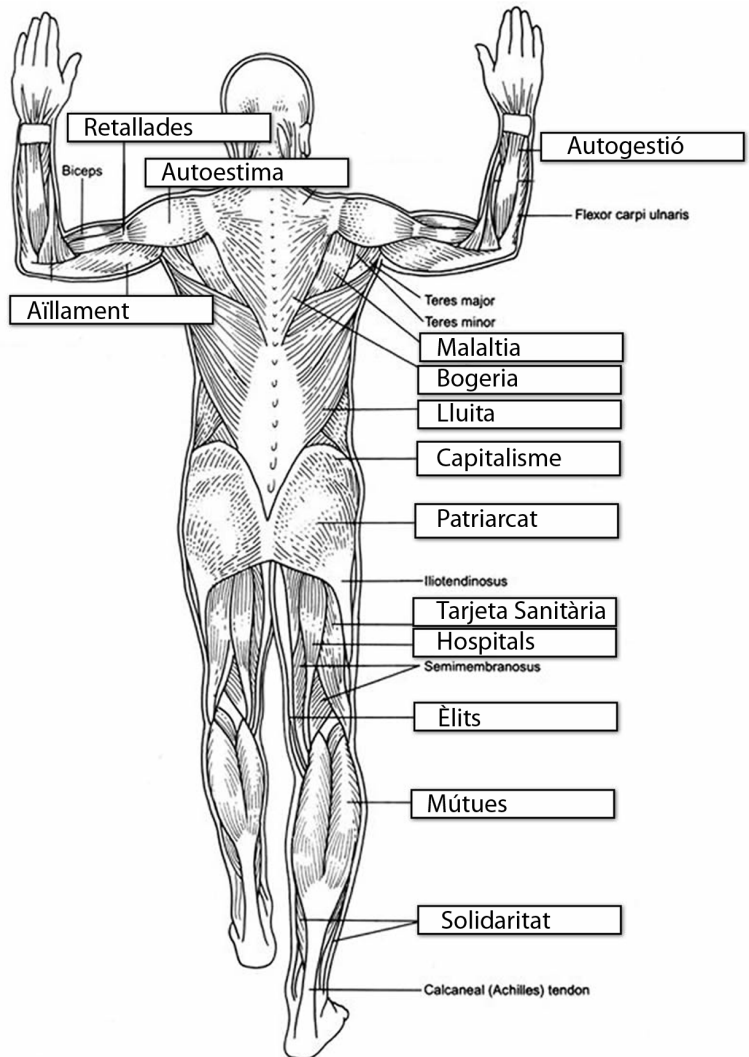


SALUT EN PERILL

COSSOS EN LLUITA



*De la resistència a les retallades,
a l'autogestió de la sanitat*

Salut en Perill, Cossos en Lluita
*De la resistència a les retallades,
a l'autogestió de la sanitat.*

per Anacleta Bird i Josep Gardenyes
Barcelona, Tardor 2012

Maquetat per Òliba Negra

Volem agrair a tots els companys i les companyes la seva ajuda
amb les correccions, la maquetació, la financiació i totes les
altres tasques necessàries per editar un llibre.

A totes les que lluiten contra la dominació i per un món més sà.

Anti-copyright

Es pot descarregar aquest llibre des de la pàgina
josepgardenyes.wordpress.com

Salut en Perill

Cossos en Lluita

De la resistència a les retallades, a l'autogestió de la sanitat

ÍNDEX

Pròleg	6
Cronologia	8
UNA SANITAT MALALTA	14
Què és la salut?	15
Sanitat en quarantena	20
Realment ens volen matar	26
El cos i la ment com un tot	28
Els rols assignats en la societat patriarcal	31
La desaparició de les curanderes: una història de bruixes	36
Dones i bogeria	42
Sobre sexualitat, cos i gènere	47
Salut Mental i Alienació Capitalista	54
La insalubritat de l'autoritat	61
CAP A LA MEDICINA AUTOGESTIONADA	63
Una operació necessària per una malaltia artificial	64
L'autogestió ens exigeix l'autoformació	70
La qüestió de l'avortament	77
El Part és Nostre	81
Una mort autogestionada	83
L'autogestió no és un somni	85
Projectes actuals de medicina preventiva i autogestionada	88
Una visió d'una sanitat autogestionada	97
APÈNDIX	100
I les que no podem ni protestar?	101
Volante 28S	102
Hospitals o Salut? Escoles o Educació?	103
Sanitat Pública, Sanitat Privada o Sanitat Col·lectiva	106
La seva sanitat no és la nostra salut	109
Text anònim trobat a Indymedia	112
25G: Cartel Avortament Lliure	113
Grecia, Kilkís: Ocupación y Autogestión del Hospital General	114
Llibres recomenats	118

PRÒLEG

El llibre que tens a les teves mans és una recopilació que pretén fomentar el debat entorn de la lluita contra les retallades sanitàries. És una petita aportació i una reflexió que pretén seguir generant debat i acció. En ell trobaràs tres apartats diferenciats. En el primer, *Una sanitat malalta*, es fa una anàlisi del concepte de salut i de malaltia, i les conseqüències que la societat capitalista i patriarcal té sobre la salut física i mental de les persones. En el segon apartat, *Cap a la medicina autogestionada*, parlem sobre experiències, projectes i visions d'una sanitat autogestionada. Finalment trobem *l'apèndix*, on hem recopilat textos, octavetes, cronologies, bibliografia i experiències de lluites contra les retallades en sanitat i per una autogestió de la salut.

La necessitat d'escriure aquest llibre sorgeix de les ganes de donar-li veu i de difondre aquesta lluita, però també d'intentar aprofundir una mica més en aquest tema, intentant anar al fons de la qüestió. Creiem que els enfocaments de lluita que es donen moltes vegades, i en aquest cas amb el tema de les retallades, es queden en una banal reivindicació de drets i de conquesta dels béns arrabassats. Nosaltres, com a anarquistes, sentim que aquest plantejament no és suficient i que si no furguem una mica més ens quedem en la mera superficialitat de les coses. Quan escoltem eslògans com "Per una sanitat pública" alguna cosa ens diu que això no és suficient. La societat del benestar no s'està enfonsant per l'actual crisi financera. Les crisis són creades i utilitzades pel poder per modificar aspectes de la seva política que ja no els interessin.

Al segle passat, quan es va crear tot el sistema sanitari, hi havia una gran demanda de llocs de treball, a causa de la finalització de les guerres i l'increment de la producció. És llavors quan es necessiten treballadors sans perquè donin el màxim benefici. La sanitat i tota la seva infraestructura s'encarreguen de vetllar per això. Ara, dècades després, el sistema de producció està substituint a les persones per les màquines, i la mà d'obra és cada vegada menys necessària. La demanda cau i el sistema sanitari també. Ja no els interessa la nostra salut perquè ja no som productius. Però també cal tenir en compte que la medicina actual,

avalada i dirigida per l'Estat, és l'encarregada de curar aquelles malalties que el propi sistema genera. No es tracta d'una medicina preventiva ni una medicina que guareixi les causes sinó els símptomes. Però si no es fa el primer, el segon mai desapareix, o si ho fa, torna a aparèixer de nou.

Diguem que la sanitat actual és el matalàs que fa de placatge a tots els cops que sofrim diàriament per viure sota aquest sistema. Però si no canviem el que ens perjudica, si no canviem tot el sistema sanitari i acceptem que moltes de les malalties, tant físiques com a mentals que patim són socials, mai sanarem. La sanitat actual no ens pertany, mai ens ha pertangut, perquè mai ha sortit de nosaltres, mai ha estat creada en funció de les nostres necessitats, sinó de les necessitats del sistema. Tenim exemples històrics de lluites que han aconseguit contruir un sistema sanitari des d'abaix, i pels d'abaix. Podem aprendre d'ells. També existeixen exemples actuals de projectes d'autogestió de la salut que podrien ampliar-se per arribar a tothom. Però també hem de seguir lluitant. No serà fàcil. Perquè per canviar el sistema sanitari hem de canviar el món.

L'autogestió no és un somni.

Barcelona, octubre del 2012

CRONOLOGIA NO COMPLETA DE LA LLUITA PER LA SANITAT A CATALUNYA

2010

1 de Maig: A Barcelona, la manifestació alternativa del Primer de Maig inclou milers de persones que protesten contra les retallades anunciades pel govern i fan crida a una vaga general.

8 de Juny: 100,000 persones participen en una manifestació a Barcelona per protestar contra les retallades i cridant a una vaga general.

29 de Setembre: A tot l'Estat Espanyol, centenars de milers de persones participen en una vaga general que en varies ciutats paralitza la indústria i el transport. A Barcelona, hi ha forts disturbis que mostren el rebuig generalitzat al sistema actual, amb milers de persones de totes les edats fent piquets o atacant la policia, els bancs i les botigues de luxe.

2011

27 de Gener: CGT, CNT, COS i altres sindicats minoritaris convoquen un dia de vaga contra les retallades i la Reforma Laboral. La participació és menys extensa que a la vaga de setembre (convocada pels mateixos sindicats majoritaris que després van pactar amb el Govern). Tot i així hi participen milers de persones, es realitzen talls de trànsit i una manifestació amb desenes de milers de persones.

1 de Maig: Milers de persones celebren el dia de lluita anticapitalista amb una manifestació que puja a Sarrià, on es trenquen els vidres de desenes de bancs i botigues de luxe.

16 de Maig: Moltes persones, potser centenars de milers, es desplacen a la Plaça Catalunya per ocupar-la i manifestar-se contra del Govern, contra les retallades i, en molts casos, contra el capitalisme com a causa de les

retallades.

25 de Maig: Les assemblees de barri ja existents així com una desena d'assemblees noves, comencen a reunir-se a les places públiques, amb molta assistència veïnal. A partir d'aquest moment, les assemblees de barri serveixen com a eina efectiva per a visibilitzar les queixes del veïnat contra les retallades, unir usuàries i treballadores de la sanitat i coordinar accions entre ambdues parts.

15 de Juny: 200.000 persones intenten bloquejar el Parlament Català per impedir la votació de les mesures d'austeritat. Diversos polítics són increpats, insultats i (suaument) agredits amb empentes i escopinades. Per primer cop en molts anys, els rics i els governants senten una mica de por de part de les seves víctimes.

18 de Juny: 500 persones es manifesten a Reus per protestar contra les retallades.

19 de Juny: A Barcelona, 250.000 persones participen en una manifestació contra les retallades.

29 de Juny: L'Assemblea Social del Clot realitza el primer de diferents talls de trànsit. Es bloqueja l'Avinguda Meridiana a l'altura del carrer Rogent en solidaritat amb les treballadores de la sanitat.

30 de Juny: Usuaris i treballadors de l'Hospital del Mar i de l'Hospital de l'Esperança, conjuntament amb manifestants de Gràcia, fan una cassolada a la casa d'Artur Mas, President de la Generalitat. El mateix dia hi ha una manifestació a Montcada.

10 de Juliol: La Xarxa de Suport Mutu del barri del Clot de Barcelona, al seu acte inaugural, fa una cercavila pel barri, passant per l'Hospital Dos de Maig per tal d'unir el tema de la sanitat amb altres lluites del barri. Mesos després, varies cercaviles acaben a l'Hospital Dos de Maig, i moltes d'altres hi comencen, sovint caminant des d'allà fins al centre, bloquejant tots els carrers que es troben pel camí.

13 de Juliol: Un centenar de persones bloquegen alguns dels carrers que envolten l'Hospital Dos de Maig i fan soroll en contra de les retallades. És la cassolada diària més gran fins aquell moment, i la realitzen veïns i usuaris de l'Hospital, que s'havien estat organitzant en les setmanes prèvies.

14 de Juliol: A Girona, diversos col·lectius protesten en una conferència del Conseller de Salut Boi Ruiz. Uns dies després, els mossos inicien diligències contra sis persones, algunes d'elles treballadores de la sanitat pública. Se les acusa d'un suposat delictes d'agressió, coaccions, desordres públics i atemptat a l'autoritat contra l'alcalde de la ciutat.

25 de Juliol: Grups feministes organitzen una concentració contra els antiavortistes a l'Hospital de Sant Pau.

Agost: S'anuncia el tancament de 40 Centres d'Atenció Primària i la reducció, pel mes d'agost, dels horaris d'una cinquantena de centres més. Centenars de veïns de Badia del Vallès i Olesa de Montserrat i altres indrets de Catalunya, passen les vacances a casa per poder dormir als CAP i evitar el seu tancament.

3 de Setembre: Centenars de persones a Banyoles, Breda, Hostalric, Blanes, Palamós, Tarragona i altres ciutats tallen diverses carreteres per protestar contra les retallades en sanitat.

16 de Setembre: La Conselleria de Salut anuncia el tancament nocturn de més de 10 CAP. A partir d'Octubre d'aquest mateix any, 56 CAP d'un total de 185 que atendien les 24 hores perden la seva condició de recursos d'atenció continuada.

25 de Setembre: Concentració contra els antiavortistes a l'Hospital de Sant Pau.

29 de Setembre: Els veïns i les treballadores del barri del Clot-Camp de l'Arpa de Barcelona realitzen una assemblea a l'Hospital Dos de Maig. La mateixa nit, una barreja de veïnes, usuàries i treballadores s'ajunten per

ocupar l'Hospital Sant Pau. Es projecta una pel·lícula, es fan pancartes i s'hi passa la nit. El mateix dia, 500 professionals sanitaris havien ocupat la sala d'actes de l'Institut Català de la Salut i una manifestació espontània havia recorregut el centre de la ciutat.

4 d'Octubre: A Barcelona i altres llocs de Catalunya, i per ordre de l'Audiència Nacional de Madrid, els Mossos d'Esquadra comencen a detenir els 22 imputats que suposadament van agredir els parlamentaris el 15 de juny, en el que la premsa va anomenar "El setge al Parlament". El mateix dia, es convoca una mani solidària de 1,500 persones que surt de Plaça Catalunya, baixa Les Rambles i acaba a la Generalitat. Es realitzen pintades, es bloquegen carrers i es fa soroll. Un parell de dies després, 3.000 persones realitzen una altra mani solidària que arriba fins el Ministeri d'Interior.

5 d'Octubre: Desenes de veïnes de Cornellà de Llobregat participen a una nova manifestació contra les retallades i per una sanitat pública i de qualitat.

12 d'Octubre: Les treballadores de l'Hospital de Bellvitge fan un tall de trànsit a Gran Via, en defensa de la sanitat pública. Dos dies després, les treballadores de l'Hospital de Llobregat comencen a acampar a les portes del centre sanitari.

15 d'Octubre: 200.000 persones es manifesten a Barcelona contra les retallades. Es reparteixen milers d'octavetes, es pinten les parets, es tallen carrers i s'ataquen seus de diversos partits polítics així com la Borsa de Barcelona amb bombes de pintura.

11 de Novembre: S'anuncia que l'Hospital de Sant Pau suspèn el contracte a 1,397 treballadors.

15-16 de Novembre: Vaga de metges que afecta els 65 hospitals i els 427 Centres d'Atenció Primària que configuren el Sistema Sanitari Integral d'Utilització Pública de Catalunya (SISCAT).

Salut en perill, cossos en lluita

22 de Novembre: Artur Mas anuncia un nou impost a la Sanitat pel 2012.

25 de Novembre: Concentració contra els antiavortistes a l'Hospital de Sant Pau.

4 de Desembre: Membres del grup "La Selva Units pel CAP" talla l'N-11 direcció Tordera.

13 de Desembre: Sota el lema "Jo també estava al Parlament," dues mil persones realitzen una manifestació solidaria amb les detingudes pels fets del Parlament, just un dia abans que els polítics testifiquessin a l'Audiència Nacional.

18 de Desembre: Una manifestació de 500 persones, convocada per diferents plataformes del Baix Llobregat, talla el pont de Quatre Camins a la N-340.

19 de Desembre: Centenars de persones es manifesten a Santa Coloma de Gramenet contra les retallades en la sanitat pública.

Al 2011 es van rebre unes 13.010 denúncies per negligència sanitària, tant a la sanitat privada com a la sanitat pública. Això suposa un increment de 848 denúncies respecte l'any anterior, i 603 denúncies relacionades amb pacients que van acabar morts.

2012

19 de Gener: Treballadores de l'Hospital Sant Pau obren una de les sales amb llits, que l'Hospital havia tancat, com a mesura de força ja que al dia següent es comença a aplicar l'ERO (expedient de regulació d'ocupació) a algunes treballadores.

25 de Gener: Més de cent persones (feministes, anarquistes i veïnes), recolzades per l'Assemblea de Drets Socials de Eixample Dret i l'Assemblea Social del Clot-Camp de l'Arpa, bloquegen la manifestació ultra-catòlica i antiavortista. Les contra-manifestants reclamen l'avortament lliure i gra-

tuït sota els lemes “nosaltres decidim sobre els nostres cossos” i “feixistes fora del barri.” S’increpa i es llença brossa als feixistes i finalment els mossos colpegen a les contra-manifestants.

11 de Febrer: La Reforma Laboral del 2012 entra en vigor. La reforma augmenta la precarietat laboral i l’explotació de les persones treballadores i disminueix l’accés a les necessitats de supervivència.

17 de Febrer: A Girona es fa una concentració en suport a les 6 encausades del 14 de Juliol.

4 de Març: A les jornades d’acció feminista autònoma, “Se va a armar la gorda!”, a la Plaça Joan Riera (davant l’edifici ocupat de 150), es va organitzar un taller d’autogestió de la salut femenina.

29 de Març: Vaga general. El seguiment de la vaga és del 85%, un seguiment més alt que a la vaga de setembre del 2010. Centenars de milers de persones prenen els carrers arreu de Catalunya i a tot l’Estat Espanyol, algunes en manifestacions organitzades pels sindicats pactistes, altres en manifestacions de sindicats no pactistes com la CNT, CGT i COS. Milers de persones més lluiten contra la policia i destrossen símbols de l’Estat i del Capital. Una part dels vaguistes es motiven per la seva oposició a les retallades, i una altra part per la seva negació al sistema sencer.

20 de Abril: Les retallades no paren. La nova llei 16/2012 decreta el copagament de medicaments, la fi de la subvenció d’uns 417 medicaments i altres mesures que afecten l’accés a la sanitat. Com a conseqüència d’aquestes mesures, un dels autors d’aquest llibre perdria més endavant la seva targeta sanitària.

1 de Maig: Unes vint mil persones prenen els carrers de Barcelona en una manifestació anticapitalista, repartint propaganda a favor dels disturbis de la vaga general, en contra de la repressió estatal i a favor d’una revolució social.

Salut en perill, cossos en lluita

UNA SANITAT MALALTA

QUÈ ÉS LA SALUT?

“La gente muere aquí de malnutrición, no por hambre, sino por obesidad. Muchos occidentales la sufren en su día a día. La comida que comemos ha sido descrita como ‘anti-nutritiva’ por algunos nutricionistas -importada, empaquetada con materiales tóxicos, y producida por una maquinaria de agricultura industrial masiva (suelos pobres e insecticidas)-. La comida rápida y las chucherías no son comida. La comida que comemos no nos sana, nos hace daño. El conocimiento y proceso de cultivar, cosechar y recolectar nuestra comida también se ha perdido -junto con el proceso curativo de estas actividades, nuestra conexión con la naturaleza y la sensación de autonomía sobre nuestras necesidades básicas y supervivencia-(...) Ya no recordamos cómo curarnos a nosotrxs mismxs. Incluso si nos acordáramos, las enfermedades producidas por la sociedad tecno-industrial probablemente estén fuera del alcance de los remedios tradicionales, y la industrialización ha eliminado muchas de las plantas que empleaba la medicina natural. [Vivimos en] un desierto agrícola e industrial.” Beyond Amnesty

Tendim a confondre salut, sanitat i medicina. Salut és una capacitat inherent; medicina és un art i una ciència¹; la sanitat és una estructura que engloba uns serveis sanitaris. La definició presentada per l’Organització Mundial de la Salut diu que “la salut (del llatí salus, -ūtis) és l’estat de complet benestar físic, mental i social, i no solament l’absència de malaltia o dolència”. Podríem definir la salut com l’estat físic-emocional en el qual es troba una persona i varia segons el moment. Es podria dir que és una capacitat inherent a l’organisme. Tota persona viva que per tant tingui organisme té salut.

La paraula “curar” prové del llatí “curare” i significa cuidar. Per tant, podríem dir que curar-se és cuidar-se. Es tracta d’aplicar

¹ Les frases en cursiva que trobaràs al llarg d’aquest text estan extretes del text “52 idees de la tempesta” del col·lectiu Sumendi.

Salut en perill, cossos en lluita

amb èxit els remeis corresponents per tractar una lesió o dolència. La salut és el nostre estat natural. L'essència de la curació consisteix a eliminar els impediments que no ens deixen estar en equilibri amb nosaltres mateixes.

Però, què fa que la nostra salut s'alteri? Existeixen diversos factors que propícian un estat de malestar. Generalment, quan les nostres necessitats bàsiques es veuen alterades (falta d'higiene, alimentació desequilibrada i habitatge en males condicions) o el nostre espai ambiental es modifica (contaminació, soroll, ritmes accelerats, químics i pesticides) emmalaltim. La malaltia no és més que una alteració del nostre organisme davant un atac extern. El nostre cos comença un procés de defensa, és el que denominem autocuració. S'activen una sèrie de mecanismes i, si els deixem actuar, és probable que tornem a un estat d'equilibri.

El problema és que moltes vegades no tenim temps per a curar-nos, no respectem els nostres ritmes.

De vegades necessitem emmalaltir per poder estar sans. Per tant, la salut, més que un estat, és un procés en el qual el benestar o la malaltia es manifesten. És impossible aspirar a tenir un complet benestar a tots els nivells. És neuròtic pretendre la perfecció.

Moltes vegades es té una visió idíl·lica de la salut i això fa que rebutgem la malaltia. Però la malaltia és simplement un procés necessari en la nostra salut i en el nostre benestar. Com a éssers orgànics emmalaltim. Però, què és la malaltia?

Podríem definir la malaltia com el procés pel qual el nostre cos entra en una crisi curativa sàviament provocada per l'organisme. Per tant, hem d'aprendre a tractar la malaltia com a part de la nostra salut, a saber gestionar-la i suportar-la d'una manera no angoixant, sinó sana i curativa. Hem de començar a confiar en nosaltres mateixos, en el gran poder autocuratiu del nostre organisme. La major part de malalties (inflamacions, infeccions, diarrees, granellades, congestions, febres, etc.) són autolimitades; és a dir, tenen un principi i un final. El cos se sol guarir el solet (gairebé sempre), ja que disposa de les seves pròpies armes per fer-ho. És el que anomenem malaltia o crisi curativa (febre, tos, suors, inflamació, etc). El dolor ens avisa que alguna cosa no està funcionant bé i que hem de prestar-li atenció a aquesta part.

Per descomptat no sempre trobarem el remei en la autocuració.

En molts casos la intervenció de persones especialitzades serà necessària per sanar-nos. Però cal saber trobar un equilibri entre confiar en els nostres cossos i saber quan necessitem acudir a algú que ens faciliti les eines per sanar-nos.

El problema de tot això és que hem perdut gran part del llegat històric que els nostres avantpassats han anat transmetent generació després de generació. El capitalisme, en arrasar pobles i cultures ha anat eliminant sàvies i autòctones visions de la salut, de la cura, de la curació, del benestar, del malestar, etc. I això ha fet que la sanitat hagi estat monopolitzada pel poder. D'aquesta manera es genera la divisió especialistes-pacients, la qual cosa provoca una forta segregació de coneixements, ja que el malalt perd totalment els recursos per sanar-se. Això és negatiu per dos motius. En primer lloc perquè la saviesa queda en mans d'uns pocs i això pot ser utilitzat per a finalitats lucratives, com està passant actualment amb tot el negoci existent de farmacèutiques i sanitat. En segon lloc perquè el malalt perd totalment la seva autonomia i la seva capacitat pròpia de curació, la qual cosa provoca que hagi de dependre innecessàriament d'un sistema sanitari, que en moltes ocasions no necessitaria recórrer si disposés de les eines necessàries per a la seva curació, provocant gran ignorància sobre el seu propi cos. Estem en mans d'un sistema que solament creu en els beneficis. S'aprofita del nostre desconeixement i ens mostra un únic camí: la confiança cega en una sèrie de tractaments subministrats per experts de la salut que es situen per damunt nostre i resulten ser una espècie de déus.

La salut d'una població depèn sobretot de la manera de vida i de les condicions ambientals i psicosocials (molt més que de l'assistència mèdica). Grans laboratoris i evolucionades teories han anat inculcant a través dels anys uns hàbits que ens han anat allunyant de nosaltres mateixos. Això ens ha convertit en éssers dependents de les grans multinacionals i dels grans especialistes.

Exemples com la teoria microbiana que es basa en la hipernetja, eliminar els microbis del nostre cos i del nostre entorn, estan generant una epidèmia d'al·lèrgies, d'asma i de malalties autoimmunes. El nostre concepte d'higiene és pervers perquè hem arribat a creure que els microbis i les infeccions són dolentes (la nostra hiperhigiene és perversa, nociva). Ens hem tornat enemics de nosaltres mateixos. Diguem que en

Salut en perill, cossos en lluita

segles passats la gent moria per falta d'higiene (els metges no es rentaven les seves mans abans d'intervenir en un part per exemple, o utilitzaven instruments d'un pacient a un altre sense netejar-los prèviament) i ara emmalaltim per extrema higiene.

La por que ens genera emmalaltir i les noves malalties sorgides arran de les condicions de vida precàries (no descansar el que necessitem, alimentar-nos amb aliments de mala qualitat que ens omplen però no ens nodreixen, l'estrès, la contaminació, els químics, etc) han fet que generem una dependència amb la indústria farmacèutica. Somiem amb descobrir una pastilleta per a cada problema. Perquè esperem que les solucions al nostre malestar vinguin de fora. No ens esforcem a canviar els hàbits que ens danyen, simplement prenem pastilles que òbviament no poden solucionar un problema de base. Aquesta dependència als fàrmacs, per afegiment, és un bon brou de cultiu per a l'epidèmia de drogodependències.

És així com deixem de creure en el nostre poder autocuratiu i ens tornem dependents d'un munt de mentides i de necessitats creades per buidar-nos les butxaques.

Així és com les multinacionals farmacèutiques no paren de lucrar-se amb les angoixes i malalties de la gent. Cohabiten sense cap problema amb sistemes sanitaris insolidaris.

El problema és que per més que ens mediquem, si no trenquem amb el sistema que ens explota, que ens fa viure vides miserables a força de treball-consum-factures, que ens allunya de nosaltres mateixes, mai serem persones sanes. Som animals i éssers orgànics, si no entenem això estarem sempre lluitant contra nosaltres mateixos. Estem destruint la naturalesa que ens alimenta i ens dona recer, no vivim en concorde al que som. Fabriquem i consumim productes nocius que no necessitem i que ens perjudiquen. Forcem el nostre cos, no els donem les hores de descans que necessita, ni els aliments apropiats. Després pretenem que un metge i una pastilla ens salvin. I continuem vivint les vides que ens han marcat viure, sense qüestionar res, amb el cap ajupit. La roda de l'explotació gira i gira i la nostra salut es deteriora a poc a poc.

Les malalties no són un capritx de la naturalesa. Hem d'escoltar-les perquè ens estan ensenyant el camí. Cap pastilla ens guarirà si no ens fem cas. Si no comencem a canviar els nostres hàbits i la nostra alimen-

tació, si no respectem els nostres processos naturals de autocuració, emmalaltirem una vegada i una altra sense donar oportunitat al cos a sanar-se. La solució a tot això? Confiar en els nostres cossos, generar una sanitat autogestionada on el que interessi no siguin els beneficis sinó la curació de les persones. Està bé aprendre a anar més a poc a poc i escoltar al cos, però no és suficient. Solament resulta ser una solució per a la gent que té el privilegi de poder parar, de tenir temps, de no haver de treballar en dos treballs per alimentar als nens, pagar el lloguer i les factures. Pels més explotats no hi ha temps per descansar. Si caus malalt has de medicarte perquè si agafes la baixa per poder recuperar-te com cal possiblement et fassin fora del treball o et mirin malament. Llavors, arribem a la conclusió que no podem guarir-nos i viure vides saludables sense canviar algunes coses bàsiques del món en el qual vivim – com l'explotació- i no podem enfrontar-nos a les estructures, sistemes i institucions que promouen l'explotació sols, sense ajuntar-nos amb els altres. Al cap i a la fi, som éssers socials i no existeix cap solució individual de la salut. Aquest llibre està dedicat a aquest enfrontament contra els qui ens mantenen en la misèria. Llavors aprenem a cuidar-nos mentre canviem el món.

