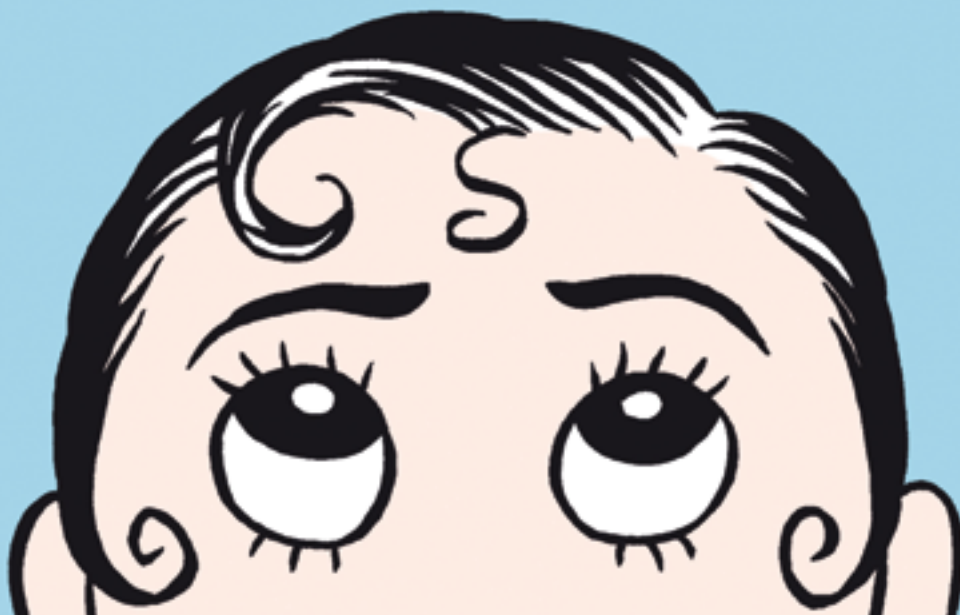




# MAJARETA

MANÍA, DEPRESIÓN, MIGUEL ÁNGEL Y YO

UNA MEMORIA GRÁFICA DE *ellen forney*



# MEDICINA GRÀFICA I SALUT MENTAL

## PRESCRIPCIONS DE LITERATURA ILLUSTRADA

Julia Haba Osca i Francisco González Sala

Les malalties mentals, moltes vegades invisibilitzades per ser considerades «invencions» o «exageracions», van adquirint cada vegada més la importància i el rigor que realment tenen. La pandèmia de covid ha contribuït a mostrar la vulnerabilitat social a aquestes. També part d'aquesta visibilització respon al fet que la representació d'aquestes malalties s'ha anat normalitzant en la ficció i ara, per exemple, ja no és tan estrany trobar sèries amb protagonistes i personatges que les pateixen. En el món del còmic, la representació de la malaltia mental també ha estat present gràcies a la medicina gràfica.

Ian Williams és un metge i autor de còmics anglesos que va fer servir el concepte de *medicina gràfica* per primera vegada a la seua web [GraphicMedicine.org](http://GraphicMedicine.org) l'any 2007. Blanca Mayor Serrano (2018) la defineix com un camp d'estudi interdisciplinari que explora les relacions que s'estableixen entre el còmic i la representació de la malaltia, la pràctica assistencial, la divulgació i l'educació dels professionals de la salut. Pomares Puig et al. (2022) han afegit, a més a més, que la medicina gràfica s'estén a altres professionals i àmbits més enllà del sanitari, com ara el de l'educació, la psicologia social i educativa, la pedagogia, la psicopedagogia i la logopèdia, entre d'altres.

Així, tot i que fa temps que la literatura il·lustrada –vinyetes, còmics, novel·les gràfiques, llibres il·lustrats, etc.– s'utilitza com a poderós mitjà de divulgació en l'àmbit de la salut, el terme *medicina gràfica* va més enllà i pot englobar tant un caràcter científicotècnic com terapèutic. De fet, revistes mèdiques com *The Lancet* (Towey, 2014) o *The British Medical Journal* (Green, 2010) han publicat multitud d'articles al voltant de la utilitat de la medicina gràfica. També MÈTODE va publicar en 2004 un especial dedicat al còmic com a eina per a comunicar la ciència.

