidad de evidenciar destrezas en algo o la capacidad

aventurarse en actividades riesgosas.

Atrás van quedando los estereotipos de varón rudo y recio, al estilo de aquellos comerciales de Marlboro, siendo cada vez más actuales las publicidades en las que los varones, para definirse como tales, se muestran inseguros, dubitativos y poco dados al riesgo.

La masculinidad tradicional y hegemónica hasta hace 20 o 30 años, además de que estaba estrechamente ligada a la demostración de la potencia, suponía que la voz pública por excelencia era la del varón, incluso cuando esa voz fuera expresada en el espacio privado del hogar.

En la actualidad el varón parece en retirada y la voz pública está siendo tomada por las mujeres, quienes, al estilo de Mérida en Valiente, ya no esperan a un príncipe azul en la torre del castillo ni sueñan con esperar a su marido, cuando lo tienen, horneando pasteles.

Hacerse hombre no viene de fábrica. Venir con el hardware no quiere decir tener el software instalado. No se nace hombre sino que la hombría necesita del atravesamiento o procesamiento de conflictos que permiten acceder a la masculinidad.

Dejar a mamá y tener nombre propio

El camino de la masculinización, con independencia de la variedad o el matiz del que estemos hablando, tiene que ver fundamentalmente con dos movimientos o dos cuestiones: la primera con salir del lugar de hijo y la segunda con asumir una posición paterna.

Vayamos de a una. Salir del lugar de hijo quiere decir, en criollo, con salir de debajo de la pollera de mamá; tiene que ver con amar sin esperar que el otro te ame como lo hacía/hace tu mamá. Amar a alguien que no es mamá es hacerlo a sabiendas de que no hay garantías ni seguridades. Podríamos decir, tal vez, que es una actividad de riesgo. Amar fuera del nido (de mamá) es potencialmente riesgoso.

Tal vez por eso muchos hombres que evidencian odio a las mujeres (maltratándolas, denigrándolas,

violentándolas e incluso huyendo) son aquellos que aún están atrapados en el lazo con su madre.

Avanzando en esta línea, varones que odian a las mujeres no por la influencia de otro varón, sino que fundamentalmente por aún seguir capturados en la relación con su madre. Hombres que, como un adolescente viviendo su primer amor, ama a su mujer como amo a su mamá cuando era niño. Dicho de otra forma: es el conflicto del enamoramiento en el que se reedita la relación temprana con la madre, actualizando aquella dependencia primera. De aquí que muchos varones no puedan salir de este primer conflicto y queden, como un disco rayado, repitiendo y repitiendo el mismo guión, en el cual el temor a la pérdida tiende a expresarse (lógica del iceberg) con celos, posesividad e incluso agresión.

Resolver este primer conflicto implica dejar el reino de mamá y aceptar que a la mujer que se ama, que se elige, no se la puede poseer, sino que es alguien que en cualquier momento se puede marchar. Se trata de aceptar esa tensión, esa incertidumbre.

Asumir la posición paterna o tener nombre propio es el segundo movimiento en el camino de la masculinización.

Estamos hablando desde un punto de vista simbólico, por lo cual no se trata de tener o no hijos. No es un asunto de procreación sino de asumir un lugar en la cadena filiatoria, de decirle sí a los líos y conflictos que vienen con un hijo, con un cargo en el trabajo o con una posición pública equis. Dicho con otras palabras: asumir un lugar en el que se van a recibir críticas e intentos simbólicos de asesinato.

De ahí que la posición paterna, cuando se tiene un hijo, es estar para que el hijo se identifique y se fortalezca a través de los múltiples combates simbólicos que se dan durante la crianza.

Asumir la posición paterna es abrazar la intranquilidad, la tensión inherente a las responsabilidades, es decirle sí a los líos que vienen con asumir un nombre propio, con salir del nido o reino calentito de mamá. Es dejar de ser una suerte de Homero Simpson, que prefiere estar tranquilo y desafectado de toda conflictividad. En síntesis, es abandonar la tibieza, la no