SANITAT EN QUARENTENA

Sóc d'un país on només existeix la sanitat privada, on la gent sense feina o amb feina precària té poc accés a la sanitat. Fa poc temps vaig aconseguir l'accés a la sanitat per primera vegada en deu anys, ja que he immigrat i visc aquí a Barcelona. Pateixo d'una condició crònica i per fi m'operaran, si no es tanca abans l'hospital que em toca, que és l'Hospital Dos de Maig. És a dir, les retallades en sanitat m'afecten directament.

Diversos amics i veïns meus treballen al sector de la sanitat. Una amiga, per exemple, és metge però encara no és resident al seu hospital, així que també s'enfronta amb la precarietat. El pare del meu fillol és portalliteres. Només li fan contractes de tres mesos. Òbviament, no vull que perdi la seva feina.

Però quan m'ajunto amb les veïnes i els veïns per lluitar contra les retallades, no vull reaccionar cegament a la situació i prendre les mesures òbvies com manifestacions, peticions i rodes de premsa. Vull pensar-ho bé. Al laberint de la democràcia, el camí de lluita més fàcil — que és el camí que ens ensenyen i ens faciliten — sol ser il·lusori i ineficaç

Tenim drets per protegir-nos, tenim la premsa per difondre les nostres querelles, tenim sindicats per defensar els nostres interessos laborals, tenim polítics per representar-nos i si ens decepcionen molt fins i tot podem fundar un nou partit polític. També podem organitzar una manifestació, sempre que demanem permís a la policia i respectem les lleis i ordenances cíviques. Tot aquesta tramoia ha de servir per alguna cosa, oi?

Doncs, estem aprenent que aquests mecanismes serveixen per protegir el mateix sistema i que a nosaltres no ens serveixen per a res. Poc a poc, estem sortint del ciutadanisme innocent de "Democràcia Real Ya" i estem aprenent a lluitar amb força per recuperar el que ens pertany.

Exactament què és el que estem perdent amb les retallades? Ara ens volen treure la sanitat pública, cosa que ens afectarà greument. Però, d'on prové la sanitat pública? Si realment és nostra, com és que una institució aliena ens la pot treure? I si no ens pertany, sinó que ens és regalada, perquè abans sí i ara no? Diuen que si no saps d'on vens, no pots saber cap a on vas.

La sanitat pública és un aparell més de l'Estat de Benestar. I és evident que els altres elements d'aquest Estat, com el transport i l'educació pública, la jubilació subvencionada, l'assistència a les mares o a les persones en situació de desocupació o el treball fixe i no precari, també ens els estant traient poc a poc. De fet, des de ja fa anys es sentia parlar de la mort de l'Estat del Benestar. L'austeritat va ser un projecte del neoliberalisme des dels anys de Thatcher i de Reagan, molt abans de la crisi financera que utilitzen actualment per justificar les retallades. I el neoliberalisme és només l'estratègia dominant dels capitalistes en l'època actual. Estem perdent la sanitat pública perquè els capitalistes estan canviant el seu camí, de l'estratègia de l'Estat de Benestar a l'estratègia de l'austeritat, que ja es va inaugurar als països pobres a força dels xantatges del FMI, del Banc Mundial i d'altres institucions.

Per entendre perquè estan canviant d'estratègia, hem de sortir de la mitologia democràtica i de la seva falsa igualtat i unitat ciutadana. Hem de parlar d'un "ells" i un "nosaltres". Perquè quan diem que la fi de la sanitat ens afectarà greument, no és cert si parlem de totes i tots els ciutadans de l'Estat Espanyol. Perquè a cada ciutat de Catalunya, igual que passa a Castella o a Andalusia o a Euskal Herria, hi ha persones que van en cotxe, que paguen escoles privades als seus fills, que guanyen sous extraordinaris per la "feina" dura de manar els altres, d'invertir, o de ser propietaris; persones que pertanyen a mútues i a qui importa una merda la sanitat pública. I no és casualitat que siguin les mateixes persones que s'aprofiten dels moments de crisi, mentre els altres patim. Que fan carreres polítiques o són els veïns i els amics dels que ens governaran, els mateixos que fan les lleis i que són els autors de l'objectivitat que ens ven la premsa.

I van ser ells també els que en un moment concret, durant les èpoques de rebel·lió després de la primera i segona Guerra Mundial, ens van concedir l'Estat del Benestar. A l'Estat Espanyol va arribar una mica més tard i va donar contingut a la mentida democràtica de que totes i tots érem iguals, de que no existia un "ells" i un "nosaltres". I només van cedir aquests privilegis per frenar lluites potents, populars i -als anys de la post-guerra- armades, que amenaçaven amb derrotar el poder de l'Estat burgès i reemplaçar-lo per un o altre tipus de comunisme -segons una visió autoritària de les seguidores i els seguidors de Moscou- o una visió llibertària i auto-organitzada de les persones que encara se'n recordaven

de les col·lectivitzacions de Catalunya i Aragó o de les comunes lliures reprimides per la facció bolxevic a la revolució russa.

A Itàlia, França i Grècia, una gran part de la resistència antifeixista que va ajudar a vèncer els Nazis, que va alliberant una gran part de les terres posteriorment ocupades pels exèrcits dels Aliats, va lluitar pel comunisme (llibertari o autoritari), no pas per entronitzar la mateixa burgesia que abans de la guerra era la seva enemiga i que durant els anys 30 havia col·laborat amb els feixistes.

Per una banda, els exèrcits de Gran Bretanya o dels Estats Units havien de reprimir i fins i tot exterminar els revolucionaris (amb la ajuda de Stalin, a qui tampoc agradaven els radicals que podien desestabilitzar les relacions amb els altres estats). A Grècia, els britànics van massacrar els guerrillers antifeixistes que no es van desarmar. A Roma, els ianquis van bombardejar els barris amb més presència de partisans. I en el cas de l'Estat Espanyol, els serveis secrets francesos ajudaven la Guàrdia Civil a trobar i assassinar els maquis llibertaris que mai van parar de lluitar contra el feixisme.

Per altra banda, els nous governs instaurats pels vencedors de la guerra van pacificar la seva població i així van desinflar un moviment revolucionari amb la introducció de certes mesures de protecció social, sovint amb la participació de partits Socialistes i Comunistes integrats al nou Estat. Segons el model empleat pel president ianqui Roosevelt als anys 30, les mesures de benestar van ser dissenyades per recuperar la força de treball de la població, per prevenir una revolució i per crear noves oportunitats d'inversió en una economia destrossada per la guerra i l'anterior depressió. Era un moment en que en una crisi de post-guerra — símptoma típic pel descens de la producció que segueix després d'una guerra — podia haver esclatat una insurrecció social. Però l'estratègia de benestar també creava moltes oportunitats econòmiques, així que quan havia passat el perill d'una possible revolució, va seguir complint un paper útil pels capitalistes.

Avui dia, els estats són tant forts i les lluites populars tan dèbils, que no recorden la seva pròpia història i l'han cedit a les institucions oficials que retenen la memòria històrica. A més, l'expansió de la producció que va formar la base de l'època de la post-guerra ja va acabar als anys 70. Des de llavors, els capitalistes van haver de destinar els seus bene-

ficis no a la producció -opció que ja no donaria més beneficis- sinó a l'especulació. El sistema capitalista no pot funcionar d'una altra manera. Però l'especulació, base de l'expansió econòmica dels 90, també té un límit, al que es va arribar el 2008. I llavors, en comptes de deixar que naufraguessin els bancs importants – resultat de totes les crisis financeres del passat – van decidir destinar els diners de l'Estat de Benestar als bancs fracassats. Ja no necessiten comprar la nostra lleialtat perquè estem ja venudes i venuts a la ideologia democràtica i ciutadanista. Les noves oportunitats per a la inversió són en l'alta tecnologia o en el desenvolupament de l'ecocidi i el genocidi dels països pobres, no en el consumisme del Primer Món. Han desaparegut ja tots els oficis que requerien coneixements especialitzats, i han estat reemplaçats per màquines. A nosaltres només ens necessiten pel treball no especialitzat, i per tant som maquinària barata i no els importa la nostra salut ni la nostra educació.

És per això, i no per una altra cosa, que ara els sembla "necessari" treure'ns l'Estat de Benestar. Perquè ara no ens tenen por. I és un indicatiu de la ignorància regnant que tantes persones indignades creguin als pallassos qui, mentre preparen la seva pròpia carrera política, ens asseguren que si ens mantenim pacífics, legals, cívics i sortim bé a la premsa, podrem guanyar. La veritat és, que l'única manera de no perdre l'Estat de Benestar seria construir lluites populars encara més fortes i combatives que les lluites que existien fa mig segle. Però inclús amb això no seria fàcil guanyar. La història de l'Estat de Benestar ens mostra que mai ens va pertànyer a nosaltres, mai va ser una cosa dissenyada i pensada pel nostre benestar, sinó pel benestar dels capitalistes.

És per tot això que es fa imprescindible fer una crítica a la sanitat actual i plantejar una sanitat autogestionada, creada per nosaltres i dissenyada per la nostra salut, llibertat i felicitat.

Per tant, el que sembla el camí pragmàtic i realista és un camí realment ridícul. Refiant-nos de les lleis dels nostres governants, creient-nos la mentida democràtica de que els rics i nosaltres som iguals i estem units, atacant i expulsant els "violents" de les manis per a protegir la policia o els aparadors dels bancs o de Starbucks (multinacional ianqui assenyalada per la premsa com a una petita cafeteria després que un grup d'encaputxades la destrossés durant la vaga general del 29 de març del 2012), demanant al govern que salvi la sanitat, intentant sortir bé als mit-

jans de comunicació, buscant nous polítics per a votar, no fem res més que enfotre'ns-en de nosaltres mateixes. Estem alçant amb orgull la bandera blanca i demostrant als nostres explotadors que estem totalment rendits i derrotats, que poden seguir endavant amb les seves agressions perquè no existeix cap perill als ciments del seu poder. Pot ser que caigui un partit o un altre, però tot el joc, tota la maquinària, seguirà en marxa.

Desafortunadament, hi ha molts capellans del moviment entre nosaltres que sempre s'apunten a difondre aquest engany. La gent que dirigeix les manis o monopolitza el megàfon, que es sent identificada amb les normes del sistema, que té un afany pel poder, que realment creu que és pitjor bloquejar un carrer, defensar-se de la policia, trencar un banc o colpejar un polític que perdre la sanitat. Aquell que sempre ens dirigeix cap el camí destinat a l'estancament i el fracàs també sap que existeix una bona recompensa per a les persones de base que demostren al sistema que saben manejar, controlar i tranquil·litzar una lluita popular.

Es el mateix que va passar amb CCOO o el PSOE, organitzacions formades en part per persones que van lluitar amb valentia durant els últims anys de la dictadura i que van entregar-se a la maquinària del poder. Les lluites durant la Transició es van perdre, però els seus dirigents van guanyar alts càrrecs en el nou govern. Ja sabem tots que CCOO i el PSOE són iguals que altres sindicats subvencionats o partits polítics. Són ells els que ens trepitgen, ens exploten i ens condemnen a la misèria.

S'ha d'entendre que en la situació actual, també sorgiran paràsits semblants des de la base per dirigir els moviments fora de la conflictivitat i l'autogestió i cap a l'assimilació i la institucionalització. En cada lloc on aparegui una lluita autònoma, auto-organitzada, forta i creativa, per allà rondaran aquests paràsits, com mosques a la merda, per posar-se a la capçalera, sortir a la premsa, dirigir la massa i buscar una invitació a la taula dels poderosos i tenir així una oportunitat per pactar.

Per tant, hem d'organitzar les nostres lluites de manera descentralitzada i incontrolable. Hem de conscienciar-nos de qui són els qui patim l'explotació i qui són els que ens exploten (desmentint, per exemple, la propaganda xenòfoba). Hem de crear un poder popular sempre autogestionat, sense polítics ni comitès central. El que necessitem no és la unitat per consensuar una llista de propostes comunes per presentar-les a la premsa ni un portaveu per dialogar amb els poderosos. Necessitem la

força i els coneixements per prendre els carrers i també per prendre la infraestructura de la que depenem per a la nostra supervivència, perquè el que ens interessa es recuperar-ho tot i compartir-ho, sense rics, sense dirigents, sense representants.

Si la lluita en sanitat queda com un moviment monotemàtic, no té cap sortida a part de negociar amb els poders actuals. Però les lluites es posen en quarantena per controlar-les millor. La lluita per la sanitat ha de ser la mateixa que totes les altres lluites contra el sistema capitalista. No pot ser una lluita per una sanitat pública caducada que mai ens ha estat pròpia, i no pot ignorar les arrels de l'Estat de Benestar i de l'actual austeritat sense fracassar. Ara les treballadores i els treballadors del sector públic, ja sigui sanitat, educació o altres funcionaris¹, s'enfronten amb la possibilitat de ser convertides en treballadores precàries, és a dir, d'entrar en la mateixa realitat que ja patim les altres persones de les classes populars. Ajuntant totes les lluites, veurem que totes les nostres misèries tenen la mateixa causa i els mateixos autors.

Manifestar-nos i exigir millores als polítics sembla més fàcil que canviar el món sencer, i ho és, però la primera opció no té cap mena de possibilitat de salvar la sanitat, ni molt menys. O som honestes i ens rendim ja, o reconeixem el compromís gros que ens toca viure: per canviar alguna cosa hem de canviar-ho tot. Hem de portar endavant una revolució social. Una revolució és molt més que una assemblea, una ocupació d'una plaça o la manifestació més nombrosa que hem vist mai. Comença amb la solidaritat i l'acció directa i després passa per un camí d'anys de lluita, d'autoorganització i finalment de guerra, quan per fi els poderosos deixen caure la màscara democràtica i intenten aniquilar-nos. En aquest camí, aprenem caminant.

Es pot entendre que moltes persones no s'atreveixin a prendre aquest camí, però no podem permetre que s'assenyali un camí il·lusionari, el de la sanitat pública, com una cosa bona que ens pertany a nosaltres i que es salvarà amb un moviment pacífic i ciutadanista, sense haver-nos de mullar les mans amb la tasca feixuga de la solidaritat amb altres lluites. O parlem de revolució, o alcem la bandera blanca.

¹ Aquí no parlo dels matons dels policies, que com a bons oportunistes intenten afegir-se al moviment contra les retallades, perquè qui té porra i pistola i treballa com a mercenari contra les marginades de la societat no coneix la precarietat, per molt pobre que sigui, i mai pot entendre ni merèixer la solidaritat. És pitjor que ser un delator.

REALMENT ENS VOLEN MATAR

Un anàlisi del desenvolupament del capitalisme ens mostra una cara prou mercenària de la sanitat. Abans, sota el feudalisme, els senyors havien d'assegurar la supervivència dels camperols. Com que els camperols van gaudir del dret inalienable a la terra—i la terra no li pertanyia al senyor com una mercaderia sinó que era una espècie de bé comú entre el camperol i el senyor—era difícil trobar nous cultivadors si el senyor obligava els seus a treballar fins a morir. Només els senyors més poderosos, amb moltes terres i riqueses, podien explotar una part dels seus súbdits fins la mort.

En canvi, amb el capitalisme, quan els nous burgesos (entre ells antics senyors i nous comerciants de les ciutats) van expropiar violentament les terres—convertint-les en propietat i expulsant els cultivadors (que formarien la nova classe treballadora)—ja no s'havien de preocupar del benestar dels seus treballadors. Podien explotar-los fins a la mort en les fàbriques i després trobar-ne d'altres. Va ser l'Estat qui va assumir la responsabilitat d'assegurar l'abundància de mà d'obra barata. Això es va aconseguir a través de la criminalització de l'avortament i de la contracepció, forçant a les dones a augmentar la població, i a través de la criminalització de l'autosuficiència camperola amb les noves lleis de propietat. A partir d'aleshores, nosaltres, les classes populars, vam conèixer el xantatge del treball assalariat, l'obligació de vendre el nostre temps i les nostres energies als rics (propietaris de la terra, de les fàbriques, de les empreses i del capital) a canvi d'una petita part del valor produït necessari per a la nostra supervivència.

L'Estat també va començar a preocupar-se de la nostra salut. En la seva guerra contra l'autosuficiència ja havien destrossat la medicina tradicional que sovint era gestionada per dones. Ara s'havia d'aplicar una nova medicina--professionalitzada, patriarcal i capitalista--per mantenir-nos vius i capaços de seguir treballant¹. Mentre el capitalisme necessités màquines per treballar, la sanitat pública ens mantindria en marxa.

¹ Veure l'article "La desaparició de les curanderes"

Però què passa quan el capitalisme té un superàvit de màquines? Aquesta és la situació actual. Amb la mecanització, ja s'ha eliminat una gran part del treball industrial. Aquesta mecanització només farà que augmentar. Durant els '90, el creixement econòmic es va basar, en part, en l'augment de llocs de treball en el sector de serveis. Però cada cop més, s'estan introduint noves tecnologies que treuen més llocs de treball, com les caixes automàtiques d'autoservei als supermercats, serveis d'atenció a clients fets per ordinadors, etc. En un futur proper, no necessitaran els seus treballadors. Per ells, som maquinària caducada.

Quan diem, "Retallar la sanitat és assassinar!" no és cap exageració ni accident. Realment es tracta d'això. Ens volen matar perquè ara ja no ens necessiten.

Com que les decisions dels governants no són el mer resultat d'una equació econòmica—tal i com diuen els marxistes—sinó també el resultat de factors polítics, culturals i tradicionals, no intentaran reduir la nostra població de manera sistemàtica. Ells tampoc poden plantejar-s'ho així perquè ells pensen amb el mateix discurs liberal que els han ensenyat (amb la seva idea de consens social i entre classes, el seu concepte de drets establerts pel govern en comptes de necessitats definides per les mateixes persones). Simplement ara treuen menys beneficis per mantenir-nos vius. D'altra banda, segueixen contradictòriament amb la campanya de criminalitzar l'avortament perquè el feixisme i la repressió a les dones ha sigut una estratègia central per dividir i atacar a les classes populars.

Però no poden simular innocència. Saben molt bé, mentre gaudeixin dels serveis superiors de les mútues privades, que si retallen la sanitat, moltes persones moriran. És innegable. Però no seran ells el que morin. Serem nosaltres.

EL COS I LA MENT COM UN TOT

Més enllà del benestar pròpiament físic (el del cos) ens trobem amb el benestar psicoemocional. De fet, aquests dos aspectes formen part d'una mateixa cosa, malgrat la insistència de la medicina occidental a separar-los.

Quan parlem de salut moltes vegades pensem en els nostres cossos. Si enfoquem les coses des d'un punt de vista holístic, és a dir analitzant-les des de les múltiples interaccions que les caracteritzen, ens adonem que les diferents parts del cos no es poden aïllar: som un ens íntegre on unes parts es veuen afectades per les altres. El nostre cos funciona mitjançant un conjunt d'òrgans, ossos, músculs i teixits que treballen en correlació els uns amb els altres. A més, per a que els nostres òrgans funcionin, els nostres ossos s'articulin i per a que puguem caminar, necessitem una energia i un sistema nerviós que doni els senyals oportuns al cos. Però per a poder funcionar correctament també ens fa falta que les nostres emocions s'adeqüin als moments que anem vivint. Partint d'aquesta relació cos-ment podem afirmar que els nostres estats físics afecten als nostres estats anímics i viceversa.

Existeixen algunes emocions bàsiques en l'ésser humà: l'alegria, la tristesa, la por, la ira i la reflexió. En situacions normals aquestes emocions són reaccions comuns als estímuls externs i no causen malalties. No obstant això, si alguna d'aquestes emocions es torna persistent, trencant així la resistència normal de l'individu, llavors es poden produir trastorns funcionals dels òrgans. Això pot ocórrer quan ens aferrem a certes emocions, ja siguin de felicitat, tristesa o ira sense entendre que els estats anímics i les situacions canvien constantment. O quan ens obsessionem amb un passat desgraciat o amb un futur catastròfic. En aquest cas les emocions es converteixen en factors patògens causants de malalties i lesions orgàniques. Els trastorns emocionals tenen una influència real sobre les activitats dels òrgans. Per exemple, segons la medicina tradicional xinesa, la tristesa pot conduir a la melancolia, que fa que l'energia s'estanqui. El resultat és la hipofunció dels pulmons, que es manifesta en un baix estat

anímic, dificultat per respirar i cansament. Queda clar llavors, que hem de cuidar la nostra salut mental i la nostra salut física, sense infravalorar-ne cap de les dues, perquè el que li fas a una li fas a l'altra.

El que volem reflectir en aquest article és que els factors emocionals juguen un paper important en el desenvolupament de les malalties i que els factors físics, a la vegada, condicionen la salut psicològica. Divereses investigacions demostren que els factors psicològics poden exercir un paper fonamental en la causa i el curs de diferents malalties físiques. Creiem que és important no caure en hipòtesis reduccionistes que expliquen les malalties únicament des de teories o bé biològiques-genètiques o bé psicològiques-socials. Això és caure en propaganda ideològica barata. Culpar exclusivament la genètica o la societat és demagog i manipulador. És important, a l'hora d'analitzar la malaltia, observar els fenòmens físics, psicològics, socials i biològics, és a dir els múltiples factors que poden influir-hi.

La veritat és que estem tan sobre adaptats, tan acostumats a l'opressió i el malestar que ens genera aquesta societat, a mantenir-nos inquebrantables davant situacions traumàtiques, que tendim a ignorar els senyals que el nostre cos ens dóna per avisar-nos que alguna cosa no va bé. Això es deu, entre altres causes, a les dures condicions de vida que moltes persones pateixen, a l'allunyament davant el dolor que ens converteix en espectadors i no en part activa, a la incapacitat d'escoltar-nos i a la distància que tenim dels nostres cossos a causa de l'educació patriarcal i capitalista que hem rebut.

Però per poder estar sans no n'hi ha prou amb canviar-nos a nosaltres mateixos. Podem intentar millorar la nostra alimentació, fer exercici, aprendre a gestionar les nostres emocions d'una manera sana o generar unes relacions saludables amb altres persones. Tot això està bé i hem d'aprendre a cuidar-nos a nivell físic i emocional. Però si no destruïm els factors externs que ens fan mal i ens impedeixen d'estar sans (factors com el treball assalariat, l'estrès, la contaminació, el patriarcat, el capitalisme, la falta de solidaritat, entre d'altres), els nostres esforços moltes vegades seran en va, i els resultats molt pobres. Crec que cal aprendre a no tirar pilotes fora. A saber quines coses pots canviar i solucionar per tu mateixa i quins factors exteriors et perjudiquen i cal destruir o modificar. Quan llegeixo llibres sobre autoajuda i sobre la capacitat de canviar-nos a nosal-

tres mateixos, hi ha algunes coses que m'agraden. Crec que de poc serveix victimitzar i culpar la societat i els altres de tots els nostres mals sinó es fa un treball personal: hi ha una gran part de nosaltres i de la nostra educació que solament nosaltres mateixes podem canviar. Però també crec que les persones que escriuen aquests llibres, en alguns temes, o són molt hipòcrites o són molt ignorants.

No entenc com es pot analitzar el malestar personal sense analitzar el món en el que vivim i obviar totes les influències externes que ens generen malestar. Si no canviem el món de poc ens servirà el treball intern que puguem fer, perquè els factors externs sempre acabaran destruint-nos. No hi ha solucions individuals a tot això. O destruïm el sistema educatiu actual, el sistema sanitari, l'esclavatge assalariat, les formes de poder i jerarquia regnants que sotmeten unes persones en benefici d'unes altres i construïm, en el seu lloc, xarxes solidàries i de suport mutu o de poc ens serviran els hospitals, els llibres d'autoajuda o els psicòlegs. De fet, les institucions mèdiques sorgeixen com a conseqüència de les respostes corporals i mentals de les persones davant situacions d'estrès i d'opressió, és a dir, són respostes naturals i intel·ligents que ens avisen que el món en el que vivim ens fa mal.

La medicina occidental obvia el fet que el cos i la ment es complementen. Mai no va a l'arrel dels problemes, simplement s'encarrega de calmar els símptomes. Aquest tipus de medicina no té sentit si l'objectiu és la salut de les persones. Per això necessitem anar més enllà de la mera reivindicació. No volem que ens tornin la sanitat perquè mai ens ha pertanyut. Volem crear la nostra pròpia sanitat autogestionada, lluny dels interessos dels poderosos. Volem viure en comunitats on l'explotació desaparegui, on no existeixin ni rics ni pobres i les necessitats de totes les persones estiguin cobertes (habitatge, llum, aigua, aliments, roba, comunitat, contacte amb la natura, oportunitats per aprendre i desenvolupar-se lliurement...). Només així la nostra salut mental i física millorarà. I llavors podrem construir una sanitat des de baix, per i des de nosaltres mateixes, on la solidaritat i el recolzament mutu siguin una realitat. Haurérem d'aprendre noves formes d'autoorganitzar-nos. Serà un procés dur però segur que valdrà la pena. Juntes ho podem tot.

ELS ROLS ASSIGNATS EN LA SOCIETAT PATRIARCAL

La salut d'una població depèn sobretot de la manera de viure i de les condicions ambientals i psicosocials. Per tant no podem obviar el tipus de societat en la que vivim: una societat capitalista¹ i patriarcal². Partint d'aquesta base, voldria analitzar els aspectes que influeixen i danyen la nostra salut, tant física com mental. Parlaré de com el patriarcat ens afecta i de com la seva destrucció és bàsica si volem viure en cossos i ments sanes.

Naixem i creixem en societats patriarcal. Des de petits se'ns imposa un model social amb calçador, fins el punt que l'interioritzem i el normalitzem totalment. Això genera una negació del lliure desenvolupament psicològic, un factor importantíssim per a gaudir d'una bona salut. Si partim des del naixement ens adonem que múltiples factors contribueixen a generar una diferenciació entre gèneres. És el que anomenem sexisme, una discriminació cap algú pel fet de pertànyer a un sexe en concret. Podríem dir que ja llavors comença la construcció del gènere, que es basa en assignar uns rols o uns altres en funció de si el nadó és nena o és nen (si té vagina o penis). Així doncs, i sota justificacions biologicistes i naturals, l'agressivitat, la intel·ligència, la força i l'eficàcia són considerats estereotips característics de la categoria sexual home així com la passivitat, la ignorància, la docilitat, la cura i la inutilitat ho són de la categoria sexual dona. Això genera una diferenciació de conductes que modelen la personalitat de les criatures i que poc a poc minven els seus propis interessos i desitjos. La violència psicològica i física que suposa això per a les

1 Parlo de societat capitalista perquè és l'actual sistema de dominació en el que vivim, però qualsevol forma de poder, em sembla igualment despreciable. No pretenc canviar un sistema per un altre, o pretendre fer creure que un és millor que un altre. Tota forma de poder, jerarquia, control i submissió de les persones s'ha d'abolir.

2 Entenc per patriarcat el sistema de poder en el que s'imposa un model de vida basat en la heterosexualitat, la família mononuclear i una sèrie de conductes assignades en funció dels genitals. Tot i que els homes també sofreixen diverses formes d'opressió conductual, l'explotació recau principalment sobre les dones en benefici dels homes i de la societat.

criatures, i més tard per als adults, és incalculable. Aquelles persones que no caben al seu rol, que no aconsegueixen o no volen adaptar-se al que se'ls exigeix, són exposades a grans dosis de crueltat i agressions per part d'aquells que conformen el seu entorn social: insults, vexacions, puntades de peu, cops de puny, escopinades, pallisses, ridiculització, assetjament, exclusió, tant a l'escola com al carrer, i tal vegada a casa. Això els genera una gran violència física i psicològica que danya la seva salut. A aquestes persones els cal crear forts mecanismes d'autodefensa i tensió i també solen desenvolupar sentiments de por, culpa i vergonya. Tot això condiciona la seva llibertat d'expressió, de moviment i el seu desenvolupament.

Vegem com funcionen aquests mecanismes de control i submissió:

- Els colors³: Escollim un color o un altre en funció del gènere del nadó. Escollim la roba o el color de l'habitació. D'aquesta manera anem preparant el terreny perquè la criatura aprengui a ser femenina o masculina en funció del seu sexe biològic (si té penis o vagina).