Per a aquest article, ens hem basat en el còmic perquè és un mitjà que requereix la participació lectora, ja

que no conté tota la informació que presenta un llibre. Segons Scott McCloud (2001), especialista en aquest gènere, el públic és qui ha de completar els espais buits entre les vinyetes per a generar l'acció i la seqüència de tota la història, de manera que considera el còmic com «l'art de l'invisible». Precisament aquest gènere aconsegueix que qui llegeix forme part de la història d'una manera molt més intensa que en altres mitjans literaris.

### ■ CÒMICS PER A EVITAR L'ESTIGMA

La càrrega sobrevinguda d'angoixa i aïllament a causa de la pandèmia de covid-19 ha tingut un fort impacte en la salut mental de la població i n'ha fet aflorar una vulnerabilitat inesperada. De fet, segons el Centre d'Investigacions Sociològiques, un 6,4 % de la població espanyola, incloent-hi molts professionals sanitaris, ha

necessitat suport mèdic per trastorns deguts a una situació de desbordament emocional. L'impacte de la pandèmia ha afectat tothom, però no amb la mateixa intensitat. La incidència ha estat més gran en les persones de rendes més baixes, les dones i els joves (*El País*, 2021).

Combatre l'estigma contra les malalties mentals és la motivació principal que ens ha portat a

fer una tria de vint-i-dos còmics o novel·les gràfiques, publicades des de 2008 fins a 2021, que aborden la salut mental des de distintes visions: la vivència d'un sofriment psíquic; la convivència amb un diagnòstic o tractament i les seues conseqüències en l'àmbit individual, familiar i social; l'experiència en centres, i fins i tot un viatge pels secrets del cervell. La major part d'aquestes obres comparteixen amb el món una mirada autobiogràfica, un relat valent fruit d'una profunda introspecció, amb el motor principal del desfogament i l'esperança d'ajudar altres persones que s'hi puguen sentir identificades.

**«La medicina gràfica és un camp d'estudi interdisciplinari que explora les relacions que s'estableixen entre el còmic i la representació de la malaltia»**

Majareta (La Cúpula, 2014), d'Ellen Forney, narra l'experiència d'aquesta autora estatunidenca i com va canviar la seua vida després d'un diagnòstic de trastorn bipolar. De fet, explica que la creació del còmic va ser per a ella com una teràpia fins i tot millor que la medicació.

## Bipolaritat

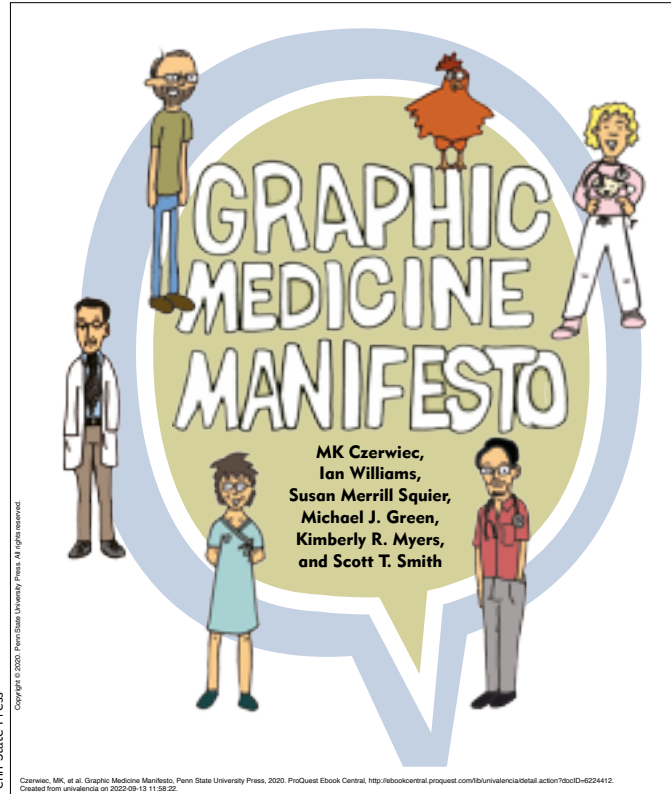
Començarem amb uns exemples que tracten la bipolaritat: *Majareta* (La Cúpula, 2014), d'Ellen Forney, narra l'experiència d'aquesta autora estatunidenca i com va canviar la seua vida després de rebre el diagnòstic. Forney es planteja amb un toc humorístic fins a quin punt l'art és una conseqüència del seu dolor i recorda que altres artistes com Vincent van Gogh o Hermann Hesse també van patir aquest trastorn. De fet, explica que la creació del còmic va ser per a ella com una teràpia fins i tot millor que la medicació. També tracta la bipolaritat Guillermo Carandini en *El día de la victoria* (autoeditat, 2013) però, en aquest cas, a través de la visió d'un familiar. Aquest còmic autobiogràfic narra el viatge que l'autor va fer a Perú seguint les passes del seu pare bipolar i com, finalment, això li va permetre entendre el seu trastorn i viure'l amb normalitat.