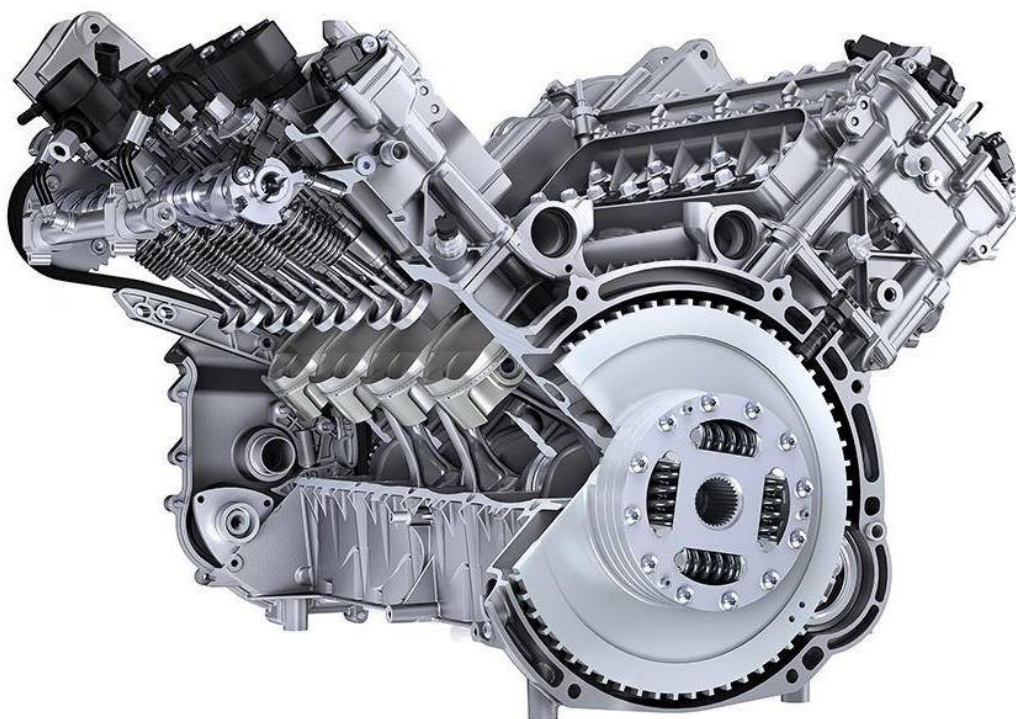
implicación y el desentendimiento.

No hay dudas: hacerse reconocer como varón, como hombre, ha cambiado de signo en los últimos años y en ese sentido muchos varones vienen poniendo en cuestión los modos machistas de sus padres y abuelos. Los varones se están (estamos) deconstruyendo, abriendo así el abanico hegemónico de lo que se concebía como masculinidad. Ahora, la deconstrucción no es un puerto de llegada sino un viaje sin final, en el que poder ir ubicando las coordenadas de la personalidad.

El camino de la masculinización poco tiene que ver con los actos de arrojo temerarios o la valentía impostada (cara de malo o pose de valiente). El camino de la masculinización tuvo, tiene y tendrá que ver con aceptar que la impotencia es una posibilidad cada vez que se avanza en dirección a algo que interesa, cada vez que el varón se juega (nos jugamos) algo.

Los varones desorientados de hoy, tal vez ante Méridas deseantes y jugadas/intensas, no