Seria interessant utilitzar colors independentment del sexe al que pertanyi el nadó, i que quan creixes que ell o ella pogués escollir els seus colors preferits.

- El llenguatge: Utilitzem un to, una gestualitat o uns adjectius en funció de si és nena o nen. Quan ens referim al nen solem emprar paraules com “fort”, “robust”, “juganer”. Quan ens referim a la nena utilitzem paraules com “bufona”, “graciosa”, “dolça”, “afectuosa” i l'agafem en braços amb més suavitat i tendresa, amb més fragilitat.

Seria interessant que s'utilitzés un llenguatge comú per a tots dos, ja que una nena pot ser entremaliada i forta i un nen pot ser dolç i afectuós. D'aquesta manera no condicionem el seu caràcter, sinó que deixem que es desenvolupin lliurement.

- Les conductes: Alguns autors sexistes utilitzen arguments genètics per justificar la conducta dels nens i les nenes. Però si observem les conductes de les criatures ens adonarem que hi ha nenes que de vegades actuen de forma agressiva i hiperactiva i nens que actuen de forma tranquil·la i pacífica. No existeix un patró de conducta concret en funció del sexe al

3 Aquest fragment ha estat extret i inspirat pel text “De la insubmissió als bressols al combat dels gèneres” del col·lectiu Manzanarés.

que es pertany.

El que sí que fan els adults és manipular els nens perquè es comportin de manera determinada. Se'ls educa en la posició del cos i els moviments de manera diferent: a l'hora d'asseure's, de córrer, de trepar... imposant-los així una tipificació sexual.

Seria interessant que respectéssim la personalitat de cada nen i cada nena i els acompanyéssim en el seu creixement d'una manera no autoritària, és a dir, no imposant-los com han de comportar-se, sinó deixant-los créixer tal com són.

- Les emocions: Amb les emocions passa una cosa semblat que amb les conductes. Se'ls fomenta o permet expressar unes emocions més que unes altres: les nenes no es rebolquen pel terra, no criden, no són agressives, són afectuoses, tímides, presumides, porugues. Els nens no ploren, són agressius, no tenen por, són actius.

Seria interessant que a la criatura se li oferís un ventall de possibilitats emocionals que li permetessin expressar-se i no sentir-se reprimat/da ni coartat/da

- Els jocs: En els jocs dels nadons no hi ha discriminació per gèneres. Més tard s'inicien els jocs d'imitació on els nens i les nenes es veuen influenciats pel mitjà al que pertanyen. Així, les nenes juguen a nines, a cuinetes, a perruqueres i els nens a futbol, a eines, a cotxes, a herois. Aquesta discriminació de gènere és fomentada per la família i els mitjans de comunicació (només cal veure els terribles anuncis de joguines).

Seria interessant que les nenes i els nens juguessin a jocs independentment del seu sexe. Que se'ls ensenyin diferents ocupacions i que puguin fabricar-se les seves pròpies joguines.

- La sexualitat: El que molts nens i nenes aprenen dels adults sobre la seva sexualitat és que és una cosa brut que ha d'amagar-se. Totes les criatures passen per una etapa exhibicionista en la qual mostren els seus genitals. Aquest període totalment sa en la vida d'un nen és censurat i castigat pels adults, generant en la criatura un sentiment de culpa i de rebuig cap al seu propi cos. A més els adults tendeixen a fer una distinció en funció de si és el nen el que exhibeix el seu penis o és la nena la que exhibeix la seva vagina.

Seria interessant que a totes les criatures se'ls deixés descobrir la seva sexualitat, tocar i jugar amb els seus genitals de manera natural i no

Salut en perill, cossos en lluita

com alguna cosa rebutjable.

- L'estereotip d'agressivitat: Existeix la creença que els homes són més forts i les dones més febles. Això els nens i les nenes ho veuen en les feines que fan molts homes i poques dones (paleta, bomber...). Es presenten rols i estereotips falsos, ja que la fortalesa o la debilitat depenen de cada persona, independentment del seu gènere. A més les feines assignades com a femenines, com la neteja o la cura dels nens, són tasques infravalorades.

Seria interessant deixar a la criatura descobrir quines són aquelles tasques que li agraden més i deixar que les pugui desenvolupar sense que el seu sexe li condicioni per a això. I que els adults deixéssim de classificar els oficis o les feines com a masculines o femenines.

Tots aquests aspectes, que poden semblar innocents i subtils, formen part d'un entramat que és l'encarregat de modelar tota la societat patriarcal. Mitjançant justificacions pertanyents al corrent del essencialisme biologicista s'afirmen veritats inqüestionables que ens creiem com si fossin una cosa natural que es trobés en els nostres gens. Aquestes veritats arriben a afirmar que la dona és portadora hereditària d'aspectes com l'habilitat verbal, la capacitat per interpretar gestos i expressions facials, la sensibilitat emocional, un desenvolupat sentit del tacte, de l'olfacte i de la oïda, la capacitat per fer diverses coses alhora, l'afició per fer plans a llarg termini o l'impuls maternal. Mentre que les capacitats que formen part del cervell masculí serien la comprensió de les relacions espacials, el talent per resoldre problemes mecànics, la capacitat de concentració i l'habilitat per controlar les seves emocions (Fisher, 2000: 15).

Mitjançant aquest tipus d'explicacions es mostren com a inevitables les diferències i desigualtats entre homes i dones. Però si a una dona des de petita se li ha ensenyat a jugar amb nines i no amb eines; si a la seva casa ha vist com ha estat el pare el que ha canviat sempre les bombetes; si quan surt al carrer veu que són els homes els que porten el mono de treball i arreglen l'electricitat, com se li podrà ocórrer agafar un tornavís? Si a un home des de petit se li ha dit que els homes no ploren, que sigui fort, que no sigui un marieta, com podrà expressar els seus sentiments en una societat que se'n riurà i el condemnarà per fer-ho? Aquests aspectes no són biològics sinó culturals. És absurd pensar que perquè la dona té vagina i no penis no pot pujar a una escala. Però si sempre t'han dit que no n'ets capaç, acabes creient-t'ho.

La construcció del paper de la dona beneficia molt els interessos econòmics i del poder. Des de petita se la reprimeix i se la obliga a trencar amb la seva pròpia personalitat; se l'adoctrina, a força de xantatges i càstigs, per adaptar-se al seu paper de dona femenina submissa i disposada. D'aquesta manera s'aconsegueix que la dona s'ajusti al seu rol de servent dels altres: cuidadora, mestressa de casa i mare. Tot això sense cap tipus de reconeixement ni remuneració. A més, segons les necessitats econòmiques del moment, la dona també compleix el seu paper com a treballadora assalariada. Així, explotada arreu, poc a poc comença el malestar, la histèria, la depressió, la baixa autoestima, la desídia, la poca vitalitat (quantes vegades t'has sentit poc vàlida, ximple, inútil, menyspreada, poca cosa, cosificada, vulnerable, feble, lletja, grossa, poc intel·ligent, poc hàbil, moble-florer, aïllada, humiliada, deprimida, a l'ombra, invisible?). La salut física i mental queda per tant deteriorada.

Moltes malalties pròpiament femenines són el resultat de l'alienació i explotació a la que està sotmesa la dona. No ens deixem enganyar més: tots aquells aspectes que ens pinten com naturals i inevitables formen part d'una estructura ideològica per a sotmetre i esclavitzar a les dones. No són condicions estàtiques i infrangibles, encara que així ens ho hagin volgut mostrar. I tot això té greus conseqüències per a la nostra salut. No som màquines programades, som persones amb múltiples facetes, desitjos i interessos. Per poder començar a ser lliures i estar sanes, amb idees i interessos propis, hem de deixar de creure en les mentides que ens expliquen sobre nosaltres mateixes. No existeix un model de dona ni d'home únics, no existeix un model de personalitat concreta per a cada sexe. Solament existeixen els interessos morals, econòmics i ideològics.

La nostra salut, la nostra autonomia i la nostra llibertat estan en joc. Per això volem destruir la societat patriarcal, per poder ser qui vulguem ser, independentment dels nostres genitals.

LA DESAPARICIÓ DE LES CURANDERES: UNA HISTÒRIA DE BRUIXES¹

“Lo que todavía no se ha reconocido es que la caza de brujas constituyera uno de los acontecimientos más importantes del desarrollo de la sociedad capitalista y de la formación del proletariado moderno. El desencadenamiento de una campaña de terror contra las mujeres, no igualada por ninguna otra persecución, debilitó la capacidad de resistencia del campesinado europeo ante el ataque lanzado en su contra por la aristocracia terrateniente y el Estado; siempre en una época en que la comunidad campesina comenzaba a desintegrarse bajo el impacto combinado de la privatización de la tierra, el aumento de los impuestos y la extensión del control estatal sobre todos los aspectos de la vida social. La caza de brujas ahondó las divisiones entre mujeres y hombres, inculcó a los hombres el miedo al poder de las mujeres y destruyó un universo de prácticas, creencias y sujetos sociales cuya existencia era incompatible con la disciplina del trabajo capitalista, redefiniendo así los principales elementos de la reproducción social. En este sentido, y de un modo similar al ataque a la «cultura popular» y el «Gran Encierro» de pobres y vagabundos en workhouses (casas de trabajo) y casas correccionales, la caza de brujas fue un elemento esencial de la acumulación primitiva y de la «transición» al capitalismo.” Calibán y la bruja, Silvia Federici

El poder ens fa creure que la realitat que ens envolta és inevitable i que res podem fer per canviar-la. Però la història, la dels oprimits i no la que s'estudia en els col·legis, demostra el contrari. Al llarg dels segles, milions de persones han lluitat contra l'explotació i l'esclavitud, algunes vegades guanyant i obtenint així millores en les seves condicions de vida. Altres vegades han estat aixafats pels rics i les seves forces de l'ordre. No per això cal desanimar-se. És important que coneguem la nostra història i el llegat de lluita que els nostres avantpassats ens van deixar. Però també hem de tenir una visió actualitzada i estratègica dels temps que vivim. Podem recuperar el control sobre les nostres vides. Encara que no serà possible

1 Molts de les dades i de la informació d'aquest article han estat extrets dels llibres “Calibán y la bruja” de Silvia Federici i “Brujas, comadronas y enfermeras” de Barbara Ehrenreich i Deirdre English. Recomanem ferventment la seva lectura.

sense declarar una guerra oberta als qui sustenten la dominació.

La història de la sanitat té les mans tacades de sang. Però no pels qui curaven a les persones sinó pels qui buscaven el domini total de la societat.

Les dones sempre han estat curanderes. Tenien grans coneixements i experiència acumulada sobre anatomia, herbes medicinals i ungüents. Sabien procurar avortaments, assistir parts, coneixien mètodes de control reproductiu, disposaven d'analgèsics, digestius i tranquilitzants. Utilitzaven herbes contra els dolors del part i les hemorràgies i transmetien la seva saviesa generació rera generació. No eren remeieres professionals, ni tenien títols universitaris. Es basaven en la investigació i la pràctica artesanal que elles mateixes realitzaven i eren les úniques que atenien a la gent dels pobles on no havien ni metges ni hospitals.

La història convencional² alimenta el mite que les bruixes van ser apartades de la medicina per ser substituïdes per metges professionals els quals destacaven sobre elles per la seva superioritat tècnica. És a dir, tot el seu llegat i saviesa passa a convertir-se en un conte de velles. Però el fet que actualment encara s'utilitzin herbes medicinals que van descobrir les bruixes en aquella època desmenteix aquesta teoria. I el més important: ens fan creure que aquesta transició a la ciència moderna i a l'eliminació de la saviesa tradicional va ser un procés transitori natural, lligat a l'evolució de la ciència mèdica. Però no ens expliquen que es va tractar d'una presa de poder i de monopoli de la medicina que va estar tenyida de sang i sofriment. El que cal entendre és que la caça de bruixes no es va produir en un període de decadència de l'Edat Mitjana, sinó en un moment de fortes revoltes i sublevacions per part de la pagesia, on a més les dones i els homes tenien un gran poder i una gran saviesa popular. Les classes riques van veure perillar el seu regnat, i com ha passat sempre al llarg de la història, van imposar una campanya de terror i genocidi contra la societat, en aquest cas contra la pagesia i les curanderes i curanders.³

2 Por desgracia, las brujas, mujeres pobres y analfabetas, no nos han dejado testimonios escritos de su propia historia y ésta, como ocurre con el resto de la historia, nos ha llegado a través de los relatos de la élite instruida, de modo que, actualmente solo conocemos a las brujas a través de los ojos de sus perseguidores. De “Brujas, comadronas y enfermeras”.

3 No hem trobat gaire informació sobre el paper dels homes dins de les pràctiques curatives tradicionals, però sabem que entre 10.000 i 20.000 homes van morir a la caçera de bruixes.

Noves lleis van castigar els pagesos i les terres van quedar tancades amb cercols. A conseqüència d'això van perdre l'accés a la terra i, per tant la sobirania alimentària. També van perdre l'accés a la sanitat autogestionada i organitzada pel seu propi bé. Això va constituir la pèrdua de la salut com una cosa positiva i a l'abast de tothom, i va suposar la inauguració de la salut com una condició de dependència a les institucions del poder.

El període de la caça de bruixes abasta més de quatre segles, des del segle XIV fins al XVII. Es localitza principalment als països de parla alemanya per després estendre's fins a Espanya, Itàlia, França, Anglaterra i Escòcia, encara que és possible que trobem casos en altres llocs. Determinar quantes bruixotes van ser cremades resulta difícil, ja que molts judicis no van ser registrats o, si ho van ser, el nombre de bruixes cremades no ve especificat. A més, molts documents han estat destruïts. Però podríem calcular una aproximació de 200.000 judicis contra dones en tres segles i entre 60.000 i 100.000 assassinats.⁴ Moltes altres patien fortes tortures i humiliacions públiques. A això també cal afegir el dany psicològic que sofrien les poques dones que sortien absoltes dels judicis, ja que estaven marcades per a tota la vida.⁵

Però, qui van ser les bruixes i quins horribles crims van cometre per provocar aquesta reacció en la classe dominant? L'acusació de bruixes-

4 Resulta molt difícil saber amb exactitud el nombre d'assassinats, ja que molts no estan registrats o s'han perdut els registres. Segons el llibre "Brujas, parteras y enfermeras": *Hacia mediados del siglo XVI, el terror se había propagado a Francia y algunas ciudades alemanas. Las ejecuciones alcanzaron un promedio de 600 anuales, aproximadamente dos diarias <sin contar los domingos>. En la region de Wertzberg, 900 brujas murieron en la hoguera en un solo año y otras 1.000 fueron quemadas en Como y sus alrededores. En Toulouse llegaron a ejecutarse 400 personas en un solo día.*

5 L'encarregat de posar en marxa un procés de bruixeria era el vicari o jutge del districte, qui havia de fer pública una proclama en la qual... : *se ordena, manda, requiere y advierte que en el plazo de doce días...todo aquel que este enterado, haya visto u oído decir que cualquier persona tiene reputación de hereje o bruja o es particularmente sospechosa de causar daño a las personas, animales o frutos del campo, con perjuicio para el Estado, deberá ponerlo en nuestro conocimiento*. Aquesta campanya de xivateig és utilitzada actualment pels Estats. Vegeu la pàgina web que el conseller d'interior Felip Puig va realitzar per identificar als antisistema que es van rebel·lar contra l'opressió del sistema capitalista en la vaga general del 29 de març de 2012, en la qual es demanava col·laboració ciutadana, és a dir, xivatos.

ria, que va ser la principal causa de la crema de bruixes i bruixots, abasta múltiples delictes, des de la rebel·lia, fins a la heretgia religiosa, la immoralitat sexual, el fet d'estar organitzades, la blasfèmia i posseir coneixements mèdics i ginecològics. Sobretot se les acusava de crims sexuals contra els homes i de tenir poder màgics sobre la salut.

Les bruixes confiaven més en els seus sentits que en la fe. No tenien una actitud passiva sinó fortament indagadora. L'Església tenia valors contraris i veia en les bruixes una amenaça per a la seva doctrina cristiana. Per tant, en la caça d'aquestes remeires conflueixen la misogínia, la sexofobia i la por a l'autonomia i als coneixements populars, doncs aquests suposaven una traïció per a la fe. És a dir, les bruixes disposaven de les seves pròpies creences i dels seus propis coneixements, aliens a la doctrina religiosa. Per tant, la bruixa encarnava una triple amenaça per a l'Església: *era mujer y no se avergonzaba de serlo; aparentemente formaba parte de un movimiento clandestino organizado de mujeres campesinas; y finalmente era una sanadora cuya práctica estaba basada en estudios empíricos.*⁶ Podem trobar afirmacions que l'Església realitzava contra les bruixes com que: *las brujas habían experimentado por primera vez el placer sexual con el demonio y que luego contagiaban a su vez el pecado a los hombres. Es decir que se culpaba a las mujeres de la lujuria (...). También se las acusaba de causar impotencia en los hombres y hacer desaparecer sus genitales.* Altres afirmacions venien a dir que *la bruja prometía fidelidad al diablo a cambio de los poderes que recibía.*⁷

Els nous estats protestants van matar a més bruixes i bruixots que l'Església catòlica. En aquest cas l'acusació més comuna era de sabotatge reproductiu (ja que elles controlaven la seva pròpia fertilitat) o de males collites.

Les bruixes van ser totalment aniquilades a causa dels seus sabers curatius i les seves vides al marge de la moral cristiana i de l'Estat. Es van necessitar quatre segles per eliminar-les i poc ens queda de la seva història i del seu llegat. A poc a poc es va anant imposant el model actual de medicina professionalitzada i elitista, on les classes baixes van deixar de prendre partit. La implantació de la medicina professional va facilitar

6 L'empirisme és una teoria filosòfica que emfatitza el paper de l'experiència, lligada a la percepció sensorial, en la formació del coneixement.

7 De "Brujas, parteras y enfermeras"

l'exclusió legal de les dones de l'exercici de la sanació, doncs no disposaven de titulació. A més l'accés a la universitat va quedar vetat per a les dones. Però al principi els nous professionals no disposaven dels coneixements ni l'experiència per gestionar la salut. A l'hora que l'Estat estava executant a bruixes i bruixots que practicaven la medicina tradicional també estava institucionalitzant-la. Això obligava a les comadrones a regular la seva professió davant el poder, cosa que les va salvar de la mort a canvi de subordinar-se a un metge que segurament tenia menys coneixements que elles. Les comadrones regulades sovint col·laboraven en delatar a les bruixes no regulades.

Davant això podem pensar que aquella època tan devastadora per a les dones va quedar enrere i que ara disposen d'uns privilegis igualats als dels homes. Però aquesta visió és molt simplista i massa innocent. La medicina, després de la Inquisició, va passar a formar part del domini masculí i tota la saviesa femenina respecte a la medicina va quedar soterrada. Això es va fer per controlar a les dones i arrencar-lis tot el coneixement sexual i el poder que sobre els seus cossos tenien. Ara que, segles després, la seva memòria ha estat esborrada i el patriarcat ha guanyat la batalla, les dones tornen a ser mèdiques. Però aquesta vegada és des d'una lògica patriarcal, i no des d'una medicina per a les dones. *Ahora que ya no tienen legado ni pasado, se las reincorpora porque no suponen un peligro de cambio o de ruptura con el sistema sanitario actual.*⁸ És a dir, les metgesses actualment perpetuen la lògica de la institució patriarcal i elitista. I a sobre ens venen la seva inclusió dins del món mèdic com una mostra democràtica d'igualtat. Però perquè tot això hagi succeït s'ha necessitat molt dolor i moltes morts. És hora de plantejar-nos seriosament la nostra medicina actual i ser conscients de quines pràctiques i valors estem reproduint. Si ens autoformem de nou, si fomentem l'autoconeixement dels nostres cossos i de la nostra sexualitat al marge de la lògica patriarcal i estatal, és possible que comencem a recuperar la nostra autonomia i la nostra llibertat. Potser llavors trovem una medicina més respectuosa i menys agressiva pels nostres cossos, on s'anteposi la salut de les persones per davant de les necessitats de l'Estat (mà d'obra, control de la natalitat, negoci farmacèutic, etc).

Segur que les bruixes, estiguin on estiguin, ens faran l'ullet de

8 De "Brujas, parteras y enfermeras"

complicitat i rebel·lia. Recuperar el seu llegat és una manera de rebel·lar-nos contra un sistema que perpètua els mateixos valors que van provocar la seva aniquilació. Que les seves morts no hagin estat en va.

DONES I BOGERIA

M'interessa molt fer un apartat especial sobre dona i bogeria on inclogui aquells aspectes que atempten contra la salut emocional de les dones. La societat patriarcal en la qual vivim sosté la divisió home-dona segons els genitals corresponents i imposa un model de conducta en funció d'aquests gèneres. Això genera una greu opressió que nega la llibertat individual de les persones per poder decidir què volen ser i com volen comportar-se, independentment dels seus genitals. Això genera greus trastorns emocionals, que es veuran reflectits al llarg de les seves vides. Les dones¹, generalment, sofreixen una opressió major que la categoria home, doncs la seva explotació, alienació i falta de llibertat és major que la pertanyent al sexe masculí. En paraules de Mabel Burin ("Gènere i Psicoanàlisi: Subjectivitats femenines vulnerables"):

“una de las ideas centrales desde un punto de vista descriptivo, es que los modos de pensar, sentir, y comportarse de ambos géneros, más que tener una base natural e invariable, se deben a construcciones sociales que aluden a características culturales y psicológicas asignadas de manera diferenciada a mujeres y hombres. Por medio de tal asignación, a través de los recursos de la socialización temprana, unas y otros incorporan ciertas pautas de configuración psíquica y social que hacen posible la femineidad y la masculinidad. Desde este criterio, el género se define como la red de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, sentimientos, valores, conductas y actividades que diferencian a mujeres y varones. Tal diferenciación es producto de un largo proceso histórico de construcción social, que no sólo genera diferencias entre los géneros femenino y masculino, sino que, a la vez, esas diferencias

1 En aquest cas em refereixo al concepte de dona segons la divisió patriarcal i els rols que se li assignen: cuidadora, protectora, tendra, maternal, submissa, callada, dependent, feble. Encara que es tracta d'una categoria impossible de definir si ens sortim de la lògica patriarcal (què és realment ser dona?), ja que en aquest cas no hi ha característiques pròpies capaces de definir a aquest subjecte ja que no hi ha res uniforme ni estereotipat, la utilitzo en aquest cas perquè és una realitat latent, i és una cosa que marca la vida de les dones. Encara que aconseguixin sortir d'aquesta lògica, la violència que s'exerceix contra elles marca les seves vides i la seva salut.

El concepte de normalitat marca la vida de les dones. La bogeria s'utilitza per definir a dites subjectes com a éssers malalts quan no segueixen les conductes assignades. Això les converteix en boges. Sortir-se de l'establert té un preu.

Si ens centrem en el concepte de bogeria com a malaltia mental trobarem una classificació, un diagnòstic i una etiologia. Inclou també una valoració negativa i actituds de rebuig a nivell social. És a dir, al llarg de la història una sèrie de psicòlegs i psiquiatres han teoritzat sobre el concepte de bogeria. Han decidit, d'acord a una sèrie de comportaments o actituds, on estan els límits que separen a una persona corda d'una boja. Han inventat un munt de malalties mentals, els hi han posat un nom, uns símptomes i uns tractaments (moltes vegades la condemna al tancament). A partir d'aquest discurs es crea el concepte de normalitat i es classifica el que no funciona, el descompost, el malalt, el diferent. Amb aquesta base es genera la norma, i d'aquí sorgeix la repressió mèdica, hospitalària i carcelària.

En el cas de les dones no solament s'han basat en fets conductuals, també en fets biològics com la coneguda malaltia de la "histèria", diagnosticada en la medicina occidental fins a mitjans del segle XIX. En l'era victoriana va ser el diagnòstic habitual d'un ampli ventall de símptomes, que incloïen defalliments, insomni, retenció de fluids, pesadesa abdominal, respiració entretallada, irritabilitat, pèrdua d'apetit i tendència a causar problemes. Aquests símptomes podrien tenir el seu origen en les dificultats de les dones per complir amb les expectatives estereotipades del gènere: ser una bona dona, fer un bon matrimoni, criar bé als fills, tenir una família feliç. I per descomptat, tot el que concerneix a la repressió sexual.

La dona troba una infinitat de contradiccions al no complir amb les expectatives que la societat espera d'ella. Així, entra en crisi desestructuradores quan tria opcions diferents a la norma. La ideologia de la culpa troba aquí el seu lloc, per provocar en els subjectes diferents patiments i conflictes que les depassen i a més els hi resulten incomprensibles. Moltes vegades les dones tenen sensacions de malestar però no aconsegueixen desxifrar perquè els hi succeeix això. Les que intenten realitzar la feminitat a la manera tradicional mai ho aconsegueixen del tot perquè per

Salut en perill, cossos en lluita

més esforços que fan per complir "el seu haver de" no ho aconsegueixen perquè no entren en els cànons de bellesa, perquè ja no són joves, perquè no són femenines, perquè són pobres, etc. Les dificultats per viure l'ideal femení són múltiples: algunes no aconsegueixen casar-se, unes altres es divorcien, unes altres es queden vídues. Així, són classificades en funció de la seva condició conjugal: solteres, vídues, divorciades, assenyalades socialment. Això pot generar en elles un sentiment de fracàs, d'abandó i de desemparament.

La cultura reconeix com a negatives a les dones que no compleixen amb el seva haver dictaminat.

Son consideradas locas aquellas mujeres que por imposibilidad, desobediencia o rebeldía, transgreden las cualidades de la feminidad. Quienes no son novias, amantes, esposas, quienes no tienen hijos, quienes no viven en familia, quienes disfrutan eróticamente de su cuerpo y de lxs otrxs, quienes actúan y piensan de manera autónoma, quienes son sabias, quienes no son femeninas, quienes gustan del amor de las mujeres, quienes van por el mundo laicamente, quienes reivindican como trabajo su trabajo, y quienes se construyen un espacio, un tiempo y un territorio en el mundo son reconocidas como locas (...) Son locas quienes no asumen la norma del comportamiento emocional femenino, y son agresivas, o desenvueltas, inteligentes (...). Las que viven en la soledad sin hombres que les den vida ni de quienes depender. Son locas las mujeres que no se casan porque no quieren, y locas también, quienes renuncian a la maternidad. Pero las más locas de todas las mujeres son las que, por estos y por otros caminos, se proponen conscientemente como acción política, cambiar el contenido de ser mujer, y del mundo. Esas sí están rechifladas, no se miden(...)

(...)Las madresposas, las monjas, las santas, las buenas, las cuerdas, las sanas, son también formas de las mujeres, somos seres destinados a los otros sin espacio ni tiempo ni personalidad propios y autónomos. Su mundo, sus necesidades, sus deseos, son de los demás y ellas están para satisfacerles maternal y conyugalmente. La madresposa enloquece cuando los otros ya no son referentes, ni espejos para su identidad, ni para su modo de vida. Es la locura de la soledad social, de no ser útil, necesaria, indispensable. Es la locura del abandono y del desamor a quien nunca abandonó. La ausencia de los otros es la muerte de una parte central de sí misma, que abarca casi

*la totalidad de su ser mujer.*²

Moltes dones viuen en la creença que estan destinades a cuidar a l'altre. Quan els seus fills creixen i s'independitzen senten que no serveixen per res perquè l'única cosa que han fet amb les seves vides ha estat dedicar-les a tot menys a elles mateixes. D'altra banda les dones que surten de la norma establerta i es revolten contra els cànons estètics, conductuals i sexuals, o simplement no encaixen en ells són castigades socialment, ja sigui amb l'exclusió, el menyspreu, l'insult, entre altres coses.

Así, la locura es el desgarramiento de las mujeres ante el sufrimiento, la impotencia y el dolor. La mujer que no cumple con sus obligaciones naturales es tratada mediante la desvalorización, la permanente exigencia, el castigo, el ostracismo, el aislamiento, la reclusión y la inferiorización (...) La locura femenina es el delirio producto de la permanente entrega a los demás.

Les dones sofreixen una forta estigmatització i ostracisme quan decideixen viure les seves pròpies vides i sortir-se del comportament emocional que se'ls ha assignat. S'espera d'elles una sèrie de conductes que, al no veure's complertes moltes vegades perquè no aconsegueixen adaptar-se o perquè es rebel·len, generen rebuig social i sentiments de culpa per no ser les persones que s'espera que siguin. Això genera forts desequilibris emocionals, gran angoixa, sofriment, depressió, desmotivació per la vida. Des de petites se'ls obliga a viure sota fortes normes de conducta que les allunyen de les seves pròpies vides.