De manera semblant, *Albert contra Albert* (Edicions de Ponent, 2013) és una obra d'Arnau Sanz on comparteix amb valentia el trastorn bipolar que va afectar el seu pare a causa de l'addicció d'aquest a les drogues i a l'alcohol. Es tracta d'un còmic aclaparadorament honest en el qual també parla de si mateix i com, amb tan sols vint-i-set anys, va haver de cuidar del pare, mantenir la família i reconduir una relació paternofilial absolutament deteriorada. Aquesta necessitat d'atendre la persona malalta és una realitat. Al nostre país, les cures de les persones que pateixen malalties mentals recauen sobre les espatlles de les famílies, que han hagut d'assumir tasques que requereixen especialistes.

## Esquizofrènia

La realitat de l'esquizofrènia s'aborda en *Las voces y el laberinto* (Sapristi, 2018), de Ricard Ruiz Garzón i Alfredo Borés, a través de cinc històries personals i optimistes (malgrat la duresa del trastorn). Les vinyetes ens transmeten com aquestes persones lluiten i aprenen a viure amb una malaltia que saben que no desapareixerà. És la mateixa perspectiva de l'obra *Más allá del mito. Mi día a día con la esquizofrenia* (Draft Editores, 2015), una iniciativa d'AMAFE (Asociación Española de Apoyo en Psicosis), que explica la malaltia de manera eficaç i senzilla, aportant informació sobre aquest problema de salut i desmitificant-ne els prejudicis existents. També ofereix recomanacions a través del protagonista, basat en testimonis reals de pacients, i aporta esperança en la recuperació d'una vida plena per a les persones amb esquizofrènia.

**«Moltes d'aquestes obres comparteixen amb el món una mirada autobiogràfica i l'esperança d'ajudar altres persones que s'hi puguem sentir identificades»**



El volum *Graphic medicine manifesto* reuneix les reflexions de sis de les figures pioneres en la medicina gràfica i destaca el paper d'aquestes narratives en els diversos contextos sanitaris.

Un altre exemple d'un còmic de sensibilització és l'obra de José Colis i Eugenia Cornide *Una historia sobre Luis*, proposta del Proyecto Chamberlin (2008),

publicada amb el Centre de Rehabilitació Laboral «Nueva Vida» – Asociación Psiquiatría y Vida. Els objectius són proporcionar informació al voltant de l'esquizofrènia i dels tractaments biopsicosocials, informar sobre les característiques dels trastorns mentals i orientar les persones i famílies afectades. Es tracta d'un còmic esperançador, que intenta oferir un punt de vista positiu al

voltant de les possibilitats de rehabilitació, integració i recuperació de les persones amb aquest trastorn per a contribuir també a l'eliminació d'idees errònies. Vuit de cada deu persones amb problemes mentals no tenen feina i això és un indicador descarnat de com els factors socioeconòmics fan que les causes i els efectes interactuen en un bucle infinit d'estigma i exclusió.

*Trágame entera* (La Cúpula, 2008), de Nate Powell, és un ambiciós còmic, guanyador del Premi Ignatz, que explora les ombres de l'adolescència a través de la histò-

ria de dos germanastres que navegaven entre l'esquizofrènia i el trastorn obsessivocompulsiu, en un ambient de descomposició familiar i malaltia terminal sense saber com han de comunicar-se amb el món i com afrontar el fracàs amorós. Publicat en Norma, *El Nao de Brown* (2013), de Glyn Dillon, va guanyar el Premi especial del jurat al Festival d'Angulema (França). En aquesta obra es narra la història de Nao, una jove londinenca d'origen japonès que, tot i patir un trastorn obsessivocompulsiu, intenta tenir una vida normal i per això realitza rituals per a autocontrolar-se i expressar-se.