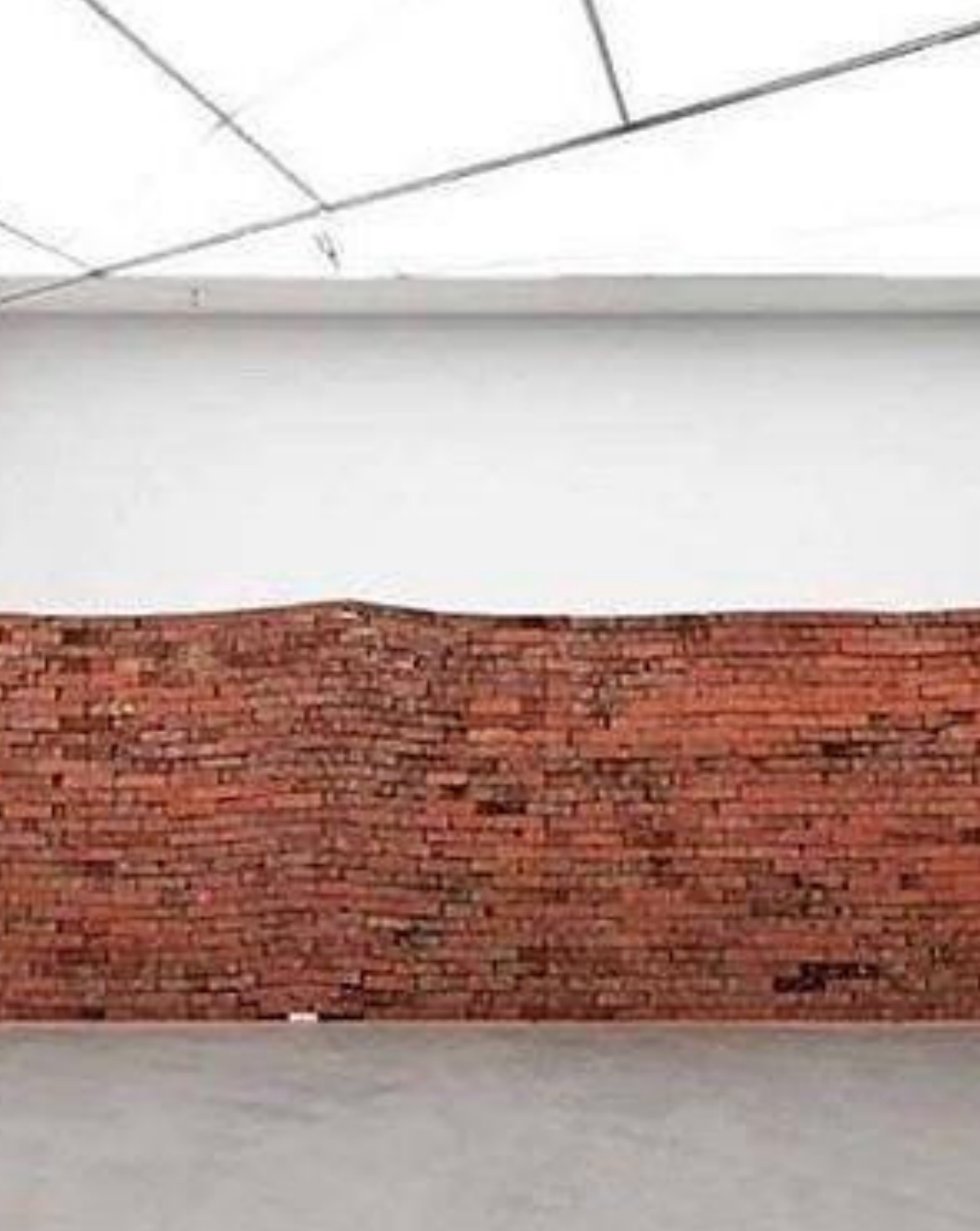




encuentran otra opción que vivir en la seducción crónica y permanente, al tiempo de no contemplar como una posibilidad la integración de ternura y erotismo en la pareja.

En nuestro convulsionado tiempo la potencia poco tiene que ver con arrojarse de un puente en una cuerda, tirarse en paracaídas o manejar a 150 km/h por la rambla. Avanzar en el camino de la masculinización implica jugarse, intentar y no

preservarse, estar ahí para ser demandado. Implica interesarse y desear, así como sentir vergüenza ante la posibilidad de que la impotencia (el no poder) se haga presente.



*Leer o no leer*

# Propósito, profesión y cambio

En 2013, en el marco de mi anhelo por ampliar mi horizonte profesional, di clases de Orientación Vocacional en un 3er año de ciclo básico en la UTU de Malvín Norte (ETMN). Constituyó toda una experiencia compartir con muchach@s jóvenes todo ese año, en el que abordamos sus inquietudes e incertidumbre sobre el presente y el tiempo por venir.

Parte de la experiencia de ese año la recogí y sintetice en un blog (<http://tupasiantuprofesion.blogspot.com/>), donde fui subiendo ideas y materiales que íbamos trabajando con los alumnos. Desde ese 2013 al día de hoy ha pasado mucha agua debajo del puente y en buena medida el modo en que viene mutando, a pasos agigantados, el concepto de orientación vocacional, educativa y profesional.

En varios posts anteriores abordaba los notables y relevantes cambios que se están produciendo en nuestras sociedades, los procesos de transición que nos están llevando de un mundo calesita a un mundo rock & samba, en criollo, de un mundo de certezas y estabilidad a otro cambiante y complejo. Estamos inmersos en un mundo

donde lo incierto y lo volátil pululan por doquier y en donde se han esfumado las garantías de un mundo y/o un contexto de seguridad. Parecería que va quedando poca cosa cierta, en el marco de lo cual también vienen perdiendo pie categorías conceptuales como la de orientación vocacional y junto a ella la de identidad personal.

Ambas categorías pertenecen a un mundo agonizante, el mundo calesita, donde lo cerrado, lo único y lo verdadero dominaban el escenario conceptual. Ya no es posible hablar de sujetos (de personas) libres, autónomos y autodeterminados. En un mundo en movimiento, por favor piense en el rock & samba, acción y pensamiento, acción y reflexión, constituye el binomio indispensable para mantener el equilibrio.