Si per contra s'adapten a les vides pautades el sofriment no és menor. La sensació d'angoixa i sofriment és similar, sense ni tan sols entendre perquè, ja que no són conscients que estan sent manipulades. Entenen els rols com alguna cosa normal i això les empeny a comportar-se d'una manera que també les allunya dels seus desitjos reals.

Tot això pot generar multitud de desequilibris mentals i de crisis d'identitat. La salut mental de les dones té relació directa amb la societat que les nega com a subjectes amb personalitat pròpia. Aquest text pretén donar a conèixer com moltes de les malalties mentals que coneixem són respostes vitals a les imposicions socials que s'exerceixen sobre les dones.

La baixa autoestima, la depressió, la histèria, els complexos, la falta de vitalitat, la neurosi, el malestar, són el resultat de la pressió exercida

2 "Los cautiverios de las mujeres", Marcela Lagarde y de los Ríos

Salut en perill, cossos en lluita

sobre les dones perquè siguin el que la societat necessita que siguin. Si no s'aconsegueix que compleixin la seva funció social assignada se les condemna a diferents càstigs, ja sigui la classificació de boges, el tancament, la drogodependència a antidepressius, etc., ja que llavors no interessin com a éssers actius a la societat. És molt important que ens adonem que la majoria de malalties, tant físiques com a mentals, són el resultat de viure sota un sistema opressor, patriarcal i esclavista que tracta a les persones com a mercaderia. Per més pastilles que prenguem, per més consultes psiquiàtriques que visitem, sinó canviem el món en el qual vivim, sinó trenquem els fonaments de la societat existent, seguirem sofrint i emmalaltint.

La salut mental d'una població és tan important com la seva salut física. Si visquéssim en comunitats basades en les necessitats reals de les persones, en les quals no existissin mantinguts a canvi d'explotats, on l'aigua, la llum, l'habitatge i l'alimentació no fossin un negoci sinó una necessitat bàsica, on cada persona pogués escollir viure la seva vida i la seva sexualitat lliurement, sense haver de ser el que s'espera d'ella, possiblement l'assistència mèdica quedaria reduïda perquè no emmalaltiríem tant. Moltes malalties desapareixerien, la salut mental milloraria i seríem persones molt més sanes.

Millorar la sanitat sense canviar el món no farà que les sales dels hospitals estiguin menys plenes.

SOBRE SEXUALITAT, COS I GÈNERE

La nostra sexualitat està totalment relacionada amb la nostra salut. Vivim en una societat en la que els nostres cossos són vetats, censurats i moltes vegades menyspreats pels altres i per nosaltres mateixes quan no s'adapten als cànons establerts. Aquí us deixem amb uns apunts sobre sexualitat, cos i salut, des de una perspectiva antipatriarcal.

Sobre els vincles afectius

Quan som nadons, en molts casos se'ns allunya del cos matern, del contacte pell a pell. Se'ns nega la lactància materna per diversos motius, se'ns abandona en un bressol, se'ns deixa plorar en un cotxet. Els beneficis del pell a pell són innumbrables (millora l'efectivitat en el primer alletament i redueix el temps per aconseguir una succió efectiva, regula i manté la temperatura infantil, la durada del plor del nadó és menor, però sobretot millora els comportaments d'afecte i vincle amb la mare). Aquest punt és més important del que sembla ja que el que la societat capitalista pretén és trencar el vincle afectiu entre les persones. D'aquesta manera es produeix una desconfiança, un rebuig, una insociabilitat, i això comporta la ruptura de llaços solidaris i de suport mutu.

Sobre la repressió cap el nostre propi plaer

Quan som nens comencem a descobrir la nostra sexualitat, comencem a explorar, a jugar amb els nostres genitals i els dels nostres companys. Ràpidament el món adult intervé per dir-nos que això no es fa, en moltes ocasions se'ns castiga i el sentiment de culpa ens envaeix. Que els nens i les nenes experimentin amb el seu cos, és el més sa que existeix i veure-ho com alguna cosa depravada és malaltís. El que els estem generant a aquestes criatures amb les nostres intervencions adultes és una negació del seu cos, un menyspreu absolut cap a elles mateixes. Això generarà en un futur actituds de desconeixement i de fàstic cap als seus propis cossos. El camí cap a la recerca del plaer i del benestar, que és una cosa totalment sana i necessària per a la nostra salut, quedarà vetada. Només cal veure les referències que es fan cap als genitals femenins, com “la coseta”, “això d'aquí

Salut en perill, cossos en lluita

a baix”, com si no tingués nom o fos un pecat anomenar-ho. S’*invisibilitza* i es censura totalment.

En l’informe “Hite”¹ dins l’apartat de si a les dones els agrada masturbar-se s’afirma que *la majoria de les dones van declarar que havien gaudit amb la masturbació físicament (al cap i a la fi, conduïa a l’orgasme), però, habitualment, no d’una manera psicològica. Psicològicament es van sentir soles, culpables, rebutjades, egoistes, i, en general, dolentes.* Heus aquí altres paraules freqüentment citades: *incòmodes, a la deriva, patètiques, avergonyides, brutes, buides, concentrades en si mateixes, estúpides, disgustades...* Com va dir una dona: *“Per a mi, la masturbació és solitària, infantil, egoista, tot allò, en suma, que preferiria que no formés part de la meva experiència sexual. De vegades la practico, però no m’atreviria a proclamar-ho públicament.”* Va haver-hi altres dones que van facilitar opinions similars. En aquest informe també s’afirma: *“La masturbació t’ensenya a conèixer el teu propi cos, i a donar-li satisfacció, la qual cosa condueix a incrementar el teu sentit d’independència i pot augmentar també la teva capacitat per relacionar-te amb una altra persona; el mitjà de poder explicar-li a una altra persona què és el que et produeix plaer pot explicar molt en una relació.”* La censura i la repressió sobre els nostres cossos no es produeix de manera casual: forma part d’un sistema de dominació que vol sotmetre’ns a un règim d’esclavitud en el que el plaer, l’autonomia i el coneixement sobre nosaltres mateixes quedi totalment abolit.

Sobre la nostra menstruació

El tema de la menstruació és una altra forma més d’embrutiment dels cossos de les dones. Al llarg de la història hem hagut d’escoltar mil bajanades, com per exemple que les flors es marceixen o que la maionesa es talla quan tenim la regla. De fet, la meua àvia, quan volia saber si tenia la regla em preguntava si estava indisposta, com si es tractés d’una malaltia o una invalidesa. Moltes dones tenen un gran conflicte amb la seva regla, la rebutgen, la desaproven, els incomoda la seva olor. Per descomptat no cal fer una oda a la regla, però tampoc una condemna d’alguna cosa que simplement forma part del nostre cos.

¹ Estudi realitzat per Shere Hite sobre sexualitat femenina a través d’entrevistes a dones de diverses classes socials i races.

Sobre el nudisme

El nudisme resulta ser una altra aberració en la nostra societat. És criminalitzat, multat i perseguit. L'argument més utilitzat és “hi ha nens a prop” o directament “el nudisme és una depravació”. Resulta increïble que els adults atomitzats i empapats de moral cristiana utilitzin els nens com a escut contra alguna cosa que els repugna a ells com a adults. Un nen no és capaç de veure en un cos res de brut ja que encara no ha estat adoctrinat. Quina classe de depravat pot veure en la nuesa alguna cosa impura? Tal vegada la repressió sexual i les agressions sexuals puguin crear temor. Però si alguna vegada has estat en una platja nudista t'adonaràs que existeix el respecte, la gent simplement passa el seu dia tranquil·lament al sol. I si es donés el cas d'alguna agressió visual o física hem d'actuar contra aquesta persona, però no podem permetre que casos aïllats embrutin alguna cosa tan simple i tan sana com és el nudisme. No podem perdre una cosa tan maca.

De fet, naturalitzar els cossos nus és el més sa que podem fer. Adonar-nos que tots som el mateix i venim del mateix lloc, que els cossos són diversos i múltiples (no som les barbies i els kens que el capitalisme ens ven a la tele) i que hem d'esborrar de les nostres ments la visió capitalista i bruta que es té del cos. No podem renunciar a la nostra llibertat, hem de lluitar contra els qui intenten apropiarse dels nostres cossos, intenten embrutir-los i hem d'encarar-nos a aquells que no mostren respecte o que creuen que poden agredir-nos pel fet de mostrar-nos tal com som (em refereixo a les agressions que es generen per aquells que pensen que pel simple fet d'estar nu en una platja o portar poca roba tenen potestat per agredir-nos).

Sobre l'exclusió dels cossos i la criminalització de les formes sexuals no normatives

La societat ens castra i ens condemna a viure una sexualitat que no ens pertany, que no surt de nosaltres, sinó que entra en nosaltres des de l'exterior a través de l'educació i de la moral.

La normalització del gènere i de la sexualitat i l'opressió que sofreixen gais, lesbianes i transsexuals per no seguir les normes establertes amaga greus conseqüències a nivell de salut física i mental. Estem totalment marcats pel sexe que se'ns assigna, i de fet, per ser considerades

persones acceptades i aptes hem d'estar coherentment sexuats. Què vol dir això? Doncs que els nostres genitals han de marcar clarament el sexe al que pertanyem per, a continuació, assignar-nos un gènere i uns rols a seguir. És així com es creen una sèrie d'escalles de valors degudament jerarquitzades on es troben, al cim, *els reproductors heterosexuels casats. A sota hi trobaríem els heterosexuels monògams no casats mentre que les parelles gais i lesbianes es troben a la vora de la integració i de la respectabilitat. Els promiscus es troben prop de les castes sexuals més menyspreables: transexuals, travestis, fetitxistes, sadomasoquistes, prostitutes. Els que pertanyen a l'escala més alta gaudeixen de respectabilitat, reconeixement, respecte i acceptació social. A mesura que anem baixant ens trobem amb tot tipus de catalogacions en quant a malalties mentals, marginalitat, rebuig social, menyspreu, exclusió, il·legalitat i estigmatització.*² Molts països presumeixen de conquestes en quant a la llibertat sexual (el matrimoni homosexual³ ha estat legalitzats en 14 països⁴).

Però si gratem una mica ens adonarem que no és or tot el que llueix. No hem de deixar-nos enganyar per aquest parany democràtic. El que aquí es busca és normalitzar i poder controlar alguna cosa que en els seus inicis resultava subversiva. D'aquesta manera maten dos pardals d'un tret: creen l'aparença d'igualtat i converteixen el matrimoni gai en un producte més. És a dir, es perpetua el model de parella, de família, com una cosa tancada i inamovible, on la idea de transgressió es trenca

2 "La voluntad y el deseo. La construcción social del género y la sexualidad: el caso de lesbianas, gays y trans", Gerard Coll-Planas, pàg 86

3 Afganistan, Aràbia Saudita, Unió dels Emirats Àrabs, Iran, Mauritània, Nigèria, Suen i Iemen apliquen la pena de mort contra homosexuals i lesbianes. I suposa delictes en 78 països. La lapidació per adulteri està legalitzada a 5 països (Nigèria, Somàlia, Indonèsia e Irán) y dos milions de dones al món pateixen l'ablació del clitoris per a perdre la sensibilitat i no poder sentir plaer.. Existeix una gran història d'intervencions polítiques i eclesiàstiques de països desenvolupats que recolzen la il·legalització del matrimoni gay, i que mitjançant les seves campanyes misioneres a països pobres i promovent la caritat, han inculcat grans dosis d'ideologia cristiana, homòfoba i sexista. També trobem connexions entre governs que promouen dites ideologies.

4 Països on gais i lesbianes poden contreure matrimoni: Països Baixos (des del 2001), Bèlgica (des del 2003), Espanya (des del 2005), Canadà (des del 2005), Sud-àfrica (des del 2006), Noruega (des del 2009), Suècia (des de 2009), Portugal (des del 2010), Islàndia (des del 2010), Argentina (2010), Dinamarca (2012)

novament. Els gais deixen de pertànyer al bàndol d'allò inadequat, d'allò rebel, d'allò pervers i maligne, i es converteixen en un engranatge més en la cadena, reproduint el model de parella monògama. Per descomptat no és una cosa acceptada per la totalitat de la societat i no és una cosa que d'alguna manera vulguin que es reproduïxi massa. Però davant l'evidència prefereixen reformar-ho, donar-li una cara amable i apaivagadora. Per descomptat, ja des de petits, ens segueixen imposant el model de família patriarcal.

Quantes vegades hem vist a un adult preguntar-li a un nen si té xicota? Quantes vegades s'utilitza com a insult la paraula "marieta"? El món gai i lèsbic continua sent motiu d'exclusió social i marginalitat, de mirades de menyspreu, d'insults, de pallisses i fins i tot d'assassinats per part de fanàtics patriarcals⁵. Les afirmacions que l'homosexualitat i el lesbianisme són conductes desviades, immorals o depravades existeixen per criminalitzar les persones que trenquen amb els models establerts.

*Les persones que alteren les normes de gènere i de sexualitat posen en perill l'ordre social i per aquest motiu són designades com marginables, agredibles i fins i tot exterminables.*⁶ L'anormalitat molesta. Molesta perquè qüestiona el patrons existents i això incomoda no solsament al poder sinó a aquells que no són capaços de trencar amb l'establert i que viuen vides dictaminades des de l'exterior. El sistema productiu requereix d'unes formes de regulació de la població i de la sexualitat, per assegurar i perpetuar la mà d'obra mitjançant la reproducció. Necessita cossos disciplinats i regulats i no persones lliures amb sexualitats pròpies. Per tant es fa patologia de tot el que no interessa. Grans institucions mèdiques com ara l'Organització Mundial de la Salut (OMS) o l'Associació de Psiquiatria Americana (APA) recolzen i intervenen en dictaminar patologies quan existeix una falta de correspondència entre sexe i gènere. L'Estat Espanyol, entre d'altres, utilitza els protocols d'aquestes institucions per regular la transsexualitat. L'homosexualitat és considerada formalment una patologia el 1949, en un informe elaborat per l'OMS dins la categoria de desordres mentals. Tres anys més tard l'APA realitza una catalogació semblant.

Aparentment, l'homosexualitat es comença a despatologitzar a par-

5 Recordem l'assassinat de la transexual Sonia al Parc de la Ciutadella de Barcelona, el 6 d'octubre de 1991, per part d'un grup de neonazis que li va propinar una pallissa fins a matar-la.

6 Idem nota 2, pàg 85

Salut en perill, cossos en lluita

tir de 1973, any en el que l'APA la retira de la segona edició del catàleg de malalties mentals,⁷ després d'anys d'activisme per la despatologització. L'OMS retira la homosexualitat de la seva classificació de trastorns mentals 17 anys després. Tot i així, es segueix mantenint la categoria "sexualitat distònica" o "ego-distònica", de manera que l'homosexualitat segueix constituint un trastorn mental quan la persona ho viu de forma conflictiva. El més paradoxal és que en una societat homòfoba difícilment es pot viure la homosexualitat de forma no conflictiva. A més l'any 1980 s'incorpora la categoria de transsexualitat, que inclou "individus amb disfòria de gènere que han demostrat al llarg d'almenys dos anys un continu interès en transformar el sexe dels seus cossos i el seu estatus social de gènere". El 1994 se substitueix la categoria transsexualitat per la de trastorn de la identitat de gènere (amb la disfòria de gènere com a símptoma).⁸

El poder dels metges vers la transexualitat

Les categories mèdiques tenen una influència fonamental tant en l'establiment de la transexualitat com a patologia a nivell social, com en el dret a realitzar un canvi de sexe, ja que són els metges els que, mitjançant informes psicològics i estudis, decidiran si es realitzen o no les operacions de canvi de sexe. És clar que subvertir el gènere binari resulta ser un problema per a l'ordre social. De fet, no és cert que l'espècie humana es divideixi solament en dues categories binàries, ni que totes les persones puguin ser classificades com a femelles o mascles: els cossos de les persones intersexuals avorten la possibilitat de fundar el gènere en una distinció aporoblemàtica entre cossos masculinitzats feminitzats. Es calcula que al voltant d'un de cada cent naixements presenta alguna "anomalía" en la diferenciació sexual i que aproximadament un de cada dos mil nadons té uns genitals etiquetats d'ambigus, que converteixen l'assignació de sexe en problemàtica. De fet hi ha teories que sostenen fins a cinc categories sexuals: dones, homes, pseudohermafrodites femenines, pseudohermafrodites masculins i veritables hermafrodites (aquests tres últims agrupats en la categoria de intersexuals). Llavors, per què aquest interès en el binarisme?

El que ens interessa aquí és assenyalar el paper que la medicina

7 Dades extretes del llibre nota 2

8 Idem nota 6

actual té en l'assignació de gèneres i el sofriment que arriba a generar en subjectes no definits. I sobretot perquè se'ls dóna als metges la legitimitat de poder modificar un cos quirúrgicament i hormonalment sense el consentiment previ de la persona. El criteri que utilitzen per a l'assignació de gènere en els nounats és la viabilitat per construir genitals d'aparença natural: s'assigna gènere masculí als que tenen el penis suficientment gran i l'hi amputen als altres, que són assignades nenes. Per descomptat no es poden predir els canvis físics que sobrevindran en l'adolescència ni si la persona es sentirà a gust amb el sexe assignat. Per no parlar dels tractaments hormonals que se solen estendre durant anys o per a tota la vida per adaptar el propi cos al gènere assignat. En alguns casos, els genitals ambigus generen molèsties o obstrueixen l'orina però en la majoria dels casos no són dolorosos, per la qual cosa Chase afirma que *la cirurgia d'assignació sexual és un procés destructiu que suposa l'ablació de micropenes o macroclitoris*. El control mèdic justifica aquestes operacions al·legant la voluntat d'evitar el patiment de la persones intersexuals. El dany emocional que poden sofrir és l'argumentació habitual per justificar les intervencions quirúrgiques i els violents tractaments que generen dany físic i emocional a les persones intersexuals. Però és la societat mitjançant la seva intolerància i la seva normativitat la que genera el dany en aquests subjectes. I les intervencions quirúrgiques formen part d'aquesta normativitat i amaguen, a través de la violència, que els éssers humans no som binaris per natura. El problema no són els seus genitals sinó el sistema que no vol la diversitat i la llibertat sinó un món homogeni per poder controlar-ho tot millor.

Conclusió

Per això és important que comencem a reconèixer la nostra sexualitat, els nostres desitjos, que traquem el que portem a dins i trenquem amb les imposicions que vénen de l'exterior. Dir no a les institucions mèdiques quan vulguin modificar el nostre cos per adaptar-lo a les exigències estètiques del moment. Hem de començar a explorar i a acceptar els nostres cossos, a generar autoconeixement, a reconèixer la nostra pròpia i personal sexualitat com una cosa única i genuïna. Només així podrem ser persones sanes i lliures, amb desitjos propis, no dependents d'hospitals, de psiquiàtrics i de pastilles.

SALUT MENTAL I ALIENACIÓ CAPITALISTA

Creo que la poca salut mental de una gran parte de lxs britànicxs desmiente cualquier idea de que exista un buen sitio para estar en el capitalismo. Los problemas de salud mental son pandémicos, pero yo sólo sé cómo es crecer y vivir aquí, así que éste es el lugar que analizaré. La depresión es una de las principales causas de muerte en Occidente. Donde yo vivía, en el noreste de Leeds, de una población de 170,000 personas, aproximadamente el 25% sufre o ha sufrido en algún momento (es decir, ha buscado ayuda) problemas de salud mental. Son muchxs.

[...] De alguna manera, la incapacidad de tantas personas de mantener un nivel aceptable de salud mental en nuestro país es alentadora. Revela la lucha de un organismo vital contra las instituciones opresivas y anquiladoras del Estado y el orden económico mundial: estar bien adoptado en una sociedad profundamente enferma no es ningún indicador de salud. Es el rechazo a una forma de vida intolerable.

Beyond Amnesty

Seria prou fàcil—fins i tot pamfletari—dir que les malalties psico-emocionals són producte de l'alienació capitalista i de la violència estructural del treball, de la policia, de les presons i del patriarcat. Sí, és cert. L'estrès, el trauma i fins i tot greus malalties mentals són resultats comuns de les obligacions, opressions i indignitats que moltes persones pateixen quotidianament. En els casos menys concrets, també es pot veure una esquema de correlació entre el sistema social i les malalties. Els Estats Units, per exemple, un dels països desenvolupats per la lògica capitalista amb les xifres més altes de malalties mentals, són un lloc conegut pel seu grau elevadíssim d'alienació i d'aïllament social, per la manca de relacions o constància veïnal, pel paper central assignat a la televisió i al cotxe, per la substitució de valors de comunitat per valors de mercat i per la intensitat d'una pseudo-comunitat basada en el nacionalisme (on ningú es coneix realment però tots estan sotmesos als criteris homegeneitzadors de “ser americà”). De fet és allà, entre els grups més econòmicament i socialment marginats que encara conserven la seva pròpia comunitat (és a dir, les

persones negres, llatines i els immigrants que viuen en barris d'altres immigrants), on es troben les xifres més baixes de malalties mentals.

Però no vull dir que les causes de les malalties mentals siguin socials i no pas genètiques. Les persones que assumeixen les mateixes categories del sistema dominant s'autocondemnen a reproduir els problemes d'aquest mateix sistema, tot i que adoptin una posició oposada. Podríem dir que certes persones no són boges o que la malaltia és culpa de la societat, però això només enfortiria els conceptes de bogeria o malaltia. Per tant, intentaré aquí qüestionar les categories de salut mental.

De seguida es pot veure que el concepte de malaltia mental serveix categòricament de setge per apartar la bogeria i protegir-ne la societat. Però si la malaltia mental no es contagiosa, per què separar-la?

Perquè això que s'anomena "malaltia mental" és la peça desconeguda que revela tota una realitat social. Totes les persones som diferents i en cada societat hi ha persones més sensibles i persones més adaptables. Les persones més sensibles poden tenir un rol molt important dins la societat, servint com a indicador per assenyalar quan les coses van malament, quan existeixi una malaltia social. De fet, en algunes societats basades en el suport mutu—i no en la dominació, com la nostra—les persones més sensibles sovint han tingut el paper de resoldre conflictes o compartir les seves visions d'altres mons.

La categoria de malaltia mental i les institucions que la mantenen serveixen per apartar les persones que no s'adapten a l'ordre establert. Però qui és la boja? La persona que no pot complir les obligacions de la nostra societat o la persona que passa hores i hores cada dia en una feina que l'importa una merda i que no té res a veure amb la seva vida, la persona que segueix regles i normes que la perjudiquen, que participa en guerres, que vota polítics, que creu que el menjar prové del supermercat, que té un pis i un cotxe i que veu la tele mentre a la terra se la mata amb contaminació?

En una societat basada en la dominació de tots nosaltres per part dels rics, en l'explotació de la terra i de tots els éssers vius, en l'alienació de les comunitats humanes en favor d'una cultura televisada i en el trencament amb la nostra connexió amb el món natural, és necessari apartar les persones que criden Prou!, aquelles que amb la seva disfunció mostren la disfunció del sistema sencer.

També es necessari fer creure a les persones boges que el seu problema es diu malaltia mental—ja sigui depressió, esquizofrènia o el que sigui—i que és una qüestió genètica, de química cerebral o com a molt, l'efecte d'algun trauma oblidat de la infància. És necessari que les persones mai senyalin el sistema social com a culpable dels danys emocionals que pateixen i que si ho fan, es pensi que són paranoïques.

Milions de persones moren cada mes per guerres fetes per enriquir encara més els rics, per condicions laborals perilloses, pel no accés a la sanitat, per fam o per malalties. Sobra menjar i medicines però és massa car. Cada dia centenars d'espècies d'altres éssers vius desapareixen per sempre, sota l'avanç d'un desenvolupament que només està interessat en l'acumulació de capital i que pretén convertir-ho tot en un valor abstracte. Les nostres vides no estan basades en la felicitat ni en les pròpies necessitats sinó en les necessitats del mercat i del consum. Si cada dia, la gent—al metro, a la feina o a la cua del supermercat—no s'atura i crida Prou!, és perquè es tracta d'una il·lusió col·lectiva generalitzada en tota la societat.

És pot dir, doncs, que les persones apartades per ser "boges" són les més lúcides.

No es pot parlar honestament de la bogeria si no es reconeix que és la nostra societat la que té la malaltia, que una gran part de les denominades malalties mentals sorgeixen de les condicions abusives formades pel masclisme, pel treball, per la precarietat i per les institucions com l'escola, la presó, la policia, l'exèrcit, la banca i una llarg etcètera. Moltes formes de bogeria podrien ser sanes si les persones poguessin desenvolupar-se i relacionar-se lliurement, sense la pressió de les necessitats imposades pel mercat. Amb temps lliure i la llibertat de seguir un ritme propi, podríem gestionar la bogeria amb l'expressió artística o viure-la com una suspensió puntual de la realitat per imaginar un món nou, per ajudar-nos a sortir dels problemes socials que patim i escollir un altre camí.

Però també existeix, en gran mesura, el dolor psico-emocional. Per tant, hi ha una necessitat social de cuidar-nos. Alguns casos són tan extrems que cal una ajuda especialitzada, encara que les formes de les institucions de tractament han de canviar. No es pot curar res dins d'una institució que sembla una presó. Des del moviment anti-psiquiatria, s'han creat cases per a persones esquizofrèniques on conviuen amb psicòlegs, en una relació de iguals i on mútuament sovint s'han trobat maneres per

a gestionar les dificultats. També cal assenyalar un estudi científic, reproduït per l'Organització Mundial de la Salut, que va mostrar que les persones amb esquizofrènia tenen més probabilitat de recuperar-se a l'Índia o a Nigèria que als Estats Units, degut a la manca de medicaments i a la presència de més recolzament comunitari. És a dir, existeixen altres maneres d'enfrontar-se amb la bogeria. En tot cas, el més important és que la persona afectada tingui el poder sobre la seva vida i la seva curació. Sobretot en casos de trauma, això és especialment important. Una relació de poder entre metge i pacient obstaculitza la curació. Retornar el poder, però, és l'única cosa que el sistema actual mai podrà concedir.

A part dels casos més greus, existeixen milions de casos de malalties mentals com la depressió, l'ansietat i el TDAH (Trastorn per Dèficit d'Atenció amb Hiperactivitat, ADHD en anglès) que es curen principalment amb pastilles. La indústria psicofarmacèutica és una de les indústries més grans i més rentables, amb beneficis tres vegades més grans que altres sectors. Durant l'any 2003, la venda mundial només de pastilles antidepressives va ser de 15 mil milions de dòlars. Els propis psiquiatres guanyen diners per prescriure medicines de certes marques, encara que els psico-fàrmacs tenen efectes secundaris molt perillosos i s'han d'utilitzar només quan no existeix cap altra solució.

Però en la majoria dels casos, hi ha solucions de sobres. Un amic meu que pateix el TDAH representa un cas típic. Des que tenia aproximadament sis anys, el van obligar a prendre pastilles amb Ritalin, perquè sense no podia concentrar-se a l'escola. Però el problema no era seu, sinó dels mètodes pedagògics i d'una societat sencera que no deixa els nens trobar el seu propi ritme i els obliga a funcionar com a productes d'una fàbrica, com si fossin tots idèntics i tinguessin les mateixes necessitats i possibilitats.

Després de més de quinze anys, finalment va deixar els medicaments. Va resultar que podia funcionar molt bé i es sentia més feliç, més creatiu i més viu que mai. Començava a aprendre com gestionar les seves energies ell sol. Fins i tot si feia classes particulars o classes especials designades per a persones com ell, no tenia problemes per poder estudiar. Però després d'un any, i per motius econòmics va haver de començar a treballar a jornada completa i també a estudiar en classes "normals." En aquestes condicions, no podia concentrar-se i va haver de tornar a pren-

dre medicaments. Queda clar, doncs, que el problema no és seu sinó de l'estructura de la nostra societat.

També puc parlar del meu cas. Fa molts anys, em van diagnosticar depressió bipolar i em van obligar a prendre pastilles. Els meus familiars comentaven: "Que bé que s'adapta ara, amb el medicament", però jo els escoltava des de molt lluny i una veu dins meu reia. Em sentia apagat, també vaig perdre molts records d'aquells anys, tot i que les notes a l'institut van ser més altes. Per fi, un dia, una força va sorgir dins meu i vaig llençar totes les pastilles per la pica. Des d'aquell dia, mai no he tornat a prendre medicaments, excepte antibiòtics i analgèsics en un parell d'ocasions greus. Vaig tornar a sentir-me viu. Encara tenia problemes importants però poc a poc vaig aprendre a gestionar-los per no fer-me mal a mi mateix ni a les persones del meu voltant. Hauria estat un procés molt més fàcil si hagués conegut persones que ja haguessin passat pel mateix i m'haguessin recolzat. Degut a l'aïllament de la nostra societat no vaig gaudir d'aquest recurs i vaig haver de fer-ho bàsicament sol.

Ara sóc capaç de gestionar-ho prou bé, i fins i tot he pogut ajudar altres persones—familiars o amics—que pateixen el mateix problema. A més, les emocions intenses que he après a viure m'ajuden a crear i això forma part de la meua vida. No pretenc dir que les coses que faig jo són les més bones, però sí que sé que molta de la millor literatura, música i art de la nostra societat prové de persones depressives o bipolars, així que tinc clar que el que pateixo és també un regal.

No és casualitat que els medicaments antidepressius tinguin com a efecte secundari l'augment de les xifres de suïcidis. Sembla irònic o contradictori però en realitat és molt senzill: els psico-fàrmacs supprimeixen coses que hem de sentir, que hem de viure, i totes les emocions tenen raons de ser. A vegades és necessari suprimir-les—puntualment—per sobreviure o disminuir el patiment, però la supressió sempre té conseqüències. En molts casos, els medicaments constitueixen una presó química i l'única manera de sortir-ne és el suïcidi.

La rebel·lió i el desig de llibertat són imprescindibles per a la salut emocional, però no són reconeguts per la medicina occidental. De fet, ja s'ha inventat una altre malaltia mental, el Trastorn Negativista Desafiament (ODD en anglès, està diagnosticat al Manual diagnòstic i estadístic dels trastorns mentals, l'anomenat DSM). El TND es defineix per tenir simp-

tomes tals com "discutir amb adults freqüentment" o "estar enutjat i ressentit amb freqüència" durant més de sis mesos. Escriptors com Aldous Huxley, Michel Foucault i Alfredo Bonanno ja van reconèixer el paper creixent de la psicologia i les categories de salut mental pel control social. Ja es pot prescriure una pastilla per a la rebel·lia.

La realitat és que totes les malalties mentals són invencions d'associacions psiquiàtriques. Una d'aquestes associacions és l'APA—l'Associació de Psiquiatria Americana. Aquesta és l'organització psiquiàtrica amb més influència a nivell mundial i rep una gran part del seu finançament i dels seus salaris de la indústria farmacèutica. L'APA reconeix que les malalties mentals no existeixen objectivament com un bacteri o un virus, sinó que consisteixen en un llistat de símptomes que ells mateixos decideixen si han de conformar una nova malaltia. I com que la seva feina consisteix en tractar malalties, quantes més malalties, més feina. Cada vegada que es revisa el manual DSM apareixen centenars de noves malalties mentals i els símptomes són menys exigents. Abans, per exemple, s'havia de patir una depressió profunda durant sis mesos per a que es diagnosticués un trastorn, ara només fan falta dues setmanes.

Una vegada, em van ingressar a un hospital mental. Per sortir-ne i recuperar la meua llibertat, havia de passar per una entrevista amb un psicòleg professional. No va ser pas amb el metge que venia cada dia a veure els pacients, ni amb un familiar o un amic que em visités i em conegués. Aquell psicòleg no era la persona més adient per conèixer el meu estat emocional, era un desconegut sense cap idea sobre mi. A més, en aquest cas, va resultar ser un idiota, un prepotent total. Però com que tenia una posició alta en la jerarquia hospitalària, va ser qui va tenir l'autoritat sobre mí. A l'entrevista també hi era el meu pare, i el metge, després de parlar amb nosaltres aproximadament quatre minuts i fer-nos preguntes plenes de tòpics, va decidir que el problema era que el meu pare era massa protector. Estic segur que havia acabat de llegir un nou llibre i n'havia extret noves teories que ara li calia demostrar. La veritat és que el meu pare passava bastant de mí i la meua relació amb ell no era el problema, però sabia que havia d'assentir a qualsevol ximpleria que digués el psicòleg o no podria sortir d'allà. Qualsevol discussió o desacord per part meua seria interpretat com a prova d'inestabilitat mental. La base d'aquesta interacció no va ser cap plantejament de salut o benestar, sinó el reconeixement

Salut en perill, cossos en lluita

obligatori de l'autoritat de la institució.

La veritable malaltia mental és la de la pròpia societat. Es basa en la participació a la sistemàtica producció de misèria i en la obediència a una autoritat patològica. No podem parlar de salut mental mentre estem sota la obligació de patir la precarietat o l'esclavatge assalariat, l'abús emocional del patriarcat i la traumàtica pèrdua de la natura. La cura es pot trobar en els llaços de solidaritat i de suport mutu que construïm entre nosaltres mentre lluitem per un món lliure i digne. Com Frantz Fanon va assenyalar durant la seva participació en la lluita per la independència d' Argèlia, encara que la guerra, la repressió i la tortura utilitzada pels colonitzadors francesos van provocar molts trastorns en la població, el fet de lluitar va curar moltes guerrilleres i guerrillers dels nombrosos problemes de salut mental causats per la humiliació i l'opressió pròpies del colonialisme.

Sempre hi haurà dolor i tristesa, però es pot viure d'una manera sana si tenim el control sobre els ritmes de les nostres vides i si pertanyem a una comunitat on la gent es recolza mutuament.

LA INSALUBRITAT DE L'AUTORITAT

Poc després del judici contra el Nazi Adolf Eichmann l'any 1961, el psicòleg de Yale, Stanley Milgram, va fer un experiment per comprovar la facilitat que tenen les persones per cometre atrocitats seguint les ordres d'una autoritat. L'experiment consistia en el següent: mentre un científic vestit de bata blanca vigilava, un voluntari havia d'administrar xocs elèctrics a una persona que es trobava a una sala del costat cada cop que donava una resposta equivocada a una sèrie de preguntes. El voltatge augmentava amb cada xoc, fins als 450 volts, una quantitat normalment letal.

Al principi de l'experiment, van informar als voluntaris que no tenien cap responsabilitat vers les conseqüències de l'efecte dels xocs, i durant l'experiment, si es negaven a administrar més xocs, el científic els informaria que havien de seguir. El que no sabien era que el científic i el voluntari [de la sala al costat] eren actors, i que els xocs eren simulats. Mentre augmentaven els volts, cridava cada cop més, advertint que tenia una condició cardíaca greu. Al final, després de 450 volts, va parar de fer soroll, simulant la mort.

El 65% dels voluntaris van arribar a administrar el xoc de 450 volts, i molts van seguir donant fins a 2 xocs més de 450 volts, després de que l'altre "voluntari" va simular haver-se desmaiat o mort. Si els voluntaris no volien continuar administrant els xocs, l'experiment podia concloure després de que ho demanessin quatre cops. És a dir, si li deien al científic que no volien continuar, aquest els hi deia: "si us plau, seguiu"; "l'experiment requereix que seguiu"; "és absolutament imprescindible que seguiu"; i, per fi, "vostè no té altre opció, ha de seguir". Si després d'aquests quatre cops es negaven a seguir, l'experiment cessava.

Malgrat això, només una persona va acabar l'experiment abans del xoc de 300 volts. Fa pocs anys, es va repetir l'estudi (encara que les regles actuals no van permetre arribar a simular un xoc letal de 450 volts) i es van reproduir els mateixos resultats.

La presència de l'autoritat ens roba el control sobre les nostres pròpies vides. Com que actualment no tenim cap poder, mai podem madurar completament. Mai aprenem a gestionar les nostres vides ni podem

prendre la responsabilitat sobre les nostres accions. Això és exactament el que vol l'Estat: súbdits obedients que no qüestionin les ordres. Un efecte directe d'aquestes jerarquies és que tenim molta facilitat per causar danys a altres persones i a nosaltres mateixos.

És interessant que la figura d'autoritat escollida a l'experiment de Milgram no fos un polític o un policia, sinó un doctor. La realitat és que la bata blanca és un dels símbols de poder menys qüestionats a la nostra societat. No hi ha cap justificació higiènica per a què totes les treballadores i els treballadors d'un hospital es vesteixin amb uniforme. Es tracta d'un fet distintiu i jeràrquic. Podrien portar fàcilment roba personalitzada per semblar persones normals, vestides de colors, cadascuna diferent. El Doctor Patch Adams va demostrar clarament que les persones es curen millor quan poden riure, quan gaudeixin de contacte humà i quan es troben en un ambient més familiar que institucional. És de sentit comú.

No obstant, els hospitals mantenen una distància i un aire d'autoritat que perjudica la salut de totes les persones que han d'entrar allà. Al segle XXI, són molt millors que els hospitals de fa dos segles, però encara es nota l'història violenta i autoritària de la professió mèdica a la societat occidental.

Les persones especialitzades en medicina i les noves màquines i tècniques ens poden salvar la vida, però hem de pronunciar contundentment que els únics experts sobre la nostra salut i els nostres cossos som nosaltres. No podem reivindicar la preservació de la sanitat existent perquè aquesta sanitat exclou la nostra participació en la sanació dels nostres propis cossos. A la seva lògica, els coneixements pertanyen a les institucions i els cossos pertanyen al mercat o als pares/marits.

L'autoritat ens perjudica la salut. Els hospitals han de pertànyer a tothom o sinó es converteixen una presó.

CAP A LA MEDICINA AUTOGESTIONADA

UNA OPERACIÓ NECESSÀRIA PER UNA MALALTIA ARTIFICIAL

Mentre escric aquestes línies, m'estic recuperant d'una operació que em van fer a l'Hospital Dos de Maig, on els veïns i els propis treballadors estem lluitant per evitar el tancament o la privatització del centre.

Durant vuit anys he patit hemorroides bastant fortes, a causa de les condicions de la presó on vaig complir una condemna de sis mesos. Cal dir que els metges de tots els cinc centres penitenciaris on vaig estar empresonat, participaven sense cap reticència visible a totes les tortures i xantatges orquestrats pels carcellers. Fins i tot, en una ocasió van col·laborar-hi per amagar l'assassinat d'un pres a la seva cel·la, falsificant un informe per a presentar el succés com una mort natural a l'ala mèdica. La premsa, per la seva part, va ajudar, publicant com sempre la versió oficial, la dels funcionaris de la presó, sense investigar ni parlar amb cap pres i sense adonar-se de que en aquella presó ni tant sols existia una ala mèdica.

A la presó on vaig passar quatre dels sis mesos, em van assignar un treball de càstig per negar-me a acceptar l'intent de xantatge d'un funcionari. El treball era de nit i a vegades implicava manipular substàncies tòxiques. A més, el menjar només es servia de dia i era de pèssima qualitat, contràriament als articles que sempre apareixien a la premsa lamentant el suposat tracte favorable del que gaudien els presos. Així que cada dia havia d'escollir entre menjar o dormir, i això va fer que en general tingués poc accés a la llum natural. Tot això em va provocar diarrea durant varios mesos, i com a conseqüència, els hemorroides.

Sempre tracto d'autogestionar la meva salut. He investigat molt sobre el tema i sovint parlo amb amics que són metges, terapeutes i herboristes. Tinc molta cura amb el que menjo. No obstant, també visc sota la realitat capitalista. Quan vaig marxar de casa el meu pare (un lloc que per motius psicoemocionals m'era poc sa per a viure-hi), no tenia accés a la sanitat, degut a que, al país on vivia, aquesta ja està privatitzada, i no tenia diners per pagar el lloguer i el menjar alhora. Sempre vaig preferir reciclar una part de la meva alimentació en comptes d'haver de treballar més hores i no tenir gaire temps per a les coses que m'importen. El pro-

blema és que una gran part del menjar que llencen els supermercats són productes ensucrats i plens de conservants, les dues pitjors receptes per persones amb hemorroides.

Les coses que havia de menjar—fruites i verdures fresques—resultaven ser les mes cares (les bananes n'eren una excepció ja que gràcies al neocolonialisme que destrueix obrers i la mateixa selva, es produeixen a costos molt baixos en plantacions de l'Amèrica Llatina). Com em van dir alguns amics meus agricultors ecològics, la fruita i la verdura d'avui en dia no es planta pel sabor ni pel valor nutritiu sinó per la seva longevitat i transportabilitat. És a dir, per les exigències del mercat i no pas per les del cos humà.

Tot i així vaig expropiar un parell de terrenys molt petits que no estaven en ús, per a plantar-me un hort i poder menjar les coses saludables que el meu cos em demanava. Poc temps després, l'ajuntament en va destruir un i, just abans de l'època de collir les patates, el jardiner que treballava pel propietari del bloc de pisos on vivia em va informar que tot el terreny va ser enverinat amb un herbicida tòxic i que era perillós menjar qualsevol producte del meu hortet clandestí.

Per pagar el lloguer treballava com a taxista. És un fet que la majoria de les malalties i una gran part de les morts en la societat capitalista són provocades pel treball. Sovint els transportistes pateixen fistules pel fet de passar tantes hores al cotxe. Com que no podia alimentar-me millor, les hemorroides van empitjorar i van provocar-me una fístula. Durant cinc anys, vaig tenir una ferida oberta que es tancava, s'omplia novament amb sang i pus, i al cap de dues setmanes o un mes s'obria un altre cop.

Després d'immigrar a Catalunya per fi vaig aconseguir una targeta sanitària aquell mateix any. Amb una fístula no vaig tenir altre remei que sotmetre'm a una intervenció quirúrgica. Era possible tractar les hemorroides a través de l'alimentació i mesures preventives, però ho vaig intentar i vaig fracassar. A cada pas, la forma actual de la nostra societat obstaculitzava el meu intent de curar-me. En el meu cas, les hemorroides i la fístula —així com la necessitat d'una intervenció quirúrgica— no són una condició natural sinó el resultat directe de les accions de jutges, carcellers, propietaris, empresaris de la indústria alimentària, així com de polítics i banquers responsables de la privatització de la sanitat al meu país d'origen. És el resultat lògic de la propietat privada, del treball assalariat,

de la medicina capitalista, de la societat carcerària, de la mercantilització i de la industrialització. Jo només he desitjat cuidar-me i viure una vida que tingui sentit més enllà de treballar tot el dia per enriquir a persones ja prou riques. Ells, per la seva banda, estan motivats per l'ànim de lucre i la mania pel control social.

Si m'aturo un moment a pensar sobre els motius de les intervencions mèdiques de les persones que conec, arribo a una conclusió espantosa. En el meu cas, patia una malaltia social: és a dir, una malaltia provocada per condicions no naturals basades en l'explotació i la precarietat que conformen el formigó de la nostra societat. A la meua mare, per exemple, la van operar de l'esquena després de jubilar-se, arran d'haver estat trenta anys treballant rere un escriptori. Dècades abans, va patir una altra operació després de què l'atropellés un cotxe. Al meu pare el van operar d'un càncer maligne. Tot i que no es pot saber la causa exacta d'un tumor, és cert que la gran majoria dels càncers no són d'origen genètic sinó que provenen de la contaminació industrial, electromagnètica i nuclear, de l'estrès i també dels components químics que saturen els productes que són la sang i l'essència del mercat capitalista.

A tres tiets meus també els van operar de càncer: un va morir. Un altre va resultar greument ferit després de caure al seu treball (construcció: un dels treballs més perillosos, que, no obstant, genera molts beneficis per les empreses i pels bancs). Un amic meu ha de prendre insulina a causa d'una diabetis provocada per un medicament. Altres amics estan intentant deixar diversos psicofàrmacs que els fan mal.

Després del xantatge emocional dels metges per una suposada situació d'emergència que després va resultar no ser-ho, una col·lega va haver de parir el seu fill a l'hospital i amb cesària, en comptes de poder gaudir, com desitjava, d'un part natural a casa seva. El meu avi va ser operat per ferides de guerra. El germà petit de la meua companya va patir una apendicitis i el meu pare va ser operat per segona vegada després d'un accident.

Només els últims dos casos constitueixen malalties o emergències no provocades per l'estructura explotadora i dominant de la nostra societat. Dins d'aquesta societat, els hospitals tenen un paper crucial. Agraeixo que els metges poguessin intervenir en tots els altres casos (excepte en els casos dels psicofàrmacs i la cesària prescindible) però hem de reconèixer

que el seu paper és respondre al dolor provocat pel sistema social, sense qüestionar-lo o visibilitzar-lo mai.

Contràriament a altres medicines tradicionals (com ara la medicina tradicional xinesa), la medicina occidental basa la seva taxonomia no en les causes d'una malaltia sinó en els seus símptomes. En el cas en que es pot dir que una malaltia està provocada per un agent extern (perquè la medicina, com la política i la filosofia occidental, està enredada amb la divisió entre dins i fora, individu i ambient), s'identifiquen els símptomes amb una espècie de bactèria o virus, encara que en molts casos, hi pot haver el virus o la bactèria sense cap símptoma, així que una altre tradició de la medicina podria—amb tota la raó—identificar la malaltia amb una baixada de defenses i no amb la bactèria, tot i què normalment les defenses naturals no deixarien a tal bactèria desenvolupar la malaltia.

Hi ha un motiu pel que s'emfatitzen principalment els símptomes. La medicina occidental, des de les seves arrels, és una medicina d'escassetat i d'obediència. Va formar-se al servei dels poders estatals i econòmics. En Francis Bacon, un dels seus pares, formulava els principis del mètode científic,¹ mentre torturava personalment als enemics de l'estat, en seu paper de Fiscal General d'Anglaterra, i en el seu paper de filòsof del progrés argumentava (en terminis mèdics de "salut" i "malaltia") a favor del genocidi de varies poblacions pobres e indígenes.

Als poders que sempre han finançat la medicina occidental des que van acabar amb la medicina tradicional i autogestionada--en part mitjançant la cacera de bruixes--els importem una merda quan nosaltres, els seus treballadors, parem de funcionar. El capitalisme està predisposat a desenvolupar una medicina reactiva i no preventiva, encara que la medicina preventiva—fins i tot al nivell purament econòmic—és molt més efectiva. Amb la crisi això podria canviar, però només si el capitalisme aconsegueix deslligar certes formes de medicina preventiva de la seva filosofia curativa. Els poders es neguen a finançar una medicina curativa,

¹ En la seva mitologia, la medicina occidental identifica els seus orígens en la pràctica d'Hipòcrates a la Grècia Antiga. Tot i així, la tradició científica grega va continuar al món àrab però va desaparèixer al món europeu fins el Renaixement, quan els nous filòsofs van buscar arrels més antigues per projectar una imatge de saviesa. L'anomenada "civilització occidental" es va crear retroactivament al Renaixement, amb la finalitat de justificar la supremacia europea. Per tant, la metodologia de la ciència occidental es pot traçar amb més precisió fins Bacon i els seus contemporanis.

que qüestionï les causes de les malalties, perquè això significaria qüestionar les bases del mateix poder.

Així doncs, els metges actuals són experts en respondre a condicions físiques però sovint ignoren les causes dels mals i els manquen els recursos per a desenvolupar tractaments reals. Això va ser el que em va passar a l'Hospital Dos de Maig. Les metgesses i les infermeres van ser totes molt amables i atentes amb mi. Aquest és un fet molt important per a la curació, i sé que no totes les persones que passen per les institucions sanitàries, sobretot els immigrants o els presos, són tractats correctament. En el meu cas la intervenció va anar bé i les cures van ser bones. No dubto, tampoc, que les metgesses i infermeres siguin expertes en el que fan.

Però acabada l'operació, les hemorroides poden tornar a reproduir-se i a formar una nova fístula. En cap moment es dirigeix l'atenció a les causes de la malaltia i en tot el meu procés vaig parlar només un minut amb la metgessa, i a nivell molt superficial, sobre la dieta i altres factors relacionats amb les hemorroides.

A l'hospital no hi ha els recursos per ajudar-me en la meva recuperació. Pocs dies després de l'operació em van dir el necessari per justificar la meva alta mèdica. Vaig haver d'esperar en una cadira (és a dir, assegut sobre la mateixa ferida) en comptes d'un llit (ja sabem que hi manquen llits als hospitals, tot i que als polítics i als empresaris no els manquen els salaris astronòmics ni els beneficis). El personal de l'hospital no va tenir temps per parlar amb mi sobre possibles maneres de canviar la meva alimentació i la meva vida per evitar que tornessin a sorgir les hemorroides. Les pastilles que em van donar no van funcionar. Els analgèsics em van provocar altres problemes de salut.

Les metgesses i les infermeres van fer més que del que m'esperava de funcionar amb tanta feina. Però els manquen els recursos. Poden receptar tots els medicaments que vulguin però no tenen temps per ajudar els pacients en la recuperació ni tenen una formació que tracti les principals causes dels problemes.

En tot aquest procés, vaig aprendre una cosa molt important. La recuperació va ser més important que l'operació. Sense la ajuda de la meva companya, l'operació hagués estat contraproduent i perillosa. M'hagués fet més mal que bé.

S'ha de dir que la nostra societat infravalora el recolzament, la

cura. Aquesta és una tasca que, en una societat patriarcal com la nostra, normalment assumeixen les dones. És una feina sense sou en una societat mercantilitzada. Requereix intimitat, confiança i dedicació en una món cada vegada més aïllat, on les relacions són més i més superficial i virtuals, on progressivament es va perdent temps per dedicar als nostres amics i familiars.

Sense la meua companya, no sé a qui hagués demanat ajuda durant la setmana en que no podia caminar, ni moure'm (els taxis són massa cars i les ambulàncies són ja privatitzades), ni cuinar ni dutxar-me.

La realitat és que en el sistema actual, independentment de la qüestió de la privatització, la medicina occidental i els hospitals tecnològicament avançats no funcionarien sense la xarxa invisible del recolzament i la cura, que mantenen les amigues i els familiars dels malalts. És aquesta xarxa, aquesta comuna de vincles invisibilitzats, la que ens dona un model real de salut.

Una societat cooperativa i no mercantilitzada és una base necessària per gaudir d'una sanitat veritable. És cert que necessitem hospitals i especialistes, perquè sempre hi haurà accidents i emergències, però moltes emergències són creades per les pràctiques jeràrquiques de la medicina, que prefereix el terreny controlable de l'emergència al terreny igualitari de cooperació entre pacient i metge.

Els poders econòmics no volen finançar una sanitat de qualitat accessible a tothom, per tant hem d'ocupar i autogestionar els hospitals. Necessitem també que els metges, que conformen la classe alta de la jerarquia hospitalària, hi participin posicionant-se amb els treballadors precaris, els veïns i els pacients, i no pas amb els directors, els polítics i els banquers.

Mentrestant, hem de reduir la nostra dependència del sistema sanitari actual i començar a prendre el control sobre els nostres cossos i la nostra salut.

L'AUTOGESTIÓ ENS EXIGEIX L'AUTOFORMACIÓ

Si prenem el control sobre la nostra salut, haurem de formar-nos per entendre els nostres cossos i les malalties que vivim. En una societat autogestionada, encara haurà especialistes que aprofundiran en temes de teràpies, cirurgia o malalties complicades, però tothom haurà de recuperar coneixements perduts per poder viure sanament i gestionar malalties quotidianes.

A les tradicions populars de sanació, existeix molta saviesa i molts coneixements generalment perduts. Però també sol haver una falta de pensament crític i capacitat d'investigació. Als moviments socials, hi ha moltes persones que desafien els dogmes oficials però creen nous dogmes sense mai desenvolupar una capacitat de pensament crític pròpia.

Tractaré de dos mites molt comuns entre persones antisistema per mostrar uns patrons comuns d'autoengany que ens faria mal en el cas de que guanyessim la possibilitat d'autogestionar la nostra salut.

Mite 1: La SIDA és un muntatge

Queda clar que l'indústria farmacèutica promulga moltes conspiracions i enganys per augmentar els seus beneficis, però això no significa que cada acusació contra dita indústria sigui veraç. Malgrat això, moltes persones crítiques al sistema actual subscriuen la teoria que la SIDA és un muntatge, inclús el llibre, en general molt bo, de Cuidate Compa (veure bibliografia). Sorpren bastant que un llibre tan profund recorregui a una manipulació tan barata de dir, com expliquen en un apèndix al final del text, que la SIDA no mata a ningú, perquè totes les persones que moren suposadament per la SIDA realment sucumbeixen a la neumonia o altres malalties (això seria com dir que ningú mor de càncer sinó del fracàs de l'òrgan afectat).

Com en la majoria de les teories de conspiració, la teoria de SIDA-muntatge funciona així:

-Junta una llarga llista de dubtes sobre alguna explicació oficial, amb un argument sobre les motivacions de l'institució acusada, per crear la il·lusió de comprovar que l'explicació oficial és equivocada i per tant, la

contra-explicació ha de tenir raó.

-Genera aquests dubtes utilitzant informació caducada, perjudicis, i sobre tot el sentit comú. Un problema és que la ciència, les lleis de la física o el comportament de microorganismes no respon al sentit comú. El sentit comú ens diu que la terra és plana i que els cucs neixen de la carn podrida.

-I després, quan la comunitat científica es nega a publicar els seus articles per no complir els estàndards més mínims de normes d'investigació, criteris d'empiricisme i verificabilitat, ho assenyalen com prova de supressió

La teoria de SIDA-muntatge té varis corrents contradictoris. Un diu que el virus de la SIDA (VIH) no existeix i mai s'ha trobat i aïllat. Diuen que l'original descobriment del virus era només un error degut a la contaminació de la mostra, i que la reacció d'anticossos en persones infectades a proteïnes particulars a l'VIH és només una mala adaptació provocada per una al·lèrgia o una immunodeficiència. Mostren imatges mal definides per argumentar que mai s'ha pogut veure clarament al virus. Però hi ha varies coses que no diuen.

No diuen que actualment es coneix fins a l'ADN del virus; tampoc diuen que partidaris d'altres corrents de la teoria SIDA-muntatge diuen que l'argument de que no s'ha trobat el virus no té base científica (de fet, les úniques persones que diuen que el virus no existeix són persones sense formació científica: els pocs científics que creen que la SIDA és muntatge admeten que s'ha trobat el virus). No diuen que el principal proponent d'aquesta teoria, la Doctora Eleni Papadopulos-Eleopulos, no és doctora sinó una tècnica que treballa a un hospital a Perth, Austràlia, el director del qual li denuncia per mostrar-se falsament com metge licenciada. La seva feina no està mínimament relacionada ni amb la SIDA ni amb els virus ni amb la immunologia. No expliquen com poden haver anticossos i proteïnes i ADN per un virus que no existeix.

L'altre corrent diu que el virus sí que existeix, però que no provoca la SIDA. Com argument, diuen que un retrovirus no seria capaç de provocar una malaltia greu del sistema immunològic perquè altres retrovirus no són tan perillosos, argument rebutjat per tots els científics que treballen amb l' VIH (o sigui, dels pocs científics que rebutjen la connexió entre l'VIH i la SIDA, ningú ha treballat ni amb el virus ni amb la malaltia).

Diuen que la quantitat del virus a la sang és massa baix, inclús en pacients amb una SIDA avançada, per provocar una condició greu de salut, però no diuen que l'VIH es troba principalment als òrgans on es produeixen o emmagatzemen les cèl·lules de sang blanques, i no a la sang. Diuen que no han sigut els Postulats de Koch, mètode per establir una causació entre un agent infecciós i una malaltia, però no diuen que aquest mètode va ser publicat en 1890 abans del descobriment dels virus i que el mateix Koch va modificar els seus postulats posteriorment, i que fins al segle XXI s'ha anat modificant els postulats (fa poc per Fredricks i Relman) i que el mètode per comprovar la causa de l'VIH-SIDA compleix la versió més actual dels postulats.

Diuen que l'VIH no pot ser la causa de la SIDA perquè hi ha persones amb el virus que no desenvolupen SIDA, però no diuen que existeixen altres virus que no sempre són actius i no sempre provoquen símptomes. Diuen que les medicines contra l'VIH provoquen molts problemes i no són efectius per combatre la SIDA, però no diuen que en els últims deu anys s'ha desenvolupat medicaments i mètodes molt efectius en prevenir el desenvolupament de la SIDA (encara que si que tenen raó al dir que provoquen molts efectes secundaris, com gaire bé tota la medicina occidental. Diuen que la SIDA està causada pels propis medicaments anti-VIH, i per explicar els casos de SIDA que van aparèixer abans de l'existència dels medicaments o als països on ningú pot comprar-los, culpen a la malnutrició, i als països rics, culpen a l'ús de drogues o a l'hemofilia. O sigui, busquen qualsevol explicació apart del virus. No diuen que la SIDA té una simptomalogia molt específica, ni que hi ha una correlació negativa entre l'ús de condoms i l'extensió de la SIDA, ni que els nous medicaments anti-retrovirals que combaten l'VIH tenen un grau d'efectivitat molt alt en controlar la SIDA.

Alguns dels proponents d'aquesta teoria han fet comentaris homòfobs o racistes per culpar a "l'estil de vida" de les persones que suposadament conformen la majoria dels casos de la SIDA. També difonen una llista de científics que són partidaris de la teoria SIDA-muntatge. Però varis d'ells van morir abans de que es desestimés els negacionistes. Un altre científic nombrat pels negacionistes, Joseph Sonnabend, va canviar la seva opinió als '90 quan va veure que els nous tractaments antiretrovirals eren molt efectius. No obstant, més de 10 anys després, grups negacionis-

tes segueixen incloent el seu nom a les llistes de científics que suposadament creuen que la SIDA és un muntatge. Tampoc diuen que gaire bé el cent per cent dels virologistes i especialistes en el sistema immunològic accepten la teoria de que l'VIH provoca la SIDA, al marge del seu posicionament, favorable o no, respecte els beneficis generats pels medicaments antiretrovirals. Ni diuen que vàries de les portaveus de la teoria SIDA-muntatge eren l'VIH-positiu i després van morir de la SIDA.

Tampoc mencionen dues conspiracions reals i fàcils de comprovar: que les empreses farmacèutiques conspirin amb varis governs del món per protegir els seus beneficis—“la propietat intel·lectual”—tot i que impliqui la mort de milions de persones que no poden accedir als medicaments; i que quan la SIDA va aparèixer com epidèmia, els governs de varis països van conspirar per dissimular o minimitzar el problema perquè les persones aleshores més afectades van ser majoritàriament immigrants, homosexuals i pobres (conegut als Estats Units com els tres H: Haitians, homosexuals i usuaris d'heroïna). A Nord Amèrica va ser el grup activista ACT UP, constituït majoritàriament per persones negres, homosexuals i pobres, qui van coaccionar al sistema invertir diners en investigar i tractar la malaltia.

Mite 2: Els espinacs abunden en ferro

Als cercles vegeterians i vegans, existeixen molts arguments que reclamen els beneficis d'una dieta sense productes animals i amaguen els problemes de tal dieta, per la motivació política de convèncer a altres i a ells mateixos de que la dieta vegana és la millor, no només pels animals empresonats i assassinats a fàbriques sinó també pels consumidors humans.

Ens enfocarem en només una part d'aquests arguments, la que diu, falsament, que no hi ha cap dificultat per aconseguir ferro en una dieta vegana. L'exemple més clar d'aquesta manipulació és l'argument de que els espinacs abunden en ferro.

L'estadística més utilitzada per comprovar l'alt contingut ferrès dels espinacs és una que demostra que 100 calories d'espinacs tenen més ferro que 100 calories de vedella o de altres carns. Qualsevol persona que utilitzès aquesta estadística sense sentir-se un manipulador molt barat hauria de dedicar força temps a una autoformació en estadístiques o simplement hauria de no intentar utilitzar arguments científics.

Com és que aquesta estadística no diu res, realment, sobre els beneficis dels espinacs? Perquè les calories són una mesura d'energia i no de massa. O sigui, cent grams de vedella tenen aproximadament deu vegades més calories que cent grams d'espinacs. Si 100 calories d'espinacs tenen més ferro que 100 calories de vedella, encara hauríes de menjar deu vegades més espinacs per aconseguir la quantitat de calories i, per tant, de ferro indicat amb aquesta estadística. Dit d'altre manera, 100 calories d'espinacs són gaire bé mig kilo, o sigui, molt més que una ració normal, mentre que 100 calories de vedella són 50 grams, ni mig hamburguesa. En una comparació justa, entre 100 grams de vedella i 100 grams d'espinacs, o entre una ració normal de cadascú, resulta que la vedella té més ferro. I una comparació encara més justa hauria de fer-se amb els menjars que els omnívors representen com bones fonts de ferro, com les cloïsses o el fetge de pollastre.¹

Més enllà de manipulacions, també existeixen moltes simplificacions en els arguments vegans. El cos humà no és una màquina que necessita certes quantitats de combustible. Deu mil·ligrams de ferro d'una amida d'espinacs no és el mateix que deu mil·ligrams de ferro de pollastre.

Existeixen dos tipus de ferro: l'hemo (d'origen animal) i no hemo. El ferro d'origen animal té una xifra d'absorció d'entre el 20 i el 35%. El ferro d'origen vegetal té una xifra d'absorció d'entre el 2 i el 20%. Per gaudir de la xifra d'absorció més alta és necessari combinar l'alimentació vegetal que conté ferro—per exemple, llenties—amb un aliment que augmenti l'absorció, com la vitamina C o la proteïna animal. Encara així, la xifra de ferro vegetal no pot igualar la xifra de ferro animal, i el ferro animal no necessita la presència d'aliments com vitamina C per augmentar la seva absorció.

Mentrestant, també existeixen aliments que disminueixen l'absorció de ferro vegetal. Un és la proteïna de soja (aliment que també és tòxic si no és fermentat, perill que mai he vist anunciat a la propaganda vegana). Altres són l'àcid fític, oxalat i calci, tots tres composts trobats als

1 Encara que els espinacs no són un bon aliment en quant a ferro, surten molt bé a aquesta estadística perquè no contenen gairabé calories. A altre propaganda vegana vaig trobar comparacions entre llenties—una de les millors fonts en una dieta vegana—i pollastre o llet, fonts de ferro molt mediocre a una dieta omnívora. O sigui, monten una competència entre els millors candidats vegans i els pitjors candidats omnívors

vegetals de fulla verda, sobretot els espinacs.

O sigui, amb mig hora d'investigació en internet podem trobar la següent informació:

- 1) els espinacs realment no contenen molt de ferro
- 2) el ferro que contenen és d'inferior qualitat i té una baixa xifra d'absorció
- 3) els espinacs també abunden en tres químics que inhibeixen l'absorció del poc ferro que contenen.

O sigui, el vegetal advertit per les veganes i els vegans com una font superior de ferro és, en realitat, una de les pitjors coses que podries menjar per donar-te el ferro que el teu cos necessita. De fet, en una gran ironia, vaig trobar una associació per a persones que pateixen d'una condició perillosa de tenir massa ferro al cos (el ferro no absorbit danya l'organisme, factor en contra de les pastilles dietètiques de suplementació de ferro, altre cosa amb una xifra baixa d'absorció). L'associació recomana menjar espinacs per reduir el ferro al cos.

Si les veganes i els vegans realment creuen que l'explotació d'animals ha de ser abolida i que es podria acabar amb aquesta explotació amb un canvi a la dieta, s'hauria d'informar a la gent que la dieta vegana podria perjudicar la salut, però que valdria la pena per alliberar als animals. No obstant, en la propaganda vegana es troba molta desinformació fàcil de desmuntar, i a jornades d'alliberament d'animals es pot escoltar l'argument de que si es digués que la dieta vegana fos més sana, més persones es farien veganes. És la mateixa mentalitat que un partit d'esquerra: mentir i enganyar per augmentar el nombre de socis. El camí de l'autogestió de la nostra salut requereix que ens informem de tots els beneficis i els riscos de les nostres eleccions.

Per tant, conclouré amb unes informacions útils per a persones convençudes a seguir una dieta vegana. Un aliment barat i fàcil de menjar en quantitat que realment conté molt ferro són les llenties (i en general totes les mongetes de color obscur, encara que contenen només la meitat de ferro que el fetge de pollastre i és un ferro inferior pel cos humà). A més a més, les llenties s'acompanyen bé amb tomàquet o llimona, aliments que contenen vitamina C.

Amb una bona autoformació, menys desinformació propagandística, i molta cura, tothom pot menjar bé, i la gran majoria de persones poden viure bé amb una dieta vegana. Però un punt bàsic de la salut és

Salut en perill, cossos en lluita

que és un tema individual. El capitalisme i la democràcia ens tracten com a màquines iguals i intercanviables però, en veritat, som totes i tots diferents. La tasca més important per treballar el tema de la salut i la dieta és aprendre a escoltar el propi cos. Per demostrar això, explicaré dos casos excepcionals.

Una amiga tenia el ferro molt baix. El metge li deia que mengés més carn, cosa que funcionaria amb la majoria de les persones. Però ningú som una majoria. Som totes i tots individuals i excepcionals. Aquesta amiga sentia que el seu cos li deia un consell contrari. Va canviar a una dieta vegetariana i la seva xifra de ferro es va disparar i va tornar a un nivell sa.

Per l'altre banda, i així destruir qualsevol ideologia que pretén aconsellar una única manera de menjar bé, ella coneixia un noi que tenia al·lèrgia a la proteïna vegetal, així que per la seva salut havia de menjar carn per aconseguir la proteïna.

Per tot això, en comptes d'incloure en aquest llibre una llista de com i què has de menjar, és molt més real el següent consell: autoformarte i escoltar al teu cos. Per l'autoformació, són importants la motivació, l'escepticisme cap a qualsevol font d'informació que intenta vendre't un producte o una ideologia, l'ús de múltiples fonts d'informació i el coneixement dels principis bàsics d'empirisme i les estadístiques.

LA QÜESTIÓ DE L'AVORTAMENT

Quan parlem de l'avortament partim d'una premissa que creiem que ha de ser bàsica: la maternitat ha de ser conscient i desitjada. Ha de ser una decisió personal i no un càstig o un accident. En cas contrari, les conseqüències negatives tant per la mare com per la criatura seran múltiples: tan una com l'altra seran desgraciades. Aquest és el principal motiu pel que creiem en la pràctica de l'avortament lliure.

L'embaràs no desitjat té diverses causes. Entre els adolescents existeixen diversos factors de gran influència. Un dels motius és la falta d'accés als anticonceptius i el fet que els preservatius siguin un article de luxe. Un altre seria la deficient educació sexual que pateixen i la paradoxa entre la seva falta d'autoconeixement i les al·lusions constants a relacions sexuals on mai es visibilitza la protecció i la cura. Sovint aquestes relacions sexuals es presenten per televisió, en un context fictici de naturalitat i espontaneïtat.

Així mateix, la influència dels rols de gènere, que es materialitzen en situacions de desigualtat, mitjançant la pressió del noi vers la noia, sobretot en la negociació de l'ús del preservatiu. I finalment la falta d'autoestima, que genera una manca de cures pròpies i de prevenció de possibles situacions. Entre els adults es poden aplicar alguns d'aquests exemples.

També cal tenir en compte el marge d'error que suposen els anti-conceptius: trencament del preservatiu o percentatge de no eficiència del DIU o de les pastilles anticonceptives. I per descomptat la creença que a una mateixa no li passarà res per tenir una petita imprudència.

L'avortament és un recurs desesperat davant una situació no desitjada. Avortar no és fàcil. Suposa una decisió moltes vegades dolorosa per a les dones. No és agradable arribar a aquesta situació i no es tracta d'una condició escollida. Les dones que avorten no per això són dolentes, ni capritxoses, ni egoistes ni molt menys assassines. Són persones conseqüents amb les seves possibilitats: si no tens els recursos ni les ganes per portar una criatura al món és millor que no ho facis perquè si ho fas tant sols generaràs desgràcia. La dona, com a única propietària del seu cos és

l'única que ha de decidir una qüestió així. Obligar a algú a fer alguna cosa en contra de la seva voluntat, i sobretot tractant-se d'una cosa tan important com és l'embaràs, suposa una negació de les llibertats més bàsiques que tot individu hauria de tenir. Però vivim en un sistema on els individus estan representats per una elit que pren les decisions. Vivim en un món on l'única cosa que podem decidir és el color del nostre cotxe.

La qüestió de l'avortament és una qüestió política i religiosa amb un fort component ideològic. La dona, en la societat patriarcal i capitalista en la qual vivim, té assignat un rol inqüestionable: representa la figura de la reproductora, de la cuidadora, de la treballadora domèstica i, en alguns casos, també de la treballadora assalariada. La dona suposa el pont per a la creació de futurs esclaus i de futurs interessos econòmics i socials. La seva sexualitat forma part del mercat i és un producte més. És per aquest motiu que existeix el control sobre el seu cos: en forma de legislacions sobre avortament i controls de natalitat.

Tots sabem la forta influència que els partits de dreta i l'Església tenen sobre el tema de l'avortament. I ho hem comprovat recentment amb la nova llei de l'avortament que ha introduït el senyor Alberto Ruiz-Gallardón, ministre de justícia del Partit Popular: "la malformació del fetus no serà ja un supòsit per interrompre l'embaràs" al·legant que: "No entenc que es desprotegeixi al concebut, permetent l'avortament pel fet que tingui algun tipus de minusvalidesa o de malformació".

Doncs bé, el partit polític que regenta aquest senyor, ahora que imposa aquesta nova llei i es posa una medalla com a defensor dels desprotegits treu a la mateixa vegada les ajudes a la Dependència. Això demostra, sens dubte, que l'avortament és una qüestió política i de control sobre les dones i que no els importen les persones amb minusvalidesa, ni que els nadons neixin com a éssers no desitjats o en famílies sense recursos. El que els importa és deixar clar qui maneja el vaixell. Mentrestant l'Església opina sobre l'avortament i es converteix al mateix temps en la institució amb més casos de pedofília de la història. Resulta que aquests senyors fan i no deixen fer. Rebutgen l'ús del preservatiu perquè l'únic motiu per tenir relacions sexuals és la procreació (la dona gaudint del seu cos? On anirem a parar!) i prohibeixen l'avortament perquè diuen que és un assassinat. Però resulta que també encapçalen el top ten d'assassinats durant les croades religioses i la caça de bruixes. Una vegada més, tota la

seva moral respon a un entramat ideològic i d'interessos.

El nefast paper de l'Església davant la qüestió de l'avortament conté una llista interminable d'hipocresia. Mentre promouen el dret a la vida inverteixen en negocis capitalistes, incoherents amb el seu propi codi moral. La conferència Episcopal, amb bisbes com el de Burgos, Madrid, Oviedo i Astorga es manté per mitjà de SICAV's (Societat d'Inversió de Capital Variable) : Grup SAMA, Bi Gran Premiere, Usmages i Vayomer que inverteixen en empreses com: Florida Hissi and Farm (empresa dedicada a la producció de begudes alcoholiques), Pfizer (farmacèutica que comercialitza amb anticonceptius i estimulants per a l'erecció), Repsol, Endesa, Telefónica, Iberdrola, Royal Bank of Scotland, Allianz (coorporacions que estan degradant la natura i les condicions de vida de les persones).

En l'àmbit polític descobrim la participació en actes a favor de la família tradicional (GEC, Grup d'Entitats de la Família, vinculats a l'Església) a personatges destacats de partits com el PSC, CIU i el PP. Hi podem trobar noms com Jordi Pujol, Ernest Benach, Joan Clos, Daniel Cirera, Dolors Nadal, Duran i Lleida, Juan Antonio Samaranch, Joan Gaspart, i la llista continua.

Veiem clarament els interessos ideològics que s'amaguen darrera la qüestió de l'avortament. Reiterem el que hem dit anteriorment: la maternitat ha de ser conscient i desitjada i la decisió de l'avortament única i exclusivament de la persona afectada: la dona. No volem més fills abandonats i sense atenció al món, ni dones que no tenen el control sobre les seves vides. Defensem l'avortament com a expressió de la llibertat individual i del poder de decisió que ha de tenir cada persona sobre la seva vida. No creiem que cap partit polític o cap institució puguin prendre decisions que concerneixen la vida de les persones. No volem millorar les seves lleis, en volem l'abolició perquè cada individu pugui triar lliurement sobre si mateix. Volem una sanitat que respecti la vida de les persones i les seves decisions. Perquè la sanitat hauria de ser un servei per la salut de l'individu i no un servei a l'execució de les idees dels partits polítics i de la moral cristiana.

L'avortament ha existit sempre, a totes les cultures i a tots els llocs. Al llarg de la història, les dones han avortat amb herbes quan no desitjaven l'embaràs. Però hem perdut aquest llegat d'autoconeixement i ara

Salut en perill, cossos en lluita

depenem de les institucions. La duresa de la nova reforma no farà que les dones renunciïn a les seves intencions quan no vulguin tenir una criatura. El que generarà és el turisme abortiu a altres països i tota una xarxa d'avortaments clandestins que faran perillar la salut de les dones. Perquè els polítics no defensen la vida ni el nostre benestar, solament els seus interessos i això n'és una mostra més.

Mentre no trobem solucions a l'autogestió de l'avortament fora de les urpes del poder i de l'església, mentre no prenguem els hospitals i generem un model de salut al servei de les necessitats reals de les persones, haurem de seguir lluitant perquè la sanitat respecti la nostra vida i la nostra llibertat.

Per un avortament lliure i autogestionat.

EL PART ÉS NOSTRE

El part és nostre. Ens pertany a les dones, i només a nosaltres. Però el poder i el sistema sanitari ens l'han pres. És per això que escric aquest article. No pretenc fer una apologia al part a casa, tot i que considero que té molts beneficis per la dona i pel nadó¹, i tampoc pretenc fer una croada contra els hospitals. Però si intentar posar els accents sobre les ies.

El problema per a mi resideix en el fet de que ens venen el part medicalitzat com si no existís cap altre possibilitat, i això no es cert. Des de la lògica de poder i hospitalària, un cop més, el que volen és poder controlar-ho tot, i que l'autogestió de la nostra salut quedi vetada.

Els arguments que s'utilitzen per criminalitzar i menysprear el part natural són les complicacions i els riscos que comporta. Però la mortandad durant el part està associada moltes vegades a una mala alimentació durant l'embaràs i a la falta d'higiene relacionada amb la pobresa. L'estudi que he consultat, de Wax et al. (2010), inclou 342.056 parts a casa i 207.551 parts hospitalaris planificats.

Conclou que hi han més morts neonatals en els parts realitzats a casa, però una xifra igual de morts perinatals que a l'hospital (dos classes de morts del nadó). Però, més important i sovint silenciats és el fet de que les dones tenen xifres de mort, d'infecció i d'hemorràgia més baixes en els parts realitzats a casa.

És obvi que la mort moltes vegades esdevé un fet real. Les coses es poden complicar, però això també pot succeir a un hospital i de fet també hi han casos de morts de mares o nadons als hospitals. És cert que es més controlable a un hospital. Però la natura no és perfecta i la mort, ens agrada o no, succeeix.

Per a mí el més important del part a casa és el respecte que es genera i la possibilitat de poder escollir com vols que sigui. I per suposat la gestió del propi cos. Quant es pareix a casa es fomenta i es practica el respecte als processos naturals del cos: els ritmes i les necessitats de la mare són reals, les postures són les més còmodes per ella, que és com hauria de

¹ No vull entrar en enumerar els beneficis del part natural. Pots trobar moltíssima informació a internet o en llibres especialitzats en aquest tema.

Salut en perill, cossos en lluita

ser. No es necessita química artificial perquè no es practica la doctrina de la pressa i del treball en cadena, sinó que els temps està regit per les necessitats del moment. Què absurda resulta la pressa en un dels moments més màgics e inolvidables de la teva vida! Un altre factor molt important i necessari per poder parir són la intimitat i les emocions. És bàsic en aquesta situació que la mare pugui gaudir de tranquil·litat. L'entrada i sortida de persones alienes, les llums, les màquines i els seus "pips", la manca de persones properes en un moment en el que possiblement es necessita recolzament emocional i físic són aspectes que dificulten moltíssim que la mare pugui ser capaç de parir.

Tinc varies amigues que han parit a casa. Estan contentíssimes, tot va sortir bé i diuen que és una de les experiències més potents de la seva vida. Altres que ho han intentat però no han pogut i han acabat anant a l'hospital. Conec altres casos de dones que no es veien preparades per parir a casa i ho han planificat directament a l'hospital. I aquesta opció em sembla molt més coherent i sincera que imposar-te un model de part a casa quan no ho sents. És per això que hem de ser molt coherents i conèixer les nostres possibilitats. Perquè també és cert que hem perdut moltíssima tradició i cultura de part natural i els nostres cossos, tot i que estan perfectament preparats, és possible que estiguin una mica temerosos e insegurs. Però és important vèncer la por i sentir-nos capaces.

Volem un part escollit, respectuós, íntim, afectuós i no medicalitza't.

Per què el part és nostre i de ningú més!

UNA MORT AUTOGESTIONADA

La moral cristiana heretada pel racionalisme i la medicina occidentals es basa en la idea que la mort és quelcom dolent. Amb una postura poc crítica, la medicina assumeix el projecte cristià i tracta de vèncer a la mort. Però és aquesta croada contra la mort la que realment ens perjudica.

Un pas necessari per madurar emocionalment és acceptar que tot s'acaba, tot mor. La guerra a la mort prové de l'afany pel control central de la civilització occidental. És una discapacitat per acceptar les coses tal com són i una inclinació cap a la dominació del món natural: la mateixa arrogància que ens porta a l'ecocidi i el canvi climàtic. Alguns científics duen a terme investigacions sobre mètodes i medicines per evitar la mort i aconseguir la immortalitat. És una obsessió infantil que manca d'una consciència bàsica: la d'entendre que el món és finit. Si ja hi ha problemes amb una població mundial excessiva i a més les persones deixen de morir, s'esgotaran les capacitats alimentàries de la biosfera molt abans que es desenvolupi la possibilitat de colonitzar i destruir altres planetes.

Mentre vagin desenvolupant pastilles i tècniques per allunyar a la mort, seguirà passant el que ja està en marxa per culpa de la sobre població: els que poden pagar per estendre les seves vides, segons la lògica mercenària del mercat, ho faran, mentre els altres—o sigui, la gran majoria—patiran una misèria cada vegada més profunda a causa de l'escassetat creixent de terra, de menjar i d'aigua.

Un altre efecte de la croada contra la mort és que es tracta la mort com a emergència i així se la treu de les nostres mans per portar-la a un terreny d'experts en què el pacient, la persona que està morint, és un objecte institucionalitzat i per tant una figura robada de la seva dignitat. En els països desenvolupats segons els criteris capitalistes, una gran part de les morts ocorren en hospitals, sota la lluentor de les llums fluorescents i embolcallades en un embolic de tubs, vies, màquines i desinfectant. El procés de morir en un hospital és un dels finals més tristos, sòrdids, sense sentit i fins i tot tènics. Per l'intent d'estendre la supervivència, es perd la vida. La mort no és una emergència mèdica, és un pas natural i inevitable de la vida i per tant, és necessari recuperar-la.

Fa una mica més d'un any, es va morir el meu avi. El seu desig principal era el de morir a la seva pròpia casa, la casa que va ajudar a construir i on es va passar els últims trenta anys de la seva vida. Quan una vàlvula del seu cor va començar a funcionar malament es va fer evident que, si no es feia una operació, arribaria la seva fi. Fins llavors gaudia d'una salut bastant bona. Caminava uns quilòmetres cada dia, i tot i que li feien mal els genolls i no podia treballar més al jardí, vivia bastant bé i amb autonomia. Havia acabat de narrar les seves memòries de la guerra, gravades pel meu oncle.

Quan va aparèixer aquesta condició cardiovascular tots els meus oncles i la meva tia el varen pressionar perquè s'operés. Va ser tot un rotllo per entrar dins el cotxe i fer el viatge fins a l'hospital, que estava a un parell d'hores d'on vivien. Em vaig preguntar, perquè pressionar a algú a operar-se quan ja estava content? Potser només s'estendria la seva vida un parell d'anys i també corria el risc, gran, de morir en la mateixa operació o convertir-se en un invàlid que hauria d'acabar la seva vida en una residència. Tot i així, després de bastant xantatge emocional, va consentir operar-se.

Quan va arribar el dia de l'operació, es van llevar ben d'hora per fer el viatge. Abans d'entrar al cotxe, el meu avi va mirar primer a la meva àvia i després al meu oncle. Els hi va dir als dos que els estimava molt, mirant-los fixament als ulls. Després es va asseure al vàter i es va morir.

Va ser una mort digna, una mort triada i una mort per a mi sense cap tret de tragèdia. Ara, quan penso en el meu avi, penso en la vida llarga i bonica que va viure, penso en la seva mort autogestionada, ric de com va desbaratar als plans dels meus oncles de dur-lo l'hospital, i no puc sentir-me trist per ell.

Per una altra història d'una mort autogestionada, veieu Os Canga-ceiros, *N'Dréa*. Virus Editorial.

L'AUTOGESTIÓ NO ÉS UN SOMNI

Fa uns anys, a Catalunya hi havia una crisi molt més greu que l'actual, però no es va resoldre amb el tancament d'hospitals. Al contrari, es va solucionar amb la fundació de sis hospitals nous i la creació de centres d'atenció mèdica a totes les zones rurals de Catalunya que patien manca d'assistència.

Estic parlant de la revolució social que va començar i que va ser aixafada pels feixistes i els complots europeus l'any 1936. La crisi del poder a l'Estat Espanyol va ser molt més forta a principis dels anys 30 que la crisi que va començar, suposadament, el 2008. Els rics d'avui dia segueixen omplint-se les butxaques cada cop més, parlant de crisi mentre privatitzen la infraestructura social i ens obliguen a treballar més hores per menys diners, i si, finalment, ens acomiaden ja no tenen obligació de mantenir-nos. Però a principi dels 30 els rics no podien lucrar-se sense que hi haguessin vagues, sabotatges i protestes massives. A més, la repressió democràtica no era suficient. Les classes populars resistien a la policia i si els amos pagaven pistolers per assassinar algun sindicalista o anarquista especialment problemàtic, la lluita continuava sense por, i alguns prenen la venjança, fins i tot assassinant un patró. La crisi va convèncer la burgesia d'abandonar la democràcia en favor del feixisme. Sota el feixisme, els burgesos tindrien menys llibertat per modelar la societat, però com a mínim no perdrien tots els seus privilegis, com podria passar si no aniquilessin els revolucionaris.

Tot i que una gran part dels dirigents i les forces de l'ordre republicanes s'estaven resignant al cop d'estat feixista, en cada lloc on les classes populars es van armar i lluitar es va frenar l'avanç franquista. A Catalunya, els anarquistes van derrotar l'exèrcit i van començar, parcialment, una revolució social. Desafortunadament, van confiar en els partits d'esquerra i no van abolir el capitalisme del tot, però durant mig any, l'Estat no va tenir gaire poder.

En aquest període, les treballadores i els treballadors van col·lectivitzar i auto organitzar les infraestructures i molts llocs de treball. La Sanitat, organitzada majoritàriament pels anarquistes, es va estendre

com els altres serveis públics. El Sindicat de Metges gestionava 18 hospitals (6 d'ells creats pel mateix Sindicat), 17 sanatoris, 22 clíniques, 6 centres psiquiàtrics, 3 escoles bressol i un hospital de maternitat. Va establir centres arreu de Catalunya, també a llocs on la medicina capitalista mai hagués establert un servei mèdic per manca de rentabilitat. La Unió de Treballadors de la Sanitat, una organització majoritàriament anarquista, va incloure vuit mil treballadors, dels quals 1020 eren metges, 3206 eren infermeres, 133 dentistes, 330 llevadores i 153 herboristes. Es va garantir l'accés als serveis sanitaris a totes les persones de Catalunya. A més, a les col·lectivitzacions rurals d'Aragó i València, on es va instaurar el comunisme llibertari de manera completa, es va proveir sanitat gratuïta per tots els seus habitants.

Aquest experiment revolucionari va ser esclafat per ERC, el PSUC, els estalinistes, i també pels dirigents de la CNT que van col·laborar amb els polítics i van frenar la revolució de base. Amb l'excusa de la condició d'emergència, de la guerra i la necessitat d'unió (entre la classe dirigent i les classes populars) i de disciplina social (és a dir, la supremacia de la classe dirigent), el mateix exèrcit que va reprimir les milícies voluntàries va reprimir també les col·lectivitzacions i l'autoorganització dels obrers. Més tard, els feixistes van guanyar la guerra i van suprimir la memòria revolucionària, van terroritzar la gent per a que els burgesos poguessin tornar a instaurar la falsa pau de la democràcia, l'esquerra pogués tornar a pactar amb la dreta—creant la il·lusió de llibertat—i els rics poguessin tornar a aprofitar-se de la nostra explotació sense que hi hagués una resistència perillosa.

Avui dia, el sistema sanitari és més complex que fa 75 anys, però se'ns deia, abans del '36, que tot era massa complex per organitzar-nos per nosaltres mateixos i era mentida. Ells treballadors i les treballadores s'organitzaven i els dirigents només els explotaven. Avui dia, els que ens diuen que és impossible auto organitzar la sanitat són els hereus directes dels mateixos explotadors que van suprimir-nos l'última vegada, quan vam ocupar la infraestructura de la nostra societat i la vam organitzar per les nostres necessitats i no els seus beneficis.

Podem tornar a fer-ho.

Com a prova d'això, podem mirar Grècia. Durant la insurrecció social de desembre del 2008 el patronat va agredir de manera molt bès-

tia a la treballadora immigrant Konstantina Kuneva, que treballava en una empresa privada contractada per la neteja de les rodalies d'Atenes. Va formar, amb les seves companyes de treball un sindicat horitzontal i de base, anàrquic en el seu funcionament i independent dels sindicats grocs. Després que uns matons la agredissin amb àcid, el grup de metges anarquistes que la cuidava va formar una assemblea pública per la sanitat al barri de Petralona. Aquesta experiència es va estendre i va conduir a la creació de centres de sanitat autogestionada a diferents barris. Persones amb malalties podien acudir al centre i explicar als metges i a l'assemblea de veïns el seu problema i així trobar recursos, solucions i recolzament. Es va notar que el simple fet de participar-hi va millorar la salut mental i corporal de moltes veïnes i veïns. El moviment per l'autogestió de la sanitat no ha parat de créixer. Al poble de Kellkis, també estan intentant ocupar i autogestionar un hospital sencer (veure Apèndix).

PROJECTES ACTUALS DE MEDICINA PREVENTIVA I AUTOGESTIONADA

Associació Ipomea

c/ Còdols 13

L'Associació Ipomea, que es al centre de Barcelona, a prop de la Plaça del Tripi, és fruit d'una iniciativa que porta uns pocs anys en desenvolupament, al principi per una sola persona. Fa un any que el col·lectiu, de ja quatre terapeutes, va començar a llogar un local per donar un lloc concret al seu projecte de salut popular i autogestionada. Les quatre terapeutes porten entre tres i quinze anys d'estudis i de pràctica, i exerceixen l'acupuntura, la naturopatia, la dietètica, la nutrició, l'osteopatia sacrocranial, el quiromasatge, la teràpia floral, la teràpia de gestalt i la reflexologia. Han ajudat a centenars de persones que pateixen des de malalties quotidianes, com el reumatisme o el dolor d'esquena, fins a malalties més greus, com brotes esquizofrènics o la malaltia de Krohns.

A l'Associació Ipomea, es tracta de fomentar un model de salut on el pacient es col·loca en el centre de la teràpia, on les persones que pateixen una malaltia comuniquen amb les terapeutes i aprenen com entendre la malaltia i les seves causes i com curar-se. És un mètode de sanitat participatiu que també subratlla la no-separació entre les condicions físiques i les condicions psíquiques d'un cos; per això, els diferents terapeutes col·laboren per ajudar a cada pacient, i cada pacient té accés a varies teràpies. El local disposa d'una biblioteca de llibres, revistes i altres materials on les persones poden passar hores llegint sobre la salut i teràpies per tal de formar-se i fomentar l'autoaprenatge. També es fan tallers i xerrades gratuïtes. A més a més, tenint una visió social i holística de la salut, també es qüestionen les causes econòmiques de les malalties i s'ofereixen preus barats, per tal de fomentar un servei popular i no per les èlits. No es pot cobrar més de 30 euros per una sessió d'una hora i mitja. Per les persones amb condicions cròniques, es fa un abonament de 80 euros al mes, amb una sessió cada setmana amb qualsevol terapeuta. I per les persones que no tenen diners, tracten de ser flexibles per poder permetre que puguin seguir amb la terapia.

Les persones que conformen l'Associació participen a les lluites

i reivindicacions contra les retallades de la sanitat, però també ofereixen una visió molt diferent de la salut i critiquen el model dominant en el qual un expert ve i diagnostica a un pacient, sense mirar-li gairabé ni parlar amb ell, deixant al pacient com a element passiu i ignorant en tot el procés. També critiquen el sistema social actual, que causa moltes malalties a través del treball, la contaminació, situacions d'habitatge o família precàries i altres condicions que provoquen estrès. De fet, el nom de l'Associació, "Ipomea," es refereix a una planta medicinal que és molt bona per la desintoxicació.

Per tot això, l'Associació Ipomea no és una mera crítica a les malalties socials que patim, sinó un intent pràctic i concret de desintoxicar la nostra societat i crear un altre model de sanitat, basat en relacions d'horitzontalitat, autogestió, col·lectivitat, solidaritat i suport mutu. Semblen "una perspectiva de què tot al nostre voltant és un condicionant de com estem per dintre i per fora."

El local s'obre els dilluns als divendres, i els dissabtes es fan tallers, xerrades i altres events gratuïts.

Col·lectiu d'autogestió de la salut,

La Teixidora, c/ Maria Aguiló 35

Al Centre Social Ocupat La Teixidora, al barri de Poble Nou, es reuneix un col·lectiu d'autogestió de la salut. El grup porta un any i mig desenvolupant el seu projecte i fa un any que va muntar una clínica a la Teixidora.

Són entre 3 i 4 terapeutes que conformen el col·lectiu, i entre elles ofereixen les teràpies de dietètica, masatge neurosedant, reflexologia podal, tècnica metamòrfica i curació tradicional mexicana. El seu projecte treballa amb dues línies:

- Difondre una sèrie de coneixements privats a la gent
- Gestionar la clínica.

Per la primera línia fan xerrades, debats i altres events gratuïts de formació enfocats a millorar l'autogestió de la salut per part de les pròpies persones afectades, perquè tothom pogui cuidar-se i curar-se. En aquesta línia fan xerrades sobre dietètica, per a que la gent sàpiga com menjar millor i reconèixer quins productes alimentaris li poden perjudicar la salut; tallers de cures després de la repressió (per a persones involucrades als moviments socials), en casos d'agressions del sistema, ja siguin deten-

cions, tortures, violacions, traumes psicològics; tallers de primers auxilis; tallers de cuina terapèutica basats en la Medicina Tradicional de Xina; ioga amb meditació i ioga ocular per reduir o eliminar les dioptries; també es fan consultes de tarot.

Els tallers de cuina es fa dues vegades a cada estació, i així recorren a la gent les seves connexions corporals amb l'ambient natural i les diferents necessitats del cos segons l'època de l'any. Fins ara han sigut un èxit i compten amb molta participació.

Al moment d'escriure aquest llibre, el col·lectiu estava preparant un debat sobre la lluita a la sanitat.

La clínica no té un horari fixe, sinó que s'obre quan algú contacta amb el col·lectiu per demanar hora. Funciona per intercanvi. Cap teràpia és gratuïta, perquè es valori el treball de les terapeutes i perquè no s'autoexplotin.

Hi ha tres maneres de pagar una sessió de teràpia. Es pot fer un intercanvi amb l'espai (o de la clínica o del centre social) com pintar, arreglar alguna cosa o participar en una jornada de curro. També es pot fer un intercanvi pactat amb la terapeuta. Per exemple a una terapeuta li han regalat una bici o roba o altres teràpies. I tercer, es pot pagar amb diners. Aquesta opció va generar debat, però es valorà que sinó el marge de gent que entrava a la clínica quedava molt reduïda—bàsicament persones que ja participaven a moviments socials i ja tenien el costum de fer intercanvis sense diners—sense l'opció de pagar. Així, persones que no estiguessin acostumades a fer intercanvis o no tinguessin temps per fer res apart de treballar també podien acudir a la clínica i, possiblement, acostumar-se a fer un intercanvi la pròxima vegada.

En tot cas, els preus són molt inferiors als preus normals, per exemple 15 euros per una consulta de dietètica.

Segons les terapeutes del col·lectiu, “el teu cos s'expressa a través de les malalties. La medicina occidental només ataca els símptomes, sense entendre a la persona com una entitat global. Però no es pot curar un òrgan en aïllament ni es pot curar a una persona aïllada sense canviar també la societat. No hi ha una cura individual, sinó individual i col·lectiva.”

Critiquen a les medicines naturistes amb preus prohibitius perquè “reprodueixen el mateix sistema. La qüestió no és quin tipus de medicina alternativa sinó que no sigui una medicina capitalista.”

Grup d'Autoformació de la Salut

Universitat Lliure la Rimaia, Ronda Sant Pau 12.

–El 9 de Maig, 2012, l'Universitat Lliure la Rimaia va ser desallotjada per un gran dispositiu policial. Actualment, el grup d'autoformació de la salut està buscant l'espai o procurant-se'n un per a poder seguir amb el nou curs que començarà.. El desallotjament--i l'actuació estatal en general--va suposar un fort cop contra l'intent d'autoorganització. Es podria dir que si manquem d'infraestructures pròpies, si no autogestionem ja la sanitat és perquè l'Estat sempre ataca tot allò que creem per liquidar i anul·lar les nostres pròpies capacitats de coneixement i formació, en aquest cas la dels nostres cossos. Intentant dissuadir qualsevol iniciativa que creixi al marge d'aquest.

–El grup d'autoformació de la Salut que es reunia a la Rimaia es va formar a estiu de 2011, a partir d'un d'interès comú en profunditzar el tema de la salut. Al començar van posar uns punts en comú sobre que entenien per salut i per malaltia.

El grup consisteix d'unes 5-6 persones, alguna amb carrera de biologia o fisioteràpia, però en general no són especialistes sinó persones motivades. Cada setmana, algú assumeix l'investigació sobre algun tema - el sistema respiratori de fisiologia per exemple - i després dinamitzen la reunió, compartint l'informació i els coneiximents que han trobat sobre aquest; com funciona, simptomatologia de malalties comuns, etc. A la següent setmana, busquen informació sobre tractaments o remeis alternatius (però reconeixen que no totes les malalties tenen cures alternatives, com que podria ser el càncer dels pulmons, per exemple).

També, cada inici de sessió el comencen estudiant una planta medicinal (amb la dinamització feta per una altra persona), de com es fa la preparació, de la seva utilització, etc.

Estàn preparant una biblioteca informativa a internet, i també fan xerrades com per exemple sobre osteopatia, gestió de les emocions, reflexologia podal, etc. En el moment de fer l'entrevista amb nosaltres, estaven preparant un taller de primers auxilis amb el grup Medikaos, format per activistes que socorren a ferits, lesionats o d'altres afectats per les diferents actuacions policials repressives a les manifestacions.

Salut en perill, cossos en lluita

El grup d'autoformació també ha debatut internament sobre la lluita a sanitat i la relació entre la sanitat pública i el capitalisme.

Al contrari de molts altres projectes d'autogestió de la salut, no es tracta de persones que aprenen i s'especialitzen en una teràpia o altre, sinó en un grup de persones que agafen l'informació i els coneiximents amb les seves pròpies mans, per poder autogestionar les seves vides paral·lelament a la institució. Com diuen elles, "És imprescindible conèixer el nostre cos per poder actuar."

Cooperativa Integral Catalana

salut@cooperativaintegral.cat

<http://sha.aureasocial.org>

La Cooperativa Integral Catalana (CIC) es va fundar a principis del 2011 i ja consisteix en 18 "ecoxarxes," o xarxes d'intercanvi bioregionals. És una federació de projectes i cooperatives autònomes que tenen com a objectiu: "generar xarxes d'autosuficiència i projectes autogestionats que ja no requereixin de la interrelació amb l'economia capitalista per assegurar la seva subsistència." Funciona a través de varies comissions de treball, partint dels principis d'assemblearisme, autogestió, descentralització, sostenibilitat ecològica, cooperació, anticapitalisme, suport mutu i solidaritat en la transformació social, entre altres coses. És un intent de crear les bases econòmiques i interpersonals per autogestionar les nostres vides, per una lògica cooperativa i no capitalista. Utilitzen mètodes com les compres en comú, l'economia comunitària (la reciprocitat espontànea, sense comptabilitzar el flux d'intercanvi), el troc (intercanvi de bens sense diners), les monedes lliures o locals, i el CES (Community Exchange System), un sistema gestor de monedes socials desenvolupat per activistes a Sud Àfrica, gestionat per un programa a l'internet de software lliure.

La CIC ha començat a dirigir-se a l'autogestió de la salut. Dinamitzen xerrades i tallers amb metges, com "La salut ja la tenim, desprogramem la malaltia. Tots naixem sans" o "Kinesiologia Educativa", ambdós organitzats l'estiu passat al Centre d'Acollida i Formació de la CIC, a Ca l'Estrolic (Riudellots de la Creu).

La CIC té un grup de salut a Lleida, el projecte autònom Salut Holística Autogestionada a Barcelona, i l'Oficina de Salut, que preten la "gestió i coordinació de les diferents iniciatives en el marc del Sistema de

Salut Pública Cooperativista (SSPC), així com de l'economia i la filosofia del mateix; la coordinació dels diferents nuclis de Catalunya; la promoció de la investigació i l'educació en salut; la comunicació i difusió de la informació sobre el SSPC; i l'acollida a totes les persones i projectes que en vulguin formar part." Al setembre, el SSPC ha començat una campanya de formació i "crowdfunding" (o financiació col·lectiva a través d'internet) per fundar centres de salut autogestionada per tot el territori.

Com projecte nou i també ambiciós, quant més persones participen, més recursos tindran.

Sumendi

Euskal Herria

L'associació Sumendi no es troba a Catalunya, però com que és un projecte que ha aconseguit un nivell tan alt d'autogestió de la salut, volíem senyalar-lo com un exemple de què podríem assolir nosaltres mateixes.

Sumendi es va formar a 1986, i ja organitza clíniques i grups a varis llocs del País Basc, d'una forma assembleària. Varis metges i altres terapeutes treballen amb el projecte i difonen la informació i els serveis a un gran nombre de gent. Es pot trobar més informació sobre Sumendi al llibre, "Cuidate Compa", que està per internet.

Projectes d'Alimentació

També existeixen molts altres projectes autogestionats que tenen una relació amb el tema de la salut. Per exemple, a tot arreu de Catalunya, es troben cooperatives d'alimentació on les persones recolzen econòmicament a una granja o un hort ecològic, a canvi d'un cistell d'aliments, i formen una relació directa amb les cultivadores i, si volen, amb la terra de la que prové el seu menjar.

L'alimentació és uns dels elements més importants de la salut positiva, que també demostra que la salut mai es pot plantejar de manera individual sinó que sempre és una realitat col·lectiva, tant a nivell social com a nivell ambiental. Si no respectem el medi ambient, si contaminem, si utilitzem massa aigua, si treiem més de la terra (en forma de aliments) del que tornem a regalar-li (en forma de compost), o sigui, si fomentem una relació explotadora, estem fent malbé la nostra pròpia salut. Si les cultivadores perden l'accés a la terra gràcies a l'edificació o a

Salut en perill, cossos en lluita

l'industrialització de l'agricultura, o si han d'utilitzar químics i funcionar com un negoci, totes perdem l'accés a una alimentació sana.

Per tant, per recuperar la nostre salut, hem de recuperar l'accés a la terra i a una alimentació sana, ecològica, local i cooperativista en comptes de comercial. Podem recolzar a cooperatives que ja existeixen. Podem ocupar solars i convertir-los en horts, com ja existeixen a Sant Andreu, al Clot, al Forat, al Raval, a Girona i altres indrets de Catalunya (i com existia a Sants i altres llocs abans de ser desallotjats per la policia). O si no vivim en mig d'una ciutat, podem fomentar la tradició que encara tenen molts avis per tot arreu, de cultivar terrenys als prats dels rius o al marge del poble.

Però per a que aquest projecte sigui real, també hem de tenir en compte els perills i amenaces de la línia d'autogestió.

Hem de desmentir i atacar el capitalisme verd, que intenta comercialitzar l'ecologisme i vendre'ns productes suposadament biològics però que provenen de granges que mai hem visitat, produïts per persones que no coneixem i per un procés que realment ignorem perquè és igual de poc transparent que la producció de qualsevol altre producte industrial.

Hem de lluitar contra el creixement, que és l'únic valor que reconeix el capitalisme, i que és inevitablement explotador. Hem de lluitar contra projectes com l'Eurovegas i qualsevol projecte de "desenvolupament econòmic" que convertiria camps cultivats o espais naturals en nous edificis amb objectius plenament comercials. En definitiva, hem de lluitar contra l'idea de que la terra pertany als rics i no als essers—humans i altres—que la necessiten. La nostre salut no es pot separar de la salut de la terra, i per tant, de les altres espècies també.

Per concloure

Tots aquests projectes necessiten recolzament popular, i tots poden servir com referents per la creació de nous projectes. Però no poden triomfar en una línia únicament positiva. Han d'ajuntar-se amb les línies de lluita que s'enfoquin en l'atac i la defensa contra el sistema actual.

Hem d'assumir que la salut no pot conviure amb un sistema global que té com únic objectiu l'acumulació de poder i de valor abstracte, la dominació de tothom i de la natura en sí mateixa, la conversió de tot i de totes en diners. És totalment irreal plantejar un compromís entre la

nostre salut i el sistema actual.

Tràgicament, lluitar també té conseqüències greus. Quan ataquem al sistema o ens defensem d'ell, ens golpejen, ens torturen, ens posen a la presó, ens assassinen. La veritat és que lluitar pot perjudicar greument la salut. Però sotmetre'ns i patir la dominació ens perjudica més i ens condemna a un futur encara pitjor.

L'acte en sí de rebel·lar-nos i lluitar per la nostra llibertat i dignitat ens fa més sanes. El psiquiatre i filòsof de Martinica, Frantz Fanon, que va lluitar contra el colonialisme francès a Argèlia, va documentar com les malalties mentals de la població, molt elevades, van disminuir un cop que va començar la rebel·lió, tot i que també van patir la tortura i la violència de la repressió. El mateix fenomen es pot observar als somriures de les cares de la gent durant un disturbí, quan ataquen la normalitat que les afixia tot l'any. A més a més, si acceptem que la salut és col·lectiva, lluitar contra el sistema, encara que patim les conseqüències de la repressió, crea més possibilitats que altres persones i futures generacions puguin curar-se de les nombroses malalties socials que actualment ens afecten a totes.

La repressió no només funciona a través de la violència i la presó. També tracta de dividir les lluites i recuperar la part menys combativa. Sovint, això significa que un sistema democràtic fomenta la legalització de la infraestructura i els projectes positius de la lluita. Això va passar amb els sindicats i les cooperatives de fa un segle, i ja està passant amb els horts ecològics i les teràpies alternatives d'avui dia.

Quan criminalitza a les persones que s'enfronten amb les forces de l'ordre, el sistema també pressiona a les altres persones en la lluita—es que es dediquen a recolzar i a crear i no a l'enfrontament directa—a mostrar que elles no són dolentes ni incíviques i que poden conviure tranquil·lament amb la normalitat. És un engany, perquè el principal valor d'aquests projectes positius és que fan possible noves relacions, basades en la solidaritat i el suport mutu i no en l'explotació i la dominació. I les noves relacions no poden sobreviure dins del mercat, dins de la normalitat capitalista.

Per tot això, les persones que fomenten projectes d'autogestió, de salut i d'alimentació s'han d'entendre dins de la lògica de la lluita i no dins de la lògica del mercat. El seu criteri per l'èxit no pot ser el crei-

Salut en perill, cossos en lluita

xement, el nombre de socis o de ventes, sinó que ha de ser la subversió de les relacions dominants i el recolzament donat a les lluites socials.

UNA VISIÓ D'UNA SANITAT AUTOGESTIONADA

Una sanitat autogestionada no pot sorgir de l'Estat. No pot ser el resultat d'un programa de govern. L'Estat és una estructura elitista i per tant mai podrà gestionar un servei de sanitat que funcioni pel nostre benestar. Això només ho podem fer nosaltres.

Per tant, no podem dibuixar un avantprojecte de la sanitat autogestionada. Aquesta és la diferència entre el govern i l'autogestió. El primer s'imposa per les necessitats dels governants, mentre que la segona està creada des d'abaix a dalt, per les pròpies usuàries i, per tant, en cada lloc sorgeix de manera diferent.

En el present, el més important per crear una sanitat autogestionada és trobar la voluntat i la força per començar. Després, es tracta de desenvolupar els recursos i coneixements per fer-ho bé, a poc a poc, cada cop millor. O sigui, no apareixerà tot alhora, sinó que comença—i ja ha començat—des d'unes llavors que en un principi responen a només algunes de les necessitats de poques persones i, amb més esforços, es comencen a estendre i a satisfer les necessitats de moltes més. Com més persones participem en aquests projectes, més potència tindran.

Podria començar així: unes persones que han estudiat teràpies alternatives comencen a oferir aquestes teràpies a les veïnes i altres persones al seu voltant. D'altres inicien grups d'autoformació de salut i de dieta. Per altra banda, infermeres i metges comencen a oferir consultes als seus barris, fora del servei públic de la sanitat controlat pel govern.

Després, totes aquestes persones busquen maneres d'oferir els seus coneixements sense diners, gratuïtament, quan sigui possible, o per intercanvi quan no. D'altres, als barris, comencen a canviar els seus llocs de treball per la mateixa lògica: per funcionar fora del mercat. Escoles bressol, tallers de mecànica, horts, empreses de bricolatge i d'altres comencen a autogestionar-se i a crear una xarxa d'intercanvi sense diners.

A continuació, que s'expropien finques i locals abandonats a cada barri per a fer-los funcionar com a centres d'atenció primària anticapitalistes. Amb més recolzament, per fi, es pot ocupar un hospital.

Això necessitaria força recolzament veïnal; tant per defensar l'ocupació de la policia com per aconseguir tots els recursos que fan falta per gestionar un hospital. Tècnics que muntin plaques solars i generadors que cremin olis vegetals (del camps autogestionats a prop de l'hospital) per tal de generar l'electricitat necessària d'una manera sobirana i ecològica i per tant més saludable. Metges, infermeres i tècnics de l'hospital que visitin les fàbriques on es produeixen els instruments i materials que utilitzen per investigar les possibilitats d'aconseguir-los mitjançant l'intercanvi.

L'onada d'ocupacions i d'autogestió s'estén per tot arreu, i aviat hi han fàbriques i tallers autogestionats produint totes les coses necessàries a una escala més petita i més local. Intercanvien aquestes coses sense diners i sense obtenir-ne beneficis. Tots els llocs de feina són autogestionats. No hi ha dirigents que cobren més i treballen menys, sinó que tothom participa a les assemblees per prendre les decisions necessàries i prenen torns per visitar els llocs adequats per aconseguir materials o per facilitar-ne la distribució. Tot està organitzat per satisfer les necessitats de les persones i respectar els límits del planeta en comptes d'omplir les butxaques dels propietaris i dirigents. Qualsevol pot gaudir dels fruits de la seva feina o compartir-ho tot. Als barris i als pobles moltes coses (a alguns indrets més llibertaris, totes les coses) es comparteixen, no per la lògica de l'intercanvi sinó per la lògica de compartir.

Encara que sigui un somni difícil d'imaginar, tot això és possible. Molt poc probable, però possible. Però no és improbable perquè l'autogestió no funciona. Ans al contrari, tots els elements de la visió anterior han funcionat a la pràctica en diversos casos històrics.

A Torí, després de la primera Guerra Mundial, centenars de milers de treballadors van ocupar i autogestionar les seves fàbriques inspirats per visions anarquistes i comunistes d'un nou món. Només van ser traïts i suprimits pels sindicats, pels partits d'esquerra i pels feixistes que van aparèixer aleshores, subvencionats pel patronat per contrarestar el perill revolucionari.

A Barcelona també es va començar un experiment d'autogestió de tota una societat l'any 1936, però aquest va morir a les mans dels partits de l'esquerra que volien—sense cap realisme—guanyar el recolzament dels poders occidentals i de la burgesia autòctona. Per això, van convèncer

a uns autoproclamats líders pragmàtics de la CNT per frenar la revolució anarquista, revolució que posteriorment va ser suprimida completament pel franquisme.

A la mateixa època, milions de persones a Manxúria van alliberar-se de l'Estat i el capitalisme i van autogestionar les seves pròpies vides en base a una visió anarquista. Només va ser suprimides per les forces combinades dels imperialistes japonesos i l'exèrcit comunista de Mao.

Molt més recentment, es van ocupar i autogestionar centenars de fàbriques i llocs de treball a l'Argentina després del “corralito” de 2001. Alguns llocs segueixen ocupats i gestionats per assemblea però en general aquest experiment va ser reabsorbit pel capitalisme per no haver sortit d'una lògica de diners i mercaderies ni per haver apostat per una visió revolucionària de la societat, igual que el complex Mondragón al País Basc.

En conclusió, l'autogestió de la sanitat no és impossible. Requereix d'una transformació revolucionària de la societat perquè la sanitat no es pot separar dels altres aspectes de la vida. Tampoc es pot separar la salut d'una persona de la salut de les altres persones. I la revolució és un camí difícil i perillós.

Però si realment volem ser sanes i lliures, hem de reconèixer que és l'única possibilitat. Una sanitat feta per nosaltres, pel nostre benestar i no pel benestar del mercat, mai caurà del cel. Només pot ser creada per nosaltres mateixes.

L'única alternativa real a la transformació radical de la sanitat i de tota la nostra societat és que els que ens oprimeixen i ens exploten segueixin gestionant un servei de sanitat que convé als seus interessos, que en aquest moment històric vol dir la privatització i l'austeritat. L'única alternativa és la derrota i la intensificació de la nostra misèria quotidiana.

Aquest llibre és una invitació de prendre el camí difícil i necessari.

Salut i solidaritat

APÈNDIX

i les que no podem ni protestar?



Més de la meitat de la plantilla de Sant Pau treballem de forma tant precària que no podem ni protestar perquè això suposa que, senzillament ens deixin de trucar i donar-nos feina. D'altres viuen amb l'espasa de Democles plantyant a sobre seu rogant-li al cel i a la terra perquè li renobin el contracte. Som filles de la por. I la por a perdre la feina ens condemna a assumir amb resignació tot el que ens vingui a sobre, conscients que si no ho fem nosaltres algú altra ho farà.

Cap sindicat ens defensa, però la sort de les altres treballadores no és gaire diferent.

La patronal i els seus sindicats fan i desfan mentre nosaltres, com a meres espectadores, esperem que en el proper ERO no ens toqui a nosaltres i li toqui a la del nostre costat. Estem dividits i dividides, aquesta és la seva força, aquesta és la nostra debilitat.

Les prejubilades miren pels seus interessos, les que tenen contractes parcials pels seus, infermeria pensa que els problemes que té només li afecten a ella, a medicina tres quarts del mateix...a totes ens fot haver de treballar després de vacances o aixecar-nos a les 6 del matí, així que, que algunes cobrin més que d'altres, no ens diferencia realment.

Si seguim mirant-nos el melic pensarem que allò que ENS passa només em succeeix a mi o a tu, però mai a NOSALTRES...

Us convidem a lluitar juntes, a descobrir noves formes de lluita que s'adaptin a les nostres problemàtiques concretes. Sabem que una vaga clàssica a la Sanitat no és prou viable.

Tu, jo, NOSALTRES, sense buròcrates ni sangoneres pel mitg, sense sindicats, sense sigles ni partits, sense categories ni corporativisme, treballadores d'empreses externes i de l'empresa Sant Pau.

SI NINGÚ TREBALLA PER NOSALTRES, QUE NINGÚ DECIDEIXI PER NOSALTRES!



Assemblea de treballadors i treballadores de Sant Pau i Empreses Externes.

divendres 2 de Setembre 14:30 al Hall de l'entrada principal de Sant Quintí.

SABIES QUE... ?

El 28 de setembre és una data emblemàtica. El 1990, en una trobada de feministes llatinoamericanes i caribenyes, es va establir aquest dia com a jornada de reivindicació anual del dret de les dones a interrompre el seu embaràs en condicions de seguretat.

L'avortament realitzat en condicions de clandestinitat i poc segures per a la salut és una de les **primeres causes de mortalitat** per a les dones, sobretot en els països empobrits. Cada dia es practiquen al món uns 55.000 avortaments insegurs, el 95% dels quals es realitzen als països pobres. Una de cada vuit dones que moren en el món ho fa com a conseqüència d'un avortament realitzat en condicions d'inseguretat.



QUINA ÉS LA SITUACIÓ A L'ESTAT ESPANYOL?

El març de 2010 es va promulgar a l'estat spanyol la nova llei de l'avortament, Llei Orgànica 2/2010 de salut sexual i reproductiva i de la interrupció voluntària de l'embaràs (**IVE**). Aquesta llei estableix:

- Interrupció a petició de la dona **fins a la setmana 14 d'embaràs** per a totes les dones majors de 16 anys. S'estableix que en el cas de les dones d'entre 16 i 17 anys, la decisió és exclusivament de la dona i ha d'estar informat/da almenys un/a dels o les representants legals. Es prescindirà d'aquesta informació quan hi hagi risc de violència, coacció, amenaces o situació de desamparament.
- Les/els professionals de la salut poden exercir l'objecció de consciència, però aquesta està regulada i a tots els centres les dones han de tenir opcions per ser ateses si volen avortar.



A on anar a Catalunya?

-Si vols interrompre l'embaràs (i estàs de menys de 14 setmanes), i vols fer-ho als serveis de salut públics, dirigeix-te al centre de salut que et correspongui (dels que tenen programa d'Atenció a la salut sexual i reproductiva - **ASSIR**). Habitualment, la primera acollida la fan les llevadores i/o infermeres i després és possible que et visiti la ginecòloga. Allà es realitza la valoració i el seguiment, i t'han de donar la informació que necessitis; hi estan obligades per llei. T'explicaran que a partir d'aquesta visita hauràs d'esperar 3 dies per interrompre l'embaràs de forma legal i et donaran un sobre i/o informe amb la data de visita. Per aquesta visita, **NOMÉS CAL LA TARGETA SANITÀRIA**. Allà et donaran també els papers que serviran després perquè et tornin els diners.

-Fins ara (setembre 2011), als ASSIR se'ls dona a les dones un llistat de **clíniques privades** a Catalunya. Pots escollir la que vulguis i adreçar-te amb l'informe de la professional. Fins ara, si anem a la clínica les dones hem d'avançar els diners per la interrupció de l'embaràs i després ens els tornaran. (Actualment la devolució dels diners pot tardar fins a 6 mesos). A la clínica podràs escollir el mètode d'interrupció. Tots són segurs.

-Hi ha diversos ASSIR que en l'actualitat estan fent un protocol i t'ofereixen interrompre l'embaràs farmacològicament si estàs de menys de 7 setmanes. És molt important que li preguntis a la teva llevadora si pots fer-ho allà.

-Si no pots avançar els diners, l'ASSIR t'explicarà què has de fer. T'adreçaran a un centre per fer una entrevista amb una assistenta social, que valorarà si es finança part o tota la interrupció.

Hospitals o Salut? Escoles o Educació?

El que està realment en joc en les darreres mobilitzacions en favor de la Sanitat o l'Educació Públiques és el nostre lloc de treball i el perill de perdre'l perquè, avui en dia, és el treball l'única forma que tenim la majoria de poder cobrir les nostres necessitats o satisfer els nostres desitjos. Intentar mobilitzar a la resta de la població assalariada -les riques ja tenen les seves mútues privades- a partir de causar simpatia dient que som treballadores de serveis indispensables per a la societat és desviar el problema de fons. El nostre és un CONFLICTE LABORAL i es suma a tots els conflictes laborals que existeixen fruit de les relacions capitalistes. Si pensem que la nostra condició és diferent de la de les companyes que fan vaga a la indústria Alstom -p.e.- caurem en el parany de separar-nos i pensar-nos que estem lluitant per coses diferents. Totes tenim por a no arribar a final de mes, a no poder pagar el lloguer o la hipoteca, a no poder menjar més que la merda que ens ofereixen les grans superfícies, tant les que treballem a un hospital, a una cadena de muntatge, a una ambulància o repartint pizzes.

TOTES TENIM POR i acceptar-ho ens pot permetre teixir aliances i complicitats amb aquelles que pateixen amb nosaltres.

Qüestionant la Sanitat; qüestionant l'Educació.

Aquelles que treballem en un Hospital o en una Escola pública sabem que no són cap meravella i que disten moltíssim de la visió idíl·lica que algunes li volen donar. No ens demaneu que defensem aquestes institucions. Els Hospitals són un suport bàsic per a la indústria farmacèutica, la indústria més poderosa després de l'armamentística. En aquests centres es reproduïx la figura de la especialista per damunt de la persona que pateix la malaltia posant, la majoria de cops "parxes" pal·liatius sobre aquesta en comptes d'anar veritablement a l'arrel del problema. Quantes de nosaltres ens adonem, en la relació amb les persones malaltes, de l'alt percentatge de malalties derivades de les condicions socials? I a les Escoles? ...de veritat preteneu que defensem aquestes institucions? Les nostres filles es passen hores assegudes a una cadira, acostumant-se a la docilitat que després els demanarà la fàbrica o l'oficina, escoltant

Salut en perill, cossos en lluita

respostes a preguntes que mai han formulat, castrant la seva imaginació i la seva capacitat de sorpresa. Que no vulguem escoles no vol dir que no ens apassioni l'Educació però aquesta es dona incondicionalment, no tancant durant més de cinc hores al dia a les nostres petites. Si, hem de ser capaces de qüestionar el model de salut i el model d'educació que aquest sistema ens brinda per traçar possibles que vagin més enllà; cuidant-nos entre nosaltres abans de que aparegui cap malaltia, tenint cura de les més menudes i reconeixent que mentre estiguem subjectes al treball assalariat això serà difícil.

Nosaltres, les altres d'alguna altra.

Som les treballadores, ja sigui aquelles que estem estudiant per tenir un lloc de treball, ja sigui fent cua a la porta d'una OTG, ja sigui rentant plats i cuinant cada dia, ja sigui patint perquè a la propera redada policial no se'ns emportin a un Centre d'Internament per a Estrangers, ja sigui aixecant-nos cada dia a les 6 del matí, treballant onze mesos a l'any, cobrant 800 euros o cobrant-ne 1500...som les treballadores, és a dir, aquelles que en aquest sistema capitalista no podem sobreviure si no és venent la nostre força de treball -física o intel·lectual- a algú que posseeixi els mitjans per transformar la nostra força en capital, ja sigui aquest públic o privat. les desheretades, aquelles que tot i ser moltes ens sentim terriblement soles...per això ja és hora de trencar amb les falses diferències que ens han separat durant tant de temps i unir-nos en una lluita contra el Capital mitjançant el Suport Mutu i la Solidaritat incondicional entre les lluites concretes, recolzant-nos, coordinant-nos, establint llaços que ens empenyin a descobrir que JUNTES HO PODEM TOT, des de les assemblees de barri o als centres de treball.

Noves formes de lluita.

La vaga clàssica no ens serveix a totes, moltes no tenim la possibilitat de fer vaga perquè ni tant sols tenim una feina estable o ni podem treballar legalment. Hem d'inventar noves formes de lluita. Seria molt més efectiu coordinar-nos entre totes les que volem lluitar donant-nos suport en comptes de quedar-nos en el nostre particular radi d'actuació. I si féssim una lluita coordinada entre les treballadores de l'Hospital Clínic i les treballadores de Telefònica? Unes facilitant baixes laborals a les altres i aquestes aprofitant el "temps lliure" per informar a més persones del

que està succeint. O una vaga de treballadores de TMB on es convidés a tothom a viatjar gratuïtament Sabem que una vaga clàssica a la Sanitat o a l'Educació no és efectiva i tan sols fa que posar-nos en contra a les demás usuàries a l'hora que sobrecarrega de feina a les companyes que fan serveis mínims, i una Vaga Salvatge, sense serveis mínims com podríem fer a qualsevol indústria suposaria, a la sanitat la mort de moltes persones.

Demostrem intel·ligència col·lectiva per tombar el Capital.

Totes tenim por...i això és l'únic que realment podem perdre!
...pel suport mutu, per la solidaritat, contra el capitalisme!

Firmat: Algunes treballadores i també usuàries de la Sanitat pública.

Sanitat Pública, Sanitat Privada o Sanitat Col·lectiva

La lluita del sector de la sanitat és una inspiració per a tota Barcelona. La solidaritat social, que durant tant de temps semblava haver mort, està resucitant. Cada dia hi ha més recolzament, però encara queda molt. A Grècia, van bloquejar tot el país, es van enfrontar a la policia, van cremar bancs i encara s'han aprovat les retallades. Aquesta lluita, sinó es rendeix aviat, haurà de durar molt de temps. Els rics i els seus polítics—i no hi ha polític ni institució de l'Estat Democràtic que no pertany als rics—están convençuts a treure-n's l'estat de benestar, privatitzant, entre d'altres serveis, la sanitat. Aquí no pretenem escriure cap elogi a la socialdemocràcia. Aquesta també va ser una indignitat basada en l'explotació, l'exclusió i el control social, i va assolir destruir-nos com a classe, adoctrinar-nos amb la cultura i els valors fèitits dels nostres senyors, enganyar-nos amb la mentida democràtica de que tots són iguals. Si són conscients no trobarem a faltar la socialdemocràcia. Però l'avenir que volen proporcionar-nos és encara pitjor.

Els estats europeus només van rendir els privilegis venenosos de la socialdemocràcia per apagar les lluites extremadament fortes de principis del segle passat. Si volem salvar la sanitat haurem de crear lluites encara més fortes. Però no es pot fer un pas enrera. Les coses mai serán com abans.

Quan vivim coses tan fortes, hem de deixar-nos canviar. En la lluita per la sanitat pública estem tornant a conèixer la solidaritat i els carrers comencen a albirar la possibilitat d'un futur molt més bonic. Perquè la sanitat pública no anava bé. Per ser honestos, hem d'admetre que la sanitat pública de la societat capitalista jugava el seu rol en la guerra contra totes i tots nosaltres. L'economia tracta a les persones com a màquines i necessita un servei sanitari que també ens tracti com a màquines, que ens ompli amb pastilles per silenciar els símptomes, que ens negui la nostra autonomia i que ens sotmeti a l'autoritat d'una professió que pretén conèixer els nostres cossos millor que nosaltres mateixes. Però, sovint, la malaltia és un intent del cos de comunicar, de dir que aquí, alguna cosa va malament. Estem gastant les vides en treballs indignes que ens maten a poc a poc, passant els dies al cotxe, lligats a

106

una màquina u ordenador o davant la tele, menjant menjar industrial poc sà, respirant aire contaminat. La sanitat pública ha servit per complir la funció de facilitar aquesta misèria, curant els símptomes i obviant les causes.

Més enllà, la medicina occidental té una història prou sòrdida, com totes les professions de la nostra societat. Als exèrcits i a la policia, mai els hi fan falta metges per assistir les guerres o els interrogatoris. Altres participen en l'experimentació animal, mentres que altres serveixen com a presoners als manicomis. I cal destacar la col·laboració amb l'indústria farmacèutica. Històricament, la professió mèdica ha estat un instrument pel desenvolupament del capitalisme i la nova religió racionalista que tracta als cossos com a màquines mudes i explotables; d'igual manera ha servit al patriarcat per reprimir i patologitzar a les dones i les persones trans.

Es podrien trobar problemes semblants a totes les professions, desde les fàbriques als instituts. No pretenc culpabilitzar, sinó dir lo evident: vivim en condicions indignes que mai hem elegit. Ara, ja que ens estem coneixent als carrers i creant una força col·lectiva, és el moment per somiar i per anar més lluny. La gent de la sanitat són els que ens curen. Però en una societat solidària en comptes de capitaliste, "curar" té un nou sentit.

La lluita als hospitals només pot conseguir més forces a través de la solidaritat. Però la solidaritat ha de ser mútua, també ha de canviar el que la demana. Amb l'esperit de solidaritat, volem criticar la funció de la medicina professional al sistema occidental, sabent que la sanitat canviarà per sempre. O es privatitza o haurà de canviar-se per complet, relacionant-se no amb l'Estat, que no té gaire més interès per subvencionar-la com a servei públic, sinó relacionant-se amb les lluites d'una societat que està intentant emergir del coma de l'alienació burguesa a la qual se l'ha sotmés.

Veiem la possibilitat d'hospitals col·lectivitzats, no només entre les treballadores sinó també entre els pacients, connectant-se amb xarxes de mecànics i professors i altres persones autoorganitzades. Però primer s'ha d'escollir: estem al bàndol dels rics, de la seva policia, de la seva democràcia, de les seves institucions, del seu Estat? O estem al bàndol de la gent humil i rebel, de les persones que creiem en la solidaritat i en

Salut en perill, cossos en lluita
el recolzament mutu?

Pel triomf de totes les lluites socials, contra la codícia, el poder, el cinisme, les mentides i tot obstàcul a la llibertat.

— un anarquista del Clot

[Text d'una octaveta repartida en varies manifestacions contra les retallades]

La seva sanitat no és la nostra salut

Apunts entorn les retallades al sistema sanitari

Sovint ens imaginem l'Estat del benestar com una realitat atemporal, eterna. En realitat va ser una resposta concreta a una sèrie de circumstàncies polítiques i econòmiques generada en un moment històric determinat, on la conflictivitat social era tangible arreu d'Europa.

En una de les cícliques crisis del capitalisme, la del Crack del 29, l'Estat redescobreix el seu paper intervencionista en l'economia del keynesianisme. Després de la Segona Guerra Mundial i amb l'amenaça sempre latent del bloc soviètic, els estats europeus avancen en aquest procés i extenen aquest intervencionisme als àmbits socio-polítics i en especial, a la gestió de determinades necessitats socials. Alhora, van aconseguir apai-vagar les lluites. D'aquesta manera, es dona lloc al creixement dels Estats del benestar, concedint millores materials a la població com a resposta a reivindicacions socialment exteses. Aquestes concessions varen implicar una relativa pau social que no es veurà truncada fins a la següent greu crisi, la del 1973, on s'inicia el procés de restructuració del capital, ja que es comencen a veure les macances d'un capitalisme “moderat” i com s'inicia el principi del final del keynesianisme. El descontent creixerà arreu del món, i les diferents forces polítiques antagòniques i contraries al sistema capitalista esclataràn amb força.

Partint d'aquí, les anomenades “retallades” no són més que una involució a un estat de coses on la persecució del màxim benefici es objectiu evident del capitalisme, sense necessitat de disfresses socialdemòcrates o concessions de drets socials. No oblidem que els drets necessiten d'una autoritat que els reconegui i els concedeixi i que, en el moment en què aquesta estimi necessari, sigui per què ja no els necessita en un context en què el seu poder és assumit sense contestació per la població, sigui per què desapareix la conflictivitat social que la va obligar a concedir-los, els drets es poden retirar.

Salut en perill, cossos en lluita

No lluitem, doncs, pel dret a la sanitat. Les “retallades” en sanitat impliquen una precarització encara més acusada de la nostra salut, ja minvada per la precarització laboral, de la vivenda, i mil altres formes de precarietat i misèria que es manifesten dia a dia en la nostra vida. Lluitem perquè en una societat malalta, amb la nostra vida penjant d'un fil, rodejats de contaminació ambiental, transgènics i radiacions, i desposseïdes dels coneixements que compartien les nostres besàvies, la sanitat és un reducte de sobreviure davant la malaltia, de fet l'únic al que, fins ara, hi teniem un accés universal. I lluitem perquè aquestes retallades en sanitat són un atac concret i directe a aquelles persones que no tenim accés a una mutua privada, als qui ens queden poques més opcions que sotmetre'ns al xantatge del treball a canvi de quatre monedes que ens permetin sobreviure, als qui vivim una vida de molles, quan el pa sencer el tenen polítics i empresaris.

Què se suposa que haurem de fer quan caiguem malalts? Què hem de fer si estem diagnosticades de malalties cròniques, si som grans, si necessitem determinada medicació? La seva solució és que ens ho paguem... se suposa que la nostra salut té preu? Per a ells sí, ja fa molt de temps que les grans farmacèutiques campen pel món i que, poc a poc i mig d'amagat, van introduint la gestió privada als hospitals

La nostra opció és una altra. És lluitar contra els tancaments, solidaritzar-nos amb els i les treballadores en lluita, és defensar-nos dels seus atacs i, encara més, plantar-los cara i assenyalar-los com a responsables d'aquesta nova forma de misèria, d'aquest nou xantatge: neix, estudia, treballa, enmalalteix i, si pots, paga.

Sense oblidar, en cap moment, que la salut no està als seus hospitals ni als seus CAPs, com tampoc ho pot estar a les seves ciutats. La nostra salut està en un altre lloc, simplement perquè només es pot aspirar a sobreviure si tot bé marcat per una economia que explota persones, animals i recursos naturals a la recerca del màxim benefici. La sanitat que coneixem respon a les necessitats d'aquest sistema, que l'únic que necessita de nosaltres és que produïm i consumim. La salut no pot donar-se en un context com aquest: es necessita de temps per a curar-se, per

descansar; es necessita aire pur, menjar de qualitat, relacions recíproques i solidàries. La nostra aposta es en aquest camí, el de recuperar la nostra salut per a recuperar la nostra vida. Crear grups d'autogestió de la salut: recuperar els coneixements atàvics i començar a fer-nos responsables de la nostra salut, de forma col·lectiva. Enfrontar-nos als atacs contra la nostra dignitat, que no són només els atacs a la sanitat o les retallades de l'Estat del benestar, si no la mera existència de l'autoritat i la dominació.

Acabem amb la misèria, abolim qualsevol tipus d'opressió, combatim l'Estat. Per l'Anarquia.

Barcelona, gener del 2012

[*Text d'una assemblea antiautoritària de Barcelona*]

Text anònim trobat a Indymedia

Apart de moltes assemblees, manifestacions, talls de carrer i cercaviles, a Barcelona als últims anys també han hagut molts atacs il·legals contra les institucions responsables de les retallades i contra el capitalisme. Aquests atacs formen part de la mateixa lluita, perquè mai estarem sanes si no destruïm les coses que ens perjudiquen la salut. Per visibilitzar aquesta part de la lluita per les nostres vides, reproduïm el comunicat d'una acció d'aquest tipus.

Text anónim trobat a Indymedia

<http://barcelona.indymedia.org/newswire/display/439025/index.php>
Dimarts passat 24 de gener vam dur a terme un atac contra el club social elitista Arsenal, situat al barri ric de la Bonanova. Mitjançant l'incendi del quadre de control de la instal·lació elèctrica, vam sabotejar el funcionament normal del conegut centre i el vam danyar econòmicament.

Aquest atac forma part de la nostra ofensiva contra les polítiques neoliberals que estan empitjorant encara més les condicions de vida de les classes populars. És en els centres socials de la burgesia com el club Arsenal, on els dirigents polítics i econòmics del país disfruten dels seus luxes, fan contactes i tanquen tractes que seguiran trepitjant les nostres necessitats humanes més bàsiques.

Mentre als barris humils es respiri la misèria i l'angoixa, no pot haver-hi pau als barris rics. Per això, cridem a completar les mobilitzacions, les assemblees, i les campanyes de lluita social amb atacs directes a les zones burgeses. Si estan massa lluny com per sentir el crit de protesta de la classe treballadora, el portarem fins a les seves pròpies cases, fins a les seves pròpies finestres. Fins que els hi hagin d'explicar als seus fills el que li estan fent al poble.

Barcelona, gener del 2012

25-G. FORA FEIXISTES DELS NOSTRES BARRIS!!!



Església catòlica:
un discurs,

20h. CONCENTRACIÓ
davant l'Hospital de
Sant Pau cantonada
Av. Gaudí.

A partir 20.30h Vine
a boicotejar la seva
marxa amb soroll
(cassoles o el que se
t'acudeixi) al carrer o
als balcons.

mil opressions,
infinitos abusos...

El dia 25 de cada mes, les organitzacions ultracatòliques "Hazte Oir" i "Derecho a la Vida" es concentren davant l'hospital de Sant Pau amb l'objectiu de pressionar als centres mèdics perquè deixin de practicar avortaments, promovent alhora un discurs feixista, lesbo-trans-homòfob, patriarcal, sexista i racista, propi de la dreta més rànica. És per això que nosaltres hem decidit fer una contra-concentració per donar suport a la decisió de les dones a interrompre un embaràs no desitjat, i perquè en definitiva nosaltres ens oposem a tot discurs que posi en perill la nostra llibertat i la nostra capacitat de decidir sobre la nostra vida i el nostre cos.

NOSALTRES DECIDIM SOBRE ELS NOSTRES COSSOS

Avortament lliure i gratuït!!

Grecia, Kilkís: Ocupación y Autogestión del Hospital General

Los trabajadores en el sector de la Sanidad en Kilkís, norte de Grecia, han procedido a la ocupación del Hospital General de la capital de su provincia y han emitido un comunicado en el que se deja claro que a partir de ahora el hospital está totalmente bajo control de los trabajadores. Es una acción muy importante contra los fundamentos ideológicos de la representación y la mediación y en general contra el sistema de funcionamiento de los hospitales y del sector público. Sigue la traducción del comunicado:

Los trabajadores en el hospital general de Kilkís, participantes en la asamblea general, médicos, enfermeros y demás personal, hemos concluido en lo siguiente:

1. Constatamos que los problemas actuales así como más duraderos del Sistema Nacional de Sanidad y de cada sector conexo no se pueden resolver con demandas ramales específicas y aisladas o demandas al servicio de nuestros intereses particulares, debido a que se deben a una política anti-popular del gobierno y al neoliberalismo global descarado.
2. Constatamos, también, que insistiendo en la promoción y presentación de tales demandas de nuestra rama, en realidad participamos en el juego de la autoridad implacable que desea evitar la creación de un frente popular a nivel nacional y mundial, con demandas comunes contra la indignación social que es el resultado de su política, con el fin de hacer frente más fácilmente a su enemigo fragmentado, el pueblo.
3. Por esta razón, integramos nuestros intereses ramales en un marco general de unas demandas políticas y económicas que son planteadas por una enorme porción del pueblo griego que hoy está recibiendo la ofensiva capitalista más feroz, unas demandas que, o van a ser presentadas en su conjunto y van a ser promovidas en común por los estratos medios y bajos de la sociedad, o no van a ser fructíferas.

4. La única manera de lograrlo es poner en duda, en la acción, no sólo la legitimidad política, sino también la legalidad de la arbitrariedad autoritaria y anti-popular de esta autoridad y jerarquía que se está moviendo hacia el totalitarismo, con ritmo acelerado.

5. Los trabajadores en el Hospital General de Kilkís respondemos a la fascistización que están promoviendo con la democracia. Ocupamos nuestro hospital público y lo ponemos bajo nuestro control directo y absoluto. El Hospital General de Kilkís a partir de ahora será autogestionado y el único órgano legítimo de toma de decisiones de carácter administrativo será la Asamblea General de sus trabajadores.

6. El gobierno no se libera de sus obligaciones económicas de dotación de personal, de suministro y equipamiento al hospital, pero en caso de seguir haciendo caso omiso de estas obligaciones, nos veremos obligados, por un lado, a denunciarlo ante la opinión pública y por otro lado, recurrir tanto al gobierno local, como-lo más importante- al conjunto de la sociedad para que nos apoye en cualquier manera posible nuestro esfuerzo por:

- a. la salvación de nuestro hospital,
- b. el apoyo general del derecho de asistencia sanitaria pública y gratuita,
- c. el derrocamiento, a través de una lucha común con el resto de la sociedad, del actual gobierno así como de cualquier otra política neoliberal, independientemente de donde proceda
- d. una democratización profunda y sustancial, es decir, la que permita que sea la sociedad, en lugar de un tercero, la responsable de la toma de decisiones para su propio futuro.

7. La Asociación de Médicos de la provincia de Kilkís y el sindicato de trabajadores del Hospital General de Kilkis, a partir del 6 de febrero, comienzan unas retenciones de trabajo, sirviendo sólo a los incidentes de emergencia en nuestro hospital, hasta el pago completo de las horas

Salut en perill, cossos en lluita

trabajadas y el aumento de nuestros ingresos a los niveles en que estaban antes de la llegada de la troika (FMI-UE- BCE). Mientras tanto, teniendo plena consciencia de cuál es nuestra misión social nuestras obligaciones morales, vamos a proteger la salud de los ciudadanos que acuden al hospital, prestando asistencia sanitaria gratuita a los necesitados, sirviéndolos y llamando al mismo tiempo al gobierno a aceptar por fin sus responsabilidades, superando, aunque sea en el último minuto, su crueldad desmesurada y antisocial.

8. Decidimos que una nueva asamblea general se celebrará el lunes 13 de febrero en el salón de actos del nuevo edificio del hospital a las 11:00h, a fin de decidir los procedimientos requeridos para implementar de la manera más eficaz la ocupación de los servicios administrativos y aplicar con éxito la autonomía del hospital, que comenzará a partir de ese día. Las asambleas generales se llevarán a cabo todos los días y serán el instrumento fundamental para la toma de cualquier decisión concierna a los empleados y al funcionamiento del hospital.

Pedimos la solidaridad del pueblo y los trabajadores de todas las ramas, la colaboración de los sindicatos de trabajadores y las organizaciones progresistas, así como el apoyo de los verdaderos medios de comunicación. Estamos decididos a continuar hasta que se vayan los traidores que venden a nuestro país.

¡Es ellos o nosotros!

Las decisiones susodichas se publicarán en una conferencia de prensa a la que todos los medios de comunicación (locales y nacionales) serán invitados, el miércoles 15 de febrero de 2012, a las 12:30h. Nuestras asambleas diarias comienzan a partir del 13 de febrero. Vamos a estar informando a los ciudadanos sobre todos los eventos importantes que tengan lugar en nuestro hospital a través de comunicados de prensa y conferencias. Además, vamos a utilizar todos los medios disponibles para dar a conocer estos hechos a fin de que esta movilización tenga éxito.

Hacemos un llamamiento:

- a. A nuestros conciudadanos, para que muestren su solidaridad con nuestro esfuerzo,
- b. A todos los ciudadanos de nuestro país que reciben un trato injusto en la oposición y resistencia, en la práctica, contra sus opresores,
- c. A nuestros compañeros de trabajo de otros hospitales a tomar decisiones similares,
- d. A los empleados en otras ramas del sector público y privado y los participantes en organizaciones obreras y progresistas a actuar del mismo modo, así que nuestra movilización adquiera la forma de una resistencia universal obrera y popular y a la insurrección, hasta nuestra victoria final contra la elite económica y política que hoy oprime a nuestro país y al mundo entero.

LLIBRES RECOMENATS

Aquí us deixem amb una ampla bibliografia de llibres i fanzines consultats o que ens semblen interessants per aquelles persones que vulguin continuar profunditzant en aquest tema.

Cuidate Compa. Una guia prou completa per facilitar l'autogesió de la salut, el autocurar-se, i l'alimentació.

Anónimo, *Beyond Amnesty*. Autoeditado.

Un manifiesto sobre la salud mental en una societat malalta. En internet en castellà a <http://amotinadx.blogspot.com.es/2011/08/beyond-amnesty-texto.html>

Gerard Coll-Planas, La voluntad y el deseo. *La construcción social del género y la sexualidad: el caso de lesbianas, gays y trans.*

Olga Cuevas, *El Equilibrio a través de la alimentación*. Grupo Roger de Llúria.

Barbara Ehrenreich y Deirdre English, *Brujas, Comadronas, Enfermeras*

Silvia Federici, *Caliban y la Bruja*. Traficantes de Sueños

Un análisis històrica del paper de la supressió de les dones al desenvolupament del capitalisme.

Betty Friedan, *La mística de la feminidad*, Ediciones Cátedra.

Marcela Lagarde y de los Ríos, *Los cautiverios de las mujeres*. Editorial Horas y horas.

Gaston Leval, *Colectividades libertaries en España*. Un informe històric sobre les col·lectivitzacions realitzades per obreres i camperols durant la guerra civil a l'Estat Espanyol, sobre tot a Catalunya, Aragó i Valencia.

Colectivo Manzanares, *De la insumisión a las cunas al combate de los géneros*. Autoeditado.

Liliana Mizrahi, *Las mujeres y la culpa*. Editorial Nuevohacer

Casilda Rodríguez, *El asalto al Hades*. La rebelión de Edipo 1ª parte. Autoeditado.

Casilda Rodríguez, *La sexualidad y el funcionamiento de la dominación*. La rebelión de Edipo 2ª parte. Autoeditado.

També recomanem les següents publicacions, que es pot trobar en forma digital en internet.

En Veu Alta no.1, monogràfic sobre l'avortament

Punto de Fuga no.9, “Especial Salud: Política Sanitaria Penitenciaria vs. Autogestión de la Salud”

Punto de Fuga no.10, “Especial Salud: La digitopuntura como una herramienta hacia la autosuficiencia”