I és que els mecanismes del cervell no sempre resulten fàcils d'entendre, per la qual cosa els doctors Matteo Farinella i Hana Roš ens hi apropen a *Neurocòmic* (Norma, 2014). Es tracta d'un viatge a l'interior del cervell per a explicar com funciona. Tot i que encara hi ha molt a descobrir, la neurociència ha fet grans avanços en aquest camp. Entendre aquests progressos pot ser difícil per a les persones no expertes. Per això, aquesta aproximació a partir del còmic és fantàstica per aprendre, a través d'una manera visual i entretinguda, com funciona des d'una neurona fins a la memòria i, fins i tot, entendre millor qui som.

### **Evució de les unitats d'atenció en salut mental**

El còmic també ens permet apropar-nos als centres psiquiàtrics en les obres de Lisa Mandel, publicades per Astiberri. En la primera, *Psiquiàtrico 1. El frenopático* (2011), l'autora relata la crua realitat dels hospitals psiquiàtrics dels anys seixanta a França, basant-se en els testimonis de familiars i d'amistats que hi havien treballat com a personal d'infermeria. Mandel mostra aquests espais com insalubres, una barreja on hi havia tota mena de persones amb diferents malalties i trastorns: autisme, Alzheimer, psicosi, esquizofrènia, depressió, trastorn obsessivocompulsiu... S'hi aplicaven tractaments bàrbars, com l'electroxoc (dos elèctrodes, un a cada costat del cap, col·locats damunt del cabell, per a aplicar un corrent elèctric al cervell); la lobotomia (perforar amb dos forats el crani i empènyer un instrument per a seccionar les connexions entre el lòbul frontal i la resta del cervell), o la «cura de son» (s'indueïa el son al pacient durant diversos dies amb l'administració de psicofàrmacs i només se'l despertava perquè fera les seues

necessitats i s'alimentara). En aquests centres, per descomptat, els abusos i les humiliacions eren el pa de cada dia. En la segona part, *Psiquiàtrico 2. Crazy seventies* (2014), narra com als anys setanta van arribar reformes en l'àmbit de la psiquiatria: el malalt ja no és un boig, sinó una persona que pateix, i el personal d'infermeria es converteix en quelcom més que els vigilants d'una presó. Però aquest acostament més humà a la malaltia mental trigarà molts anys a consolidar-se i encara hui queda un llarg camí per recórrer perquè milloren les condicions en aquests espais.

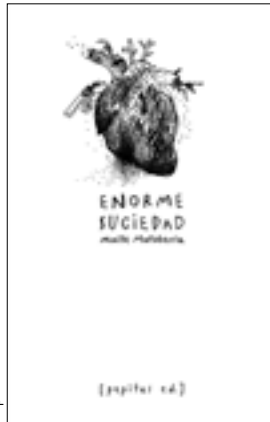
En l'obra *Duermo mucho* (Ediciones Invisibles, 2018), María Manonelles Ribes ens mostra com són actualment les unitats de psiquiatria a partir de la seua vivència. Inicialment a ella li van dir que només passaria tres dies ingressada, però després va estar-s'hi més d'un mes. Durant l'hospitalització va dibuixar tot el que va viure i escoltar allà fins al moment de l'alta. Mitjançant el relat de la seua experiència, aconsegueix trencar l'estigma amb una escriptura molt dinàmica i il·lustracions de traços simples.

En *Manicomio: una historia real* (La Cúpula, 2019), de Montse Batalla i Xevídom, trobem una crònica detallada de la història de Clara, una jove de dinou anys que estudia Història i que, suportant una gran pressió, comença a manifestar alguns símptomes cada cop més alarmants: insomni, fatiga, manca de concentració, por... Quan aquests comencen a agreujar-se, junt amb la sensació d'incapacitat emocional, una creixent paranoia i la dificultat per a parlar, Clara i la seua família entenen que el que li passa és pre-

ocupant. Així comença el calvari de la protagonista, un infern que derivarà d'un diagnòstic desencertat. L'obra autobiogràfica de Montse Batalla ens serveix com a experiència catàrtica que denuncia un sistema que va fallar, però també ofereix consol i fa divulgació d'una realitat habitualment oculta: el mal diagnòstic.

### **Altres aproximacions**

Part del mèrit de la medicina gràfica és contribuir al desenvolupament d'un context social que compregua i acompanye tots els processos de rehabilitació i integració de les persones afectades per aquests trastorns, així com la promoció en la població dels valors ètics



Pepitas de Calabaza Editorial

En l'obra *Enorme sociedad* (Pepitas de Calabaza, 2018), Maite Mutuberría narra el procés de la seua depressió. A través de les il·lustracions comparteix la seua història i dona visibilitat als trastorns mentals.

## **«Situacions de crisi com la pandèmia han evidenciat i intensificat una tendència prèvia, que ja apuntava a un fort increment dels trastorns mentals»**

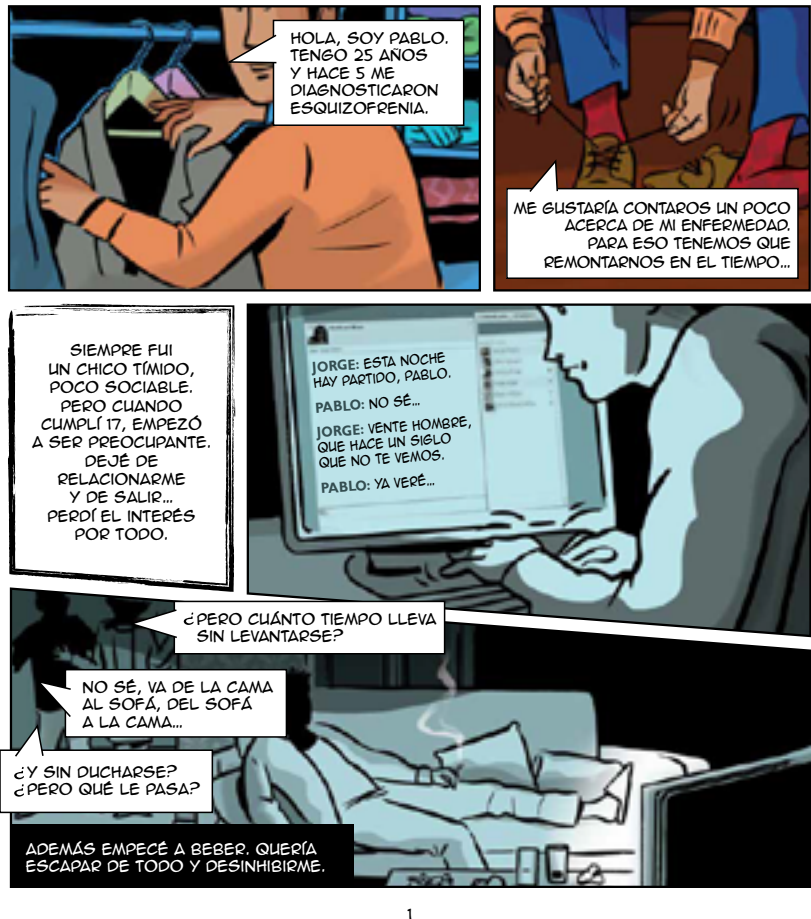
que propicien l'eliminació d'actituds insolidàries i estigmatitzadores. Sovint, les motivacions d'aquestes actituds no només són econòmiques, sinó també culturals davant la desconfiança o la incredulitat que susciten patologies sense una lesió orgànica evident o d'etiologia complexa i imprecisa. Conscient d'aquesta situació, el psicòleg Vicente Damián Fernández Gomis presenta en el seu primer còmic, *El cauterizador* (Libros.com, 2019), una història on narra com la personalitat d'Andy, sota hipnosi, es torna megalomànica i comença a mostrar signes de patologies, trastorns i desordres mentals. Aquesta trama inventada és l'excusa que empra l'especialista per a donar a conèixer molts trastorns mentals. També Lucas Varela i Diego Agrimbau utilitzen el còmic com un laboratori a *Diagnósticos* (La Cúpula, 2016). Reuneixen històries curtes que revisiten la tradició del gènere de la narrativa: sis trastorns mentals sensorials que es veuen reflectits en una obra coral molt poètica visualment. Així, els poders sinestèsics d'una investigadora li permeten desxifrar les onomatopeies que surten a l'espai de la pàgina; una jove pateix claustrofòbia tancada als límits d'una vinyeta, o una estudiant de lletres, afectada d'afàsia, només comprèn el llenguatge quan el veu escrit.

També Lou Lubie, en la seua autobiografia *Cara o cruz. Conviviendo con un trastorno mental* (Norma, 2018), fa una aproximació a la ciclotímia, una alteració de l'estat d'ànim que pertany a la família de les malalties bipolars, que tan bé descriu l'autora. És un relat humorístic i sensible sobre un trastorn mental poc conegut. Un to semblant al que empra Meritxell Bosch en l'obra *Yo, gorda* (La Cúpula, 2017), que narra com, des de xicoteta, patia vexacions a casa. A més, conta com a l'escola anava amb un grup en situació de marginació i és així com inicia una espiral de falta d'autoestima i una acumulació de problemes emocionals que la portaran a desenvolupar bulímia. Finalment la seua situació canviarà a millor, tot i que li costarà un temps: en el còmic també apareix com la xarxa pública d'atenció a la salut mental està desbordada, de la mateixa manera que al món real.

A Espanya les associacions professionals han calculat que la xarxa pública necessitaria vora 1.500 psiquiatres i 6.000 psicòlegs clínics més per poder atendre la creixent demanda assistencial (*El País*, 2021). Això comporta noves desigualtats, ja que només algunes persones poden permetre's pagar una teràpia professional amb la periodicitat i la durada necessària. L'actual govern espanyol, en el context de la pandèmia, ha pres consciència del problema i vol incrementar el pressupost destinat a

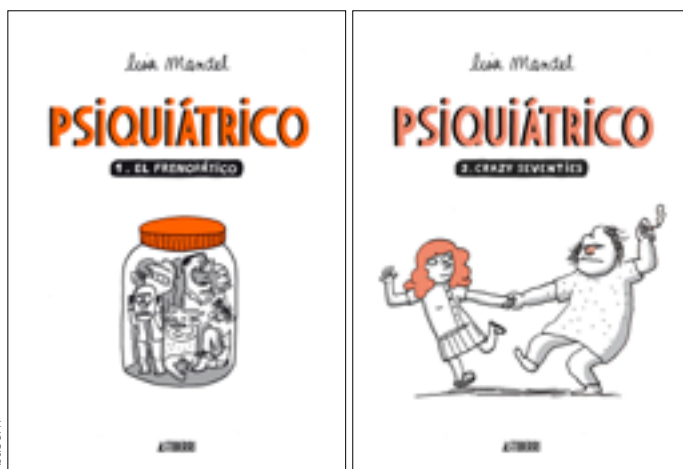
# MÁS ALLÁ DEL MITO<sup>®</sup>

MI DÍA A DÍA CON LA ESQUIZOFRENIA



L'obra *Más allá del mito. Mi día a día con la esquizofrenia* (Draft Editores, 2015) és una iniciativa d'AMAFE (Asociación Española de Apoyo en Psicosis) que explica la malaltia i aporta informació i desmitifica els prejudicis existents. També ofereix recomanacions a través del protagonista, basat en testimonis reals de pacients, i aporta esperança en la recuperació d'una vida plena per a les persones que pateixen esquizofrènia.

«Els elements gràfics ens permeten submergir-nos en una dimensió de les malalties més desconeguda pel públic»



El còmic també ens permet apropar-nos a la transformació dels centres psiquiàtrics. En les obres de Lisa Mandel, *Psiquiàtrico 1* i *Psiquiàtrico 2* (Astiberri, 2011, 2014), es narra l'evolució d'aquestes institucions des dels anys seixanta als setanta a França, quan es produeixen les primeres reformes en l'àmbit de la psiquiatria i en la concepció de la persona afectada per un trastorn mental.

salut mental en els pròxims anys. Tot i això, les necessitats són grans i possiblement són necessàries diverses eines per a abordar la pluralitat de causes que generen danys a la salut mental.

L'anomenada *bogeria* és una temàtica molt complexa que protagonitza el còmic escrit per Fernando Balius i il·lustrat per Mario Pellejer, *Desmesura. Una historia cotidiana de locura en la ciudad* (Bellaterra, 2018). De fet, és Balius qui ens parla de les veus i sorolls que sent dins del seu cap, de les coses que li han passat i de com ell veu el món, tot tractant de fugir d'un arquetip que troba aliè i grotesc. En un registre de ficció, *Yo, loco* (Norma, 2018), d'Antonio Altarriba i Keko, narra la psicopatia d'Ángel Molinos, doctor en Psicologia que treballa per a un observatori de trastorns mentals afiliat a Pfizin, una farmacèutica internacional que experimenta en humans el desenvolupament de noves drogues. El seu treball consisteix a crear nous perfils psicològics que puguen ser considerats patològics (una mena de *disease mongering* o promoció de malalties) i que augmenten el consum de fàrmacs. Quan desapareix un company que havia decidit denunciar les males pràctiques de l'observatori, l'obra es converteix en un terrorífic thriller, ambientat en el món de les empreses farmacèutiques i les desigualtats socials creixents.

Situacions de crisi com la pandèmia han evidenciat i intensificat una tendència prèvia, que ja apuntava a un fort increment dels trastorns mentals. De fet, segons l'Organització Mundial de la Salut, en 2030 la depressió serà la principal causa de discapacitat al món (WHO, 2011). Precisament per a abordar la depressió, *Soy una matagigantes* (Norma, 2009) de Joe Kelly i Ken Niumura, resulta una obra sorprenent. Conté relats èpics

basats en llegendes d'origen japonès que es barregen amb esdeveniments mundans a través de la visió alterada del món que té la protagonista, Bárbara. La gran fortalesa d'aquesta obra és mostrar com la imaginació esdevé de vegades una eina d'autodefensa i com pot aportar detalls per poder allunyar-se de la trista realitat del dia a dia. En un plànol de nou més testimonial, també Maite Mutuberria narra la seua depressió en *Enorme suciedad* (Pepitas de Calabaza, 2018). Aquesta obra és una mena de quadern de crisi, una reflexió gràfica necessària al voltant d'un tema que sovint queda relegat a l'àmbit privat.

Sense dubte, aquestes obres de medicina gràfica fan un pas endavant en la narració d'experiències, inquietuds i denúncies vinculades al patiment generat per un problema de salut mental. Els elements gràfics ens permeten submergir-nos en una dimensió de les malalties més desconeguda pel públic i que genera empatia i trenca amb certs prejudicis i estigmes encara arrelats en la nostra societat. Professorat, especialistes, associacions i famílies poden recórrer a aquestes i altres obres semblants, veritable medicina gràfica, per a obtenir informació sobre els trastorns mentals; conèixer altres persones que viuen situacions molt semblants o completament diferents; empatitzar amb els personatges, i aprendre, en definitiva, a posar-se al lloc de l'altre. D'aquesta manera, es contribueix a normalitzar les malalties de salut mental i a eliminar-ne estigmes. ☺

#### REFERÈNCIES

- El País*. (2021, 15 de novembre). Al rescate de la salud mental. <https://elpais.com/opinion/2021-11-15/al-rescate-de-la-salud-mental.html>
- Green, M. J. (2010). Graphic medicine: Use of comics in medical education and patient care. *The British Medical Journal*, 340, e836. <https://doi.org/10.1136/bmj.c863>
- Mayor Serrano, B. (2018). ¿Qué es la medicina gráfica? *Tebeosfera*, 9(3). [https://www.tebeosfera.com/documentos/que\\_es\\_la\\_medicina\\_grfica.html](https://www.tebeosfera.com/documentos/que_es_la_medicina_grfica.html)
- McCloud, S. (2001). *Understanding comics. The invisible art*. William Morrow Paperbacks.
- Pomares Puig, M. P., Rovira-Collado, J., & Baile López, E. (2022). Còmics contra l'estigma de les malalties relacionades amb la salut mental. En J. Haba-Osca & F. González-Sala (Eds.), *Il·lustrar la ciència. Aplicacions de la literatura gràfica en contextos científics i divulgatius* (p. 63–72). Tirant Lo Blanc.
- Towey, F. (2014). Comics & Medicine. *The Lancet Oncology*, 15(9), 927–928. [https://doi.org/10.1016/S1470-2045\(14\)70352-3](https://doi.org/10.1016/S1470-2045(14)70352-3)
- WHO. (2011). Global burden of mental disorders and the need for a comprehensive, coordinated response from health and social sectors at the country level. *World Health Organization*. [https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/EB130/B130\\_9-en.pdf](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB130/B130_9-en.pdf)

**JULIA HABA OSCA**. Professora del Departament de Filologia anglesa i Alemanya de la Universitat de València. Ha dirigit projectes d'investigació i innovació sobre l'estudi de la producció i consum de la informació científica i és especialista en literatura gràfica.

**FRANCISCO GONZÁLEZ SALA**. Professor del Departament de Psicologia Evolutiva i de l'Educació de la Universitat de València. Ha publicat nombrosos articles sobre estudis bibliomètrics i és especialista en l'ús del llibre il·lustrat per a donar suport psicoeducatiu.