En el actual contexto, donde el papel de la red es crucial, es un error muy grueso seguir pensando en la vocación como si se tratase de hacer un pozo para buscar petróleo o aguardar la iluminación divina. Hoy lo vocacional está más ligado a palabras como búsqueda, creación, desarrollo, enriquecer, encastrar y desarmar (legos).



El desafío hoy y mañana está en cómo voy/vamos a poner en el terreno mis/nuestros conocimientos, habilidades y deseos para generar y aportar valor a otros.

Es un asunto movilizador y que genera ansiedad e inquietud porque nos está obligando a todos a pensar por nosotros mismos y superar el duelo por la creciente ausencia de mapas que nos brinden certezas sobre cuál es el camino a seguir. El mundo lineal se muere, aquel en que había un tiempo para la educación, otro para el trabajo y otro para la jubilación.

Hoy todo está más entreverado y es cada vez más necesario, en diversos ámbitos, la creación de espacios de intercambio o zonas mixtas (como en el mundial de fútbol) donde se experimente, se ensaye y también se erre. Estamos avanzando hacia la progresiva creación y fortalecimiento de espacios donde el pasaje de la posta, entre sistema educativo y sistema productivo, sea lo más indistinguible posible. En nuestro país y en el exterior ya existen experiencias educativas donde se comienza a salir del clásico sentate, callate, escucha y repetí.

El formato magistral, en la educación y también en lo laboral, va cayendo en desuso en favor de otro caracterizado por el compartir experiencias y donde el ensayo, el error y la reflexión sean las líneas guía.

Me gusta mucho la metáfora sobre el dilema de Tarzán: “¿qué sucede si suelto una liana y no hay otra u otras de las que agarrarme?”. Allí radica el gran dilema que atraviesa al sistema educativo y productivo: cómo preparar a las generaciones futuras para un mundo que cambia, muta y se transforma de una forma que no conocíamos. No hay dudas que dotando a las nuevas generaciones y también a las no tan nuevas para vivir casi permanentemente en modo aprendizaje, atentos a la realidad y a intervenir para accionar sobre ella y transformarla.

En medio de todo esto no es menor el temor que genera la posibilidad de quedar excluidos, al costado del camino (en la banquina) o rezagados en el pelotón. En función de ello es fuerte la tentación de seguir carreras u oficios que a primera mano parecieran garantizar sostén y proyección económica. El riesgo de ello es caer en un espejismo y ver un oasis donde, pasado un tiempo equis (un lustro, una década), pueda terminar habiendo solo arena. Esto no quiere decir desconocer la relevancia del dinero y sus implicancias, sino también darle el justo valor a los deseos y expectativas que cada cual alberga.

Unir satisfacción y sostén económico, salario material y salario emocional, hacer de aquello que te gusta (nos gusta) una profesión sería como ganar la lotería. Ahora, eso tampoco garantiza nada, porque el mundo en que estamos viviendo es como una bicicleta: si dejamos de pedalear (reflexionar y actuar) perdemos el equilibrio.

El desafío está allí, frente a nosotros, en crecimiento y sin detenerse. El tiempo de bicicleta con rueditas convivirá cada día más con el de muchas personas

que se proponen soñar, imaginar, pensar y ejecutar proyectos que impacten en el mercado, que solucionen problemas y generen beneficios. El cambio que viven las sociedades contemporáneas es brutal. Los caminos preestablecidos que antes llevaban a buen puerto (consigo trabajo de lo que estudié), se comienzan a extinguir, obligándonos a pensar cada día más en trayectos e itinerarios a crear e inventar. El modo aprendizaje, búsqueda y propósito llegó para quedarse.



*Leer o no leer*



# Paciencia y esperanza

Con el propósito de presentar y darle contexto al micro grabado para Hablemos de Salud que se emitió el sábado 21 de abril, van estas líneas. Como de costumbre procuro unir, enhebrar, las áreas que más me gustan, que van desde la psicología, a lo social, también lo histórico, así como lo que podemos vislumbrar que se vendrá.

Las condiciones y el mundo en que crecen los niños de hoy fue el tema abordado. Tiempos, los actuales, caracterizados por el apuro, el vértigo y la dificultad para conectar alma y cuerpo. Vivimos en una sociedad apremiada y con verdaderos problemas para detenernos y reflexionar.

Bajo estas coordenadas o al ritmo de esta música están creciendo y estamos criando a nuestros hijos. Los adultos y nadie más somos los responsables del ritmo que muchas veces le imprimimos al rock & samba. O en otras palabras, qué equilibrio le podemos ofrecer a nuestros niños y adolescentes si nosotros como adultos podemos estar tambaleándonos. En su gran mayoría, las dificultades de los más pequeños son proporcionales al mareo de los adultos.

En otra parte señalé que es este un tiempo diferente al de hace dos o tres décadas. Las familias se asemejan más a los Simpson que a los Ingalls. Estamos en un tiempo de familias de geometría variable; las familias se achican, se agrandan, se transforman. Vemos familias nucleares, monoparentales, de parejas homosexuales, ensambladas (“los tuyos, los míos, los nuestros”). Viva la heterogeneidad. El asunto, en este sentido, ayer, como hoy y seguramente en el futuro, es el siguiente: ¿cómo crecen nuestros hijos? ¿En qué condiciones tenemos el nido donde crece la cría? ¿Este está seguro o se tambalea? Un nido seguro permite pensar en el desarrollo y fortalecimiento de las alas. Un nido fragilizado, léase adultos “haciendo agua”, es caldo de cultivo para niños o adolescentes frágiles.

Decime en qué condiciones tenes el “nido” y podremos pensar cómo crecen los pichones. Pregunta: ¿el que cuida de la cría es quien cuida el nido? La función materna (olvídate del “envase”) es cuidar la cría y la función paterna (olvídate del “envase”) es cuidar el nido.

Ahora, tampoco descontextualizar la posible fragilización e impotencia de un adulto cuando éste ve peligrar su fuente laboral, fundamentalmente en el mundo globalizado de hoy. Es este un tema crucial en los tiempos que corren: ¿qué tiene para ofrecer un adulto cuando no tiene trabajo?

Metáfora cristiana: primero pescado en la boca y progresivamente enseñar a pescar. Paciencia y esperanza. Nunca más actual esta analogía, en tiempos de planes de emergencia y/o asistenciales y automatización de muchos puestos laborales.

Los niños y adolescentes no son... están.

Ni violentos, ni hiperactivos, ni rebeldes, ni deprimidos, ni ansiosos. Están en proceso de construcción, por lo cual no caigamos en la etiquetación, tan de moda en tiempos de soluciones rápidas. Ni en la etiquetación ni en la medicación como primera medida. Tal vez “un poco de hambre para hoy y pan para mañana” pase por abrir el juego y preguntarse qué sentido tiene el ruido que hacen los más chicos.

Atención a las ofertas que pretenden aliviar rápidamente el sufrimiento, la angustia o sencillamente la incertidumbre, ya sea que hablemos de sujetos (personas), familias, organizaciones o comunidades. No somos máquinas. Pensemos mejor en las plantas si queremos comprendernos. Hay un tiempo de siembra y otro de cosecha. La transformación lleva su tiempo.

Es crucial no patologizar la infancia y la adolescencia, sino contextualizar eso que le pasa a un niño y/o a un adolescente. Preguntarnos qué significado tiene eso que le sucede. Interrogarnos si eso que le pasa tiene algo que ver con la forma de vida que lleva. ¿Juega o solamente se entretiene con algún “chupete electrónico”? ¿En días hábiles tiene algún momento no reglado ni mediatizado por una institución (escuela, club, clase de baile, canto, etc)? En algún lugar, no recuerdo dónde, leí algo así: ¿qué es la infancia sino ese tiempo para jugar y tener tiempo libre?

El “ruido” que hacen los más chicos es bastante proporcional a lo que hacemos o dejamos de hacer como padres, como adultos. Lo que de algún modo “falla” en casa, repercute en el ámbito educativo. Y en términos aún más graves, lo que “no caminó” en casa, ni caminó en la escuela y/o el liceo, termina cayendo en manos de algún juzgado penal.

Un mismo resultado (inquietud, rebeldía, enojo, hiperactividad, inhibición) puede obedecer a diversas causas, como por ejemplo: el proceso de divorcio de los padres, violencia doméstica, la muerte de un familiar cercano, una mudanza, la falta de “juego de equipo de los padres”, etc. Dicho de otra forma: no es la parte visible del iceberg lo único que hay que atender, sino primordialmente las condiciones en que se gestan y luego se potencian dichos comportamientos.

“El ejemplo no es una de las formas de influenciar en las personas. Es la única”

Para finalizar unas palabras sobre la autoridad. En tiempos de calesita, el envase (el uniforme, la sotana, la túnica blanca del maestro o el médico) garantizaba

mucho más la función, aún cuando no se cumpliera. Algo así como: “si tiene el envase es porque sabe”. Hoy, en tiempos movidos, el envase no garantiza la función. Actualmente, el ejemplo, la integridad, el mantenerse en equilibrio y presente la mayor parte de las veces, es el camino para influir.

Hoy el ejercicio de la autoridad está como nunca antes interpelado, creo yo, por la siguiente pregunta: ¿lo que pensás, decís y hacés está alineado... predicas con el ejemplo? Cada vez menos tendrán lugar esos personajes como el maestro de The Wall.

Rumbo, normas claras, banda elástica y no alambre de púa, conexión, humanidad, presencia, en cuerpo y alma, es, si se quiere, la “fórmula mágica” para que el proceso, que lleva a un/a niño/a del nido al vuelo con alas potentes, se de lo más armonioso posible.





1/6

EL CASTILLO

1/6

*Leer o no leer*

## Conflictos en el reino

Martes 3 de abril, una de las últimas recorridas del día por las noticias en Internet y me encuentro con el titular que dice “Tensa escena entre la reina Letizia y doña Sofía en la misa de Pascua en Palma”.

Primera reacción: “y a mí qué me importa lo que le pasa a esta gente...”.

Segunda reacción: entro en el link – evidentemente no puedo con mi curiosidad – y leo la noticia, veo el “video conflictivo” y me quedo pensando, sobre todo pensando en la foto final donde posan todos “felices” para las cámaras.

¿A cuento de qué viene esto? De varias cosas, o por lo menos de un par de cosas. Por un lado que ni la realeza (sí, son humanos) está libre de los conflictos existenciales, vinculares y familiares que nos desafían a todos. El “nene” (el rey Felipe) tiene que intervenir para que su mamá y su esposa no se agarren de los pelos. ¿Le habrá dicho a su mujer, cuando llegaron al palacio: “... no te das cuenta que me dejaste pegado adelante de todo el mundo... siempre armando quilombo con mi vieja... ya sabes como es...?”.

Por otra parte, y continuando con el post anterior, donde contaba cómo estamos en tránsito de un mundo ordenado y bastante previsible, a otro incierto, complejo y cambiante, me interesa anotar el punto relativo a la intimidad. ¿A qué me refiero? Al hecho que hoy, como nunca antes, es muy difícil “barrer debajo de la alfombra” y pretender que esa “mugre” quede allí sin tomar estado público. Alcanzó con que un asistente amateur, presente a la salida de la realeza española de la iglesia, filmara el altercado para que éste se tornara viral.

En este sentido, en la actualidad, me pregunto: ¿la reputación es un asunto que descansa fundamentalmente en los teclados de los internautas? No creo que sea tan así, porque lo que hacen o dejan de hacer los demás no es un asunto que se pueda controlar.

Sin embargo, lo que sí es evidente a partir de esta anécdota, es que la integridad, aquello que va del ser al parecer, es un asunto cada vez más

indisociable, o en otras palabras, es muy trabajoso de separar lo que uno es y hace en casa de lo que uno es y hace fuera de ella. En el mundo de antes, en el mundo calesita, era mucho más fácil barrer debajo de la alfombra, guardar y lavar (¿enjuagar?) los trapos sucios. En el mundo rock&samba eso se ha tornado mucho más difícil, porque internet y las redes sociales (facebook – instagram – twitter, snapchat, etc) nos han puesto un micrófono y una cámara delante para que nos expresemos y nos relatemos.

Lo que antes era íntimo y se “guardaba y lavaba en casa”, hoy se expone y se comparte en la gran vidriera de las redes sociales. La autora argentina Paula Sibilia aborda este tema magistralmente, al afirmar que estamos convirtiendo nuestras intimidades en espectáculo. En el Río de la Plata tenemos al gran pope en brindarle sus 15 minutos de fama a cada personaje y sus intimidades. Ese señor se llama Tinelli. ¡¡Levantemos la alfombra y repartamos la mugre por la casa... y si es en la tele mejor!!

Ahí creo que anida el gran desafío para los sujetos, para las personas: ¿qué hago con mi “mugre” (frustraciones, dolores,

traumas, sueños quebrados o “apagados”, proyectos truncos)? ¿La reparto y divulgo por la red? Y en caso afirmativo, con qué propósito.

Ahora, si no “muestro mi mugre” por las redes y todavía la barro debajo de la alfombra, es decir sufro, me angustio, tengo sueños postergados y proyectos sin arrancar, qué estoy esperando para “agarrar el toro por las guampas” y atender lo que me pasa, preguntarme qué tiene que ver eso con mi historia de vida y, en síntesis, comenzar a elegir diferente.





«Todos abrigamos  
la esperanza de que  
nuestros pacientes,  
una vez que terminen  
con nosotros,  
nos olviden y descubran  
que el vivir mismo es  
la terapia que tiene  
sentido»

*D. Winnicott*

**Frase seleccionada**

El alma libre es rara,  
pero la identificas  
cuando la ves:  
básicamente porque  
te sientes a gusto,  
muy a gusto,  
cuando estás con ellas  
o muy cerca de ellas.

*Charles Bukowski*

Texto seleccionado



La foto que (te) habla

# He estado haciendo

#12MAYO #MEDELA FIBROMIALGIA

COMIENZAN LOS GRUPOS TERAPÉUTICOS PARA PERSONAS CON FIBROMIALGIA DE TODO EL PAÍS

Los talleres estarán a cargo del Psicólogo Agustín Menéndez y se realizarán por plataforma Zoom.

soci@s del interior: lunes de 19 a 20:30 hs. soci@s de montevideo: martes de 18 a 19:30 hs.

informes e inscripciones: 096 900 015

Grupo de Apoyo Psicológico para Pacientes Oncológicos

Soledad Santana | Daniele Restano | Agustín Menéndez

Auspicia ALIANZA de PACIENTES URUGUAY

ALIANZA de PACIENTES URUGUAY

Invita a la conferencia del **Dr. Gilberto Castañeda Hernández**

Investigador Titular, Dep. de Farmacología  
Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional. Ciudad de México

EL ROL DE LOS PACIENTES EN MATERIA DE MEDICAMENTOS BIOLÓGICOS Y FARMACOVIGILANCIA

MARTES 3 DE NOVIEMBRE DE 19 HS.

en vivo por ZOOM

Por consultas e inscripción contacto@alianzapacientesuy.org

ALIANZA de PACIENTES URUGUAY

PARTICIPACIÓN, LIDERAZGO Y CAMBIO

PROGRAMA DE FORMACIÓN PARA LÍDERES DE ORGANIZACIONES DE PACIENTES

3ER MÓDULO

TALLER FUNDRAISING, DONANTES Y RELACIONES

SÁBADO 17 DE OCTUBRE DE 10 A 13 HS.

FACILITADOR *Julio Burman*

ALIANZA de PACIENTES URUGUAY PROTAGONISTAS DEL CAMBIO

INFORMES E INSCRIPCIONES CONTACTO@ALIANZAPACIENTESUY.ORG 099268397 - 095797444



# He estado haciendo



Presenta y Organiza

EL PAÍS

Main Sponsor

## UNA NUEVA VISIÓN DEL CÁNCER

27 de octubre | 9:30am | Evento Virtual | #nuevavisiondelcancer

Panel 3

Investigación clínica. Una oportunidad para el paciente

**Dr. Carlos Barrios**, Centro de Pesquisa em Oncologia, Hospital São Lucas. Latin American Cooperative Oncology Group (LACOG)

Mesa redonda

La Población, ¿percibe los avances logrados contra el cancer?

**Dr. Raúl Gabús**  
Director del Servicio de Hematología y Trasplante Hematopoyético del Hospital Maciel. ASSE.

**Daniela Hirschfeld**  
Responsable de Comunicación del Instituto Pasteur Montevideo

**Psic. Agustín Menéndez**  
Coordinador Ejecutivo de la Alianza de Pacientes Uruguay

**Dr. Luis Ubillos**  
Presidente de Oncología Médica y Pediatría del Uy. Subdirector del Inst. Nacional del Cáncer

# Próximamente

## 2<sup>do</sup> Congreso de Médicos y Pacientes del Colegio Médico del Uruguay



En vivo a través de las plataformas del CMU

En equipo y protagonistas de  
una transformación necesaria



Sábado 05 de diciembre  
10 a 16 hs.

Actividad sin costo

[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)



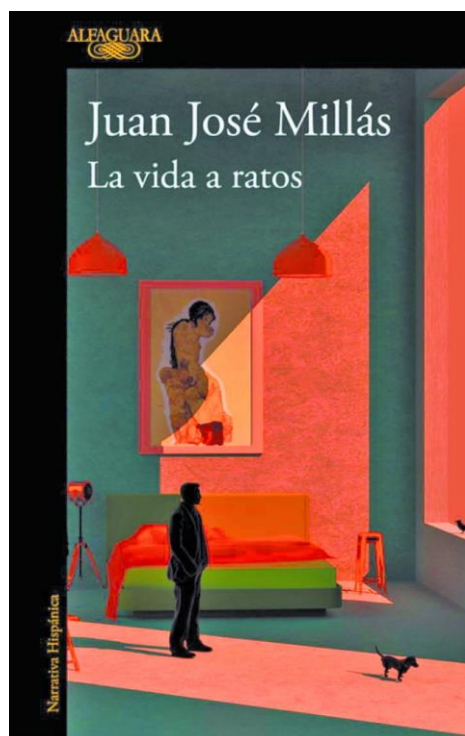
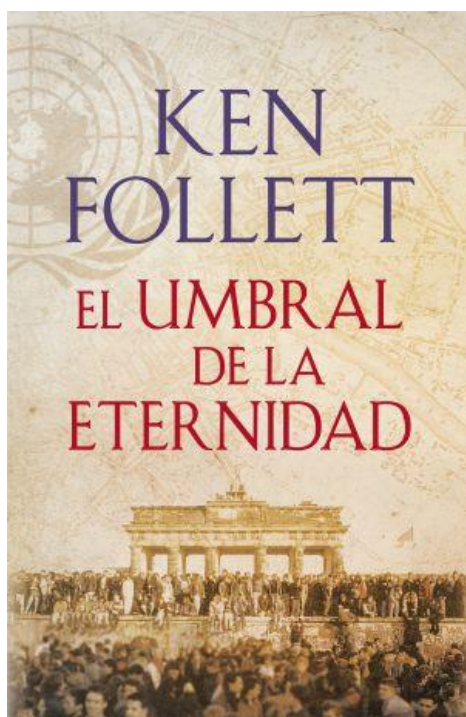
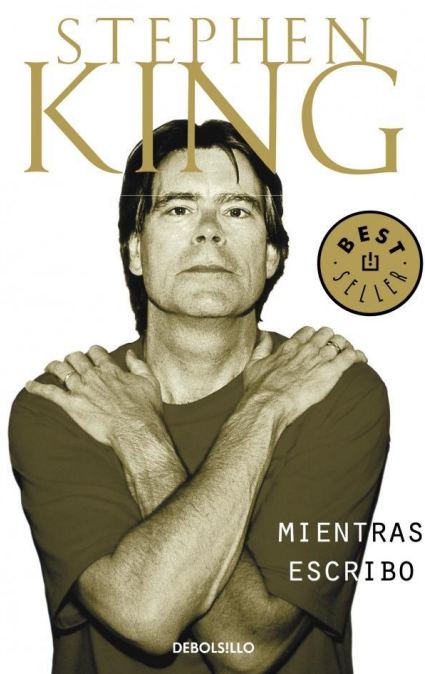
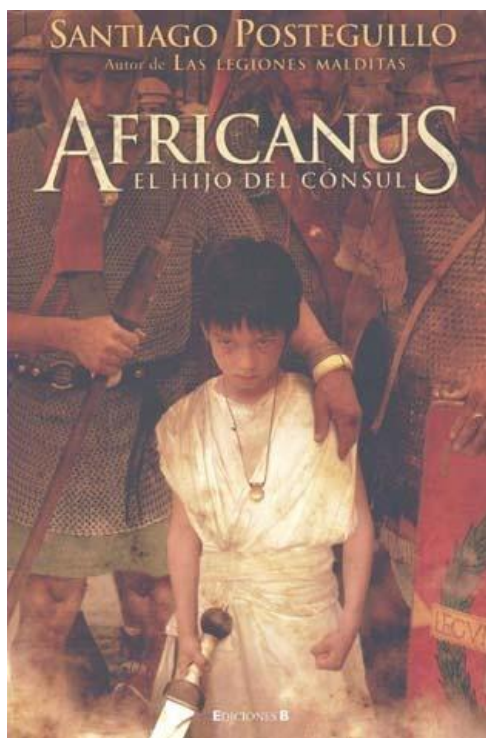
ALIANZA de  
PACIENTES  
URUGUAY



COLEGIO  
MÉDICO del  
URUGUAY



# Estoy leyendo



# Iceberg – N° anteriores







**Psicoterapia y Atención Psicológica**  
ADULTOS, ADOLESCENTES, FAMILIAS y PAREJAS



**agustinmenendez.com**  
agustinmenendez@gmail.com

