



Oier Gorosabel - @Txikillana
Fisioterapeuta

Kontrol lokusa

Azken asteetako fase aldaketen anabasan, norbanakook pandemiaren kontrolean dugun erantzukizunaren auzia ageri-agerian geratu da; azken finean, norbera bere osasunaren jabe edo menpeko izatearen hautua. Kontrol neurri gogorrek laxatu diren ba-koitzean bezala, jendea uhaletik askatu berriko txakurra bezala deskontrolatu da. Zorionez, euforia momentuon ondoren badirudi zentzuna nagusitzen dela eta jende gehiena segurtasun arauak nola edo hala betetzen hasten dela. Nola edo hala diot, ezen, oraindik begiak zuri jartzen baitzaizkit pertsona askok eskularruekin duten kaka-nahastea ikusita, edo eztula egiteko maskara jaisten dutenekin...

Osasunaren autogestioaren bultzatzaile garen neurrian, “kontrol lokusa” kontzeptua garrantzitsua da. Nork darama zure osasunaren kontrola: zuk zeuk ala beste inork? Lehen kasuan, “barneko kontrol lokusaz” hitz egingo genuke, eta, bigarrenean, “kanpoko kontrol lokusaz”. Askotan, osagileok “gehiago” dakigunaren aitzakian, pazienteak bere osasunaren ardura guztia gure gain uzten du. Horrek baditu bere alde onak eta txarrak. Egoera hori oso praktikoa eta eroso izaten da, bai pazientearentzat bai osagilearentzat: guk bezero otzan bat dugu, gure esanetara dagoena, eta ez diguna inolako arazorik ematen; pazientearentzat ere egoera oso eroso da, bere bizitzan ezer aldatu barik, kontsultara etorri eta ohatilan plaust etzan baino ez duelako egin behar, dena gure esku utziz. Baina kanpoko kontrol lokusak alde iluna du: pazientearen ignorantzia; osagilearekiko menpekotasuna; engainurako erraztasuna... Kontrol lokusa barruan duten pazienteak, berriz, maneiatzeko zailagoak izaten dira: burujabeak dira eta osagileok egiten duguna gainbegiratzan dute; beraien iritzia eta nahiak aditzera ematen dituzte; gure jarduera arrazoitzeke eskatzen digute... eta, horren ondorioz, arreta hobia eskuratzen dute. Nik, bistan denez, azken hori nahiago dut; ez da pazien-

te-ardiak tratatzea bezain eroso, baina emaitzak nabarmen hobeak izaten dira.

Zorioneko koronabirusaren eremura itzulita, azken hila-beteotan sare sozialetan kristorenak eta bi bota ditut osasun autoritateen aginduen jarraitzaile itsuen kontu-ra. Estu hartuko gaituen aginte bat ahoz gora eskatzen ari-tu den jende askok (“*vivan las caenas!*”) begi onez hartuko luke diktadura bat. Izan ere, kontrol lokusa kanporatzeak hori dakar: arazoaren larritasuna ulertzen ez baduzu, se-gurtasun neurriak ezartzen ez badakizu, ez bazara gai be-reizteko noiz jantzi behar den maskara eta noiz ez... derri-gorrez polizia bat behar duzu gainean, etengabe, oso urrun diseinatutako –eta ez preseski zure neurriko– araudi bat aplikatzen, horrek dakartzan arazoekin.

Joan diren egunotan aipatutakoaren adibide esperpenti-ko sorta polita izan dugu: eskularruen derrigorrezko erabi-lera ezarri duten saltokiak (gero dena kontrolik gabe uki-tzeko); bakarrik dauden pertsonen kargu hartzea ezin daitekeelako paseatu, bai ordea jendez betetako taberna batean zerbait hartu; konfinamendu neurri berberak ezar-tzea hiribildu handietan eta baserri eremuetan; zurekin lo

egiten duen bikotekideari paseatzeko maskara janz-teko agintzea, baina, jaki-na, sudurra maskara ba-rruan edo kanpoan darabilen gainbegiratu ga-be; poliziei gauzak noiz eta non egin daitezkeen galde-tzea, eta poliziok hori “zein agenterekin aurkitzen za-ren araberakoa” dela eran-tzutea... Noski, horrelako neurrien inkoherentzia ezin daiteke poliziarekin eztabaidatu, haien lana ez delako pentsatzea, arauak itsuki betetzea baino. Kon-tua da herritarrek zentzu-na erabiliz gero –arazoa ezagutuz, prebentzio neu-rriak ulertuz, erantzukizu-nez jokatzuz– ez litzatekeela horrelako jazarpenik behar izango osasun publikoa ziurtatzeko. Gizarte-heldu-tasun kontua da. •



Gizarte-heldutasuna gako garrantzitsua da. Juan Carlos RUIZ | FOKU