



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Trabajo Fin de Grado

**Representación de la
depresión y el suicidio
en los medios
audiovisuales**

Alumna: Paloma García Víctor

Tutor: Prof. D. Ángel Cagigas Balcaza
Dpto.: Psicología Básica

Mayo, 2021

Índice

<i>Resumen</i>	2
<i>Abstract</i>	2
<i>1. Introducción</i>	3
<i>2. Objetivos del presente trabajo y herramientas utilizadas</i>	10
<i>3. Contextualización</i>	12
3. 1. Contexto histórico: Los trastornos mentales y el arte.....	12
3. 2. La depresión y el suicidio.....	17
<i>4. Su representación en la actualidad</i>	22
4. 1. “BoJack Horseman” (2014-2020).....	24
4. 2. “Por 13 Razones” (2017-2020).....	36
<i>5. Conclusiones</i>	40
<i>6. Bibliografía</i>	41

Resumen

Este informe se ocupa en exponer la representación de los trastornos mentales en la ficción, en especial de la depresión y de la ideación suicida en los medios audiovisuales. A lo largo de este informe se describe el concepto de la representación en la ficción y otros conceptos creados a partir de su uso incorrecto, el surgimiento del interés creativo por tratar los trastornos mentales en la ficción, y una introducción al planteamiento explicativo más popular de la depresión, el modelo biomédico, así como algunos datos estadísticos acerca de la depresión y el suicidio. Al final, se utilizarán dos títulos que consideramos ejemplificativos y actuales en los que se tratan estas temáticas para proceder a desarrollar en las características identificativas de la depresión y de la ideación suicida que aparecen en estos títulos, junto con una mención a las posibles consecuencias adversas si estas realidades no se tratan con cuidado.

Palabras clave: Representación, depresión, suicidio, medios audiovisuales, trastornos mentales.

Abstract

This report is concerned with presenting the portrayal of mental disorders in fiction, especially depression and suicidal ideation in audiovisual media. This report contains: a description of the concept of representation in fiction (alongside other concepts created from its misuse), the emergence of creative interest in treating mental disorders in fiction, and an introduction to the most popular explanatory approach to depression, the biomedical model, as well as some statistical data about depression and suicide. At the end of this report, two titles that we consider exemplary and current in which these topics are dealt with will be used in an effort to proceed developing the identifying characteristics of depression and suicidal ideation that appear in these titles, alongside a mention of the possible adverse consequences if these realities are not treated carefully.

Keywords: Representation, depression, suicide, audiovisual media, mental disorders.

1. Introducción

La representación, definida como aquella “Imagen o concepto en que se hace presente a la conciencia un objeto exterior o interior” (RAE, 2001), es una herramienta que puede usarse bien como un heurístico, en el que a través de la información A (por ejemplo, síntomas) podemos llegar a la conclusión B (una enfermedad concreta), o bien, como la propia definición de la RAE indica, hacer consciente al receptor de una realidad específica a través de distintos instrumentos, dependiendo del emisor.

Este trabajo se centrará en los medios de comunicación, en especial en el Cine y en la Televisión, como emisores de estas diversas realidades. La característica visual de estas entidades crea un espacio en el que se presentan limitaciones como el tiempo (un capítulo de veinte minutos frente a una película de aproximadamente hora y media) que pueden afectar a elementos de la narrativa, como los personajes. En referencia a esto último, se partirá de la conclusión del trabajo de Pérez Rufi (2017) en la que: «*La dimensionalidad del personaje cinematográfico se obtiene a través de la transmisión de una amplia cantidad de información. Así, el género filmico condiciona en gran medida la construcción del sujeto cinematográfico*». Esto es, tanto la trama de la película y cómo se cuenta son dos elementos que moldean al personaje, y éste no existiría de la misma manera, o no lo haría, si no fuera por estos.

El siguiente resumen sobre la conclusión de Pérez Rufi será de gran utilidad para darle un contexto a los conceptos que se presentarán a lo largo de este informe: “*No es sólo qué historia (y de quién) estás contando, sino cómo la estás contando*”.

Para una mejor comprensión del presente informe, sería adecuado explicar dos conceptos previos que conciernen a la creación de personajes dentro del Cine y la Televisión, los cuales están relacionados entre sí: La dimensionalidad del personaje y el “tokenismo”:

¿Qué se entiende por ***dimensionalidad del personaje***? Este concepto se refiere al abanico de características que tiene un personaje, y las relaciones que hay entre ellas.

Decimos que un personaje es unidimensional cuando a éste se le define por una característica en concreto, o bien su existencia se basa en la interacción con un personaje de mayor peso en la trama. Como ejemplo, podemos usar a los enanitos de “*Blancanieves y los Siete Enanitos*” (Hand et al., 1937): Gruñón, Bonachón, Sabio...etcétera.

Por lo tanto, se entiende que a más características tenga un personaje, y que a más relaciones encontremos entre estas características (concepto que se conoce como “caracterización”), mayor dimensionalidad, o “profundidad”, tendrá. Un ejemplo aclaratorio de esto último sería:

Si un personaje es avaricioso, no es coherente que rechace algo que le aporta beneficio propio con el objetivo de ayudar a alguien de manera desinteresada; sin embargo, esta característica puede pasar a ser coherente si conocemos otras características suyas. Es posible que este personaje venga de una familia muy pobre, y le da dinero a un niño que está pidiendo porque le recuerda a él mismo en el pasado.

Se nos muestra que una característica de este personaje, el ser avaricioso, no está en un limbo dentro de la caracterización de este personaje, sino que podemos relacionar esta cualidad con, en este caso, una conducta aprendida de supervivencia. Con esta nueva información, el receptor o espectador asimila que su avaricia viene de haber pasado por un momento en el que no tenía nada, no es “porque sí”. Podemos decir, usando los conceptos que hemos aprendido a lo largo de estas líneas, que al personaje se le ha aportado dimensión en su caracterización.

Otro ejemplo a usar para proporcionar una explicación más detallada sobre la dimensionalidad de personaje, así como para el concepto de representación, viene de la película “*Del Revés*” (Docter y del Carmen, 2015): En ella, tenemos a personajes aparentemente unidimensionales debido a que representan cinco emociones básicas, presentados como Alegría, Tristeza, Miedo, Ira, y Asco.

La trama gira entorno al conflicto entre Alegría y Tristeza, debido a que la primera tomaba las riendas del “cuartel de las emociones” de Riley, la persona sobre la que tienen control en sus reacciones y recuerdos. Coincidiendo con una sucesión de eventos estresores para Riley, Tristeza empieza a actuar de manera más inquieta y actúa sobre las reacciones de Riley antes de que Alegría tenga oportunidad, además de transformar recuerdos previamente alegres en recuerdos tristes.

A lo largo de la película, Alegría no sólo se da cuenta de que, por mucho que quiera, Riley no puede estar alegre siempre, sino que el resto de emociones que ella veía “negativas”, como Tristeza, son necesarias y adaptativas para Riley, porque pueden dar lugar a decisiones en las que ella pueda ser feliz a largo plazo, descubrir nuevas experiencias, y entienda cosas nuevas sobre ella misma.

Además, recuerdos que anteriormente estaban clasificados como únicamente “alegres” o únicamente “tristes”, cambian uniendo estas dos emociones para así llegar a una emoción o sentimiento más complejo, en este caso la melancolía o la sensación agri dulce. Esto se debe a que, entre otras cosas, los eventos de la película coinciden con el proceso de maduración cognitiva de Riley ahora que entra en la pubertad, por lo que puede experimentar emociones más complejas debido a su crecimiento.

Esta película no sólo tuvo críticas mayoritariamente positivas por parte de los profesionales de Psicología por los temas que trata, sino que también Alegría nos sirve de ejemplo en este informe para mostrar qué es un personaje unidimensional mientras que éste evoluciona a lo largo de la trama presentando más características y que, además, finaliza la trama abandonando esa unidimensionalidad. Dicho de otra manera: Cuando nos presentan al personaje de Alegría, que representa esa emoción básica, los espectadores nos esperamos que esté “alegre” todo el tiempo, y no nos extraña que su razonamiento y sus decisiones busquen la máxima “felicidad” de Riley y que, por lo tanto, evite su tristeza.

Esta formación de expectativas hacia el personaje se debe a que, entre otros sesgos y heurísticos, hemos utilizado el heurístico de representación: El nombre, las otras emociones

básicas que la rodean, y su actitud (información A) llevan a las expectativas anteriormente mencionadas (conclusión B). Es porque se subvierten éstas lo que hace que el personaje de Alegría ya no sea una representación de la propia emoción de la alegría, sino un personaje moldeado a la trama de la película “*Del Revés*”.

La propia existencia de evolución en el personaje (o, como dijimos previamente, el personaje es moldeado por la trama) hace que éste deje de ser unidimensional: Vemos que puede ser controladora, intolerante, autoritaria...que son adjetivos que no solemos relacionar con la alegría. Sin embargo, esto no lo vemos con las otras emociones básicas como Miedo, Ira, o Asco, que son personajes unidimensionales y no son moldeados por la trama más allá de que les afecte, por estar en el mismo grupo, la disputa entre Alegría y Tristeza.

A continuación hablaremos de un concepto que podría considerarse similar al de personaje unidimensional: El “*tokenismo*”. La palabra viene del inglés *token*, que significa “simbólico”, y de acuerdo con el diccionario Merriam-Webster (2021): «*El tokenismo es aquella política o práctica de hacer sólo un esfuerzo simbólico (en el sentido de segregar)*». Se aplica este término, normalmente, con una connotación negativa que tiene el objetivo de señalar una falsa inclusividad racial, sexual, o de otros grupos minoritarios que existe, desde un primer momento, para evitar las acusaciones de no ser lo suficientemente inclusivos. Es por esto que, a menudo, esos personajes token están muy estereotipados según el grupo social en el que se basan.

En televisión, los creadores y guionistas de la serie “*South Park*” (Parker et al., 1997-presente) parodian este concepto llamando Token al único niño negro de la serie. Utilizan contra él estereotipos asociados a su grupo social a través de uno de los protagonistas, Eric Cartman, ya conocido por ser prejuicioso, arrogante, y odioso, tanto para los espectadores de la serie como para los propios personajes.

Dentro de la propia serie se reconocen las acciones de Cartman como prejuiciosas y siempre se ven con una luz despectiva por el resto de los personajes. A pesar de ser una parodia reconocida por los propios creadores, a lo largo de la serie se presentan situaciones en

las que Token, o su familia, son los sujetos principales en los episodios donde la temática habla de racismo o cuando se presentan problemáticas normalmente asociadas a su grupo social. Por ejemplo, en el episodio “*Nuestras Disculpas a Jesse Jackson*” (Parker, 2007) tienen que explicar términos o conceptos a los otros personajes (e, indirectamente, a los espectadores), sobre la experiencia de ser una persona negra en Estados Unidos y sobre cómo, si no han tenido su experiencia como miembro de ese grupo, no tienen derecho a utilizar cierta palabra y esperar que no les duela o que no les moleste.

A pesar de que los creadores y guionistas de la serie reconozcan y hayan creado a este personaje a propósito de hacer parodia de este concepto, por la propia definición del concepto y por la propia razón de existencia de los personajes, junto con las temáticas donde Token o su familia tienen un papel más central, estos personajes son a la vez parodia y definición del concepto del que hacen humor.

Esta es una práctica que no sólo se lleva a cabo en medios de entretenimiento, sino en ambientes laborales y educativos: En una charla sobre el tokenismo de la Universidad de Vanderbilt (2018), la invitada y fundadora de la agencia MEPR Kia Jarmon expresó que recordaba ser una de las dos estudiantes negras de cuando estaba en 4º curso de Educación Primaria, y que, con el objetivo de aparentar más diversidad, las colocaron en clases diferentes en el siguiente curso, y que esto le continuó pasando a lo largo de su vida profesional.

Las demás profesionales que fueron invitadas a esa misma charla sugirieron que las organizaciones pueden ayudar a evitar esta práctica asegurando que haya más de una persona del grupo minoritario concreto en un ambiente laboral y/o educativo, y no ponerles la presión añadida de ser los “representantes” del grupo minoritario al que pertenecen.

Contra el tokenismo, la actriz y directora America Ferrera sintetizó, desde su experiencia, en una entrevista con Carolina Moreno en 2017: «*El tokenismo consiste en insertar personajes diversos porque sientes que tienes que hacerlo; la verdadera diversidad*

significa escribir personajes que no sólo se definan por su color de piel, y elegir al actor adecuado para el papel».

En el cine, como ejemplos más recientes, y acercándonos más al concepto clave de este informe, se han utilizado estrategias de marketing que podrían ser consideradas como derivadas del tokenismo: El “queerbaiting” (conocido como “cebo queer” o “Reclamo LGTB” en español), es un término que implica la ambigüedad acerca de la sexualidad o condición de género de un personaje o, incluso, de una celebridad. Siguiendo esta línea con el artículo de Chelsea Ritschel (2019): *«Si bien atrae a la audiencia LGTB+, el queerbaiting también evita alienar a la audiencia objetivo, al nunca abrazar completamente una sexualidad queer»* y *«El queerbaiting se abstiene de abrazar a la minoría mientras usa el ser queer como una forma de obtener más espectadores y dinero».*

En los anteriores párrafos se ha seguido una explicación de los conceptos de la dimensionalidad de los personajes y del tokenismo para llegar, con una mayor contextualización, al argumento principal de este informe: La representación. Cuando comenzábamos esta introducción, mencionamos que se considera un heurístico del cual, a través de una información A, obtenemos una conclusión B. Como se puede inferir con el “queerbaiting”, no siempre que se represente una realidad, en este caso la realidad LGTB, encontramos una intención por parte de los creadores de crearlos por representar esta realidad: En este caso, partimos de la base de que no se incluye contenido explícitamente queer en favor de no perder la audiencia objetivo, pero tampoco se llega a negar directamente para no perder esa otra audiencia y perder dinero.

Debido a factores como el avance de la lucha por los derechos de la comunidad LGTB, la llegada de internet y, por evolución del anterior, la llegada de las cadenas de streaming como Netflix, no es raro encontrar datos como los que nos proporcionan Mcinroy y Craig (2016), citando a Gray, para decir que los medios audiovisuales: *«Son la fuente primaria de conocimiento social [con respecto a] las identidades LGTB+».*

La cita anterior sigue la línea expuesta previamente en 2013 por Szulc y Dhoest, quienes indican que el incremento de representación LGTB ha llevado a que estas identidades se acerquen más al público. Es por esto que una correcta representación puede ser muy beneficiosa para, en este caso, seguir con el avance por los derechos LGTB y contar su diversidad de historias y personajes, y que su representación no sólo es utilizar la figura de “el amigo gay” que aparece una vez para ayudar a la protagonista a hacerse un cambio de imagen y usar sus estereotipos para utilizar este personaje token en clave de humor.

Esta introducción se ha realizado con el propósito de que el lector de este informe obtenga una exposición a esta temática de estudio sobre personajes y el impacto que puede tener el mismo y los medios audiovisuales sobre los espectadores.

A esto, se le añade la intención de mostrar al lector qué es la representación a través de enseñarle lo que no es representativo de una realidad. Para ello, en la introducción se ha utilizado la representación de la comunidad LGTB como ejemplo más accesible independientemente del nivel de conocimiento que tenga el lector que lea este informe. Esto se debe a que ha sido un grupo constante en los medios audiovisuales desde, aproximadamente, hace más de 20 años, y también es el que más cambio ha obtenido en los mismos en los últimos años, por lo que es, por incidencia, más estudiado en la ficción hasta el punto de tener tropos (son recursos arquetípicos, “clichés”) propios.

Llegados a este punto de la introducción, y después de haber mencionado la influencia que tiene sobre nosotros los medios audiovisuales, tanto a nivel de conocimiento social como para una posible búsqueda (y encuentro) de identidad habiendo utilizado como ejemplo a la comunidad LGTB, es posible realizar un resumen de este apartado centrado en que, para una correcta representación, el personaje debería cumplir, al menos, estos supuestos básicos:

- El personaje no es unidimensional: Esto es, el personaje presenta unas características que tienen una relación entre sí y estas pueden verse moldeadas por la trama, como hemos expuesto anteriormente. Además, su existencia no se basa, de manera exclusiva, en la interacción con un personaje de mayor peso en la trama.

- Si el personaje no es unidimensional, ya no es un personaje token: No va ligado, de manera exclusiva, a los estereotipos que puede pertenecer por su grupo social.

Una vez delimitado el concepto clave de este informe, que es el concepto de representación, se pasará a los puntos formalmente expuestos en el índice, en los que se hablará del contexto histórico del surgimiento de interés por la mente humana y los trastornos mentales en la ficción, y dos títulos ejemplificativos actuales de la representación del trastorno depresivo y del suicidio mientras explicamos, de forma más aplicada, características de estos dos términos, como pueden ser los pensamientos intrusivos. Antes de esto, se ofrecerá información sobre el concepto de “trastorno mental” para que el lector esté informado de los planteamientos y debates actuales sobre la naturaleza de la depresión, o “trastorno depresivo mayor”.

Asimismo, se usará uno de los títulos elegidos para este informe para mostrar un efecto que podría considerarse contraproducente en los espectadores que pueden venir por, simplemente, exponer esa temática (“Efecto Werther”).

Además, se expondrá con más detalle el objetivo de este informe junto con las herramientas de búsqueda de información que se ha utilizado en el siguiente punto.

2. Objetivos del presente trabajo y herramientas utilizadas

Este informe tiene como objetivo principal exponer la representación y el impacto de la depresión y el suicidio en la ficción, concretamente en la ficción proporcionada por los medios audiovisuales.

A pesar de que no se han seleccionado una cantidad apropiada de títulos específicos como para hacer un análisis y una comparativa más detallada, más allá de los dos títulos seleccionados para el apartado 4 “*Su representación en la actualidad*”, en los siguientes

apartados del informe se mencionarán y se profundizará en varios títulos relevantes para la sección. Los dos títulos seleccionados para el apartado 4 han sido elegidos por la enorme repercusión mediática que tuvieron en los dos polos extremos.

Uno de los títulos seleccionados en ese apartado es la serie de “*Por 13 Razones*” (Gomez et al., 2017-2020), seleccionado por la controversia que obtuvo en su primera temporada por la polémica gestión de una escena de suicidio, así que nos será de gran ayuda para explicar conceptos relacionados con la representación de los trastornos mentales y el suicidio en los medios audiovisuales, como puede ser el “Efecto Werther”.

En cambio, se ha seleccionado el título “*BoJack Horseman*” (Bob-Waksberg et al., 2014-2020) debido a la clara y franca representación de estas dos realidades (Enlow, 2017), sin duda gracias a la calidad de los guionistas de la serie, los cuales ganaron dos premios WGA (Writers Guild of America Awards). La serie obtuvo multitud de premios en la mayoría de ámbitos nominables, como pueden ser los actores de doblaje, en los que se incluyen tres premios Annie (que premia la excelencia de animación en el Cine y la Televisión). Usaremos este título para explicar características de la conducta depresiva y de la ideación suicida de forma más aplicada.

Además, en este trabajo se han utilizado bases de datos como ResearchGate, Google Scholar, Sciencedirect, bases de datos de universidades como Digital Commons (Loyola Marymount University y Loyola Law School), Research Commons (University of Waikato), y demás.

También se han visualizado vídeos de ensayos sobre conceptos relativos a los que se han mostrado en la introducción (y el aprendizaje de otros) disponibles en la plataforma Youtube para una posterior búsqueda de los mismos en bases de datos.

3. Contextualización

3. 1. Contexto histórico: Los trastornos mentales y el arte

El arte va acompañado de su contexto histórico, sintetizando en él movimientos socio-políticos de la época o, simplemente, el día a día. Como productos de nuestro propio ambiente, es posible encontrar similitudes en cuanto a cómo “se pensaba” de forma general en esa época a través de un escrito, como pudiera ser una obra de teatro, o de una obra de arte pictórico, aunque el autor mantenga una cierta individualidad.

Siguiendo esta línea, Kurzban y Leary (2001) apuntan que, a lo largo de la historia, la estigmatización de los trastornos mentales y la discapacidad ha estado directamente relacionada con el contexto de un tiempo y lugar específico. A pesar de esto, podemos generalizar que la asociación de los trastornos mentales con la posesión demoníaca, la depravación, lo “oculto” y la brujería se da en la mayoría de culturas a las que hemos tenido acceso a la información sobre sus rituales.

Antes de los siglos XVII y XVIII, con un cambio de mentalidad social y científica respecto a estas personas y a otros grupos sociales marginalizados, e incluso dentro de estos siglos (el cambio no es de repente), normalmente se les culpaba de su “condición” y eran considerados un castigo divino para la familia por un pecado que han cometido (Ferradans, 2010). Esta misma autora introduce su estudio mencionando la película “*Amén.*” (Costa-Gravas, 2002), con el objetivo de recordar eventos históricos en los que las personas con trastornos mentales y discapacidades fueron víctimas en masa, en este caso el Holocausto y su pretexto de eugenesia.

No es extraño encontrar escritos en los que se reflejan prácticas y denominaciones a aquellos con trastornos mentales y discapacidad como “algo fuera de lo normal” o incluso como seres “debajo del humano”. En el otro extremo, de acuerdo con el artículo de Ventosa (1997) sobre la concepción de la población del s. XV acerca de estas personas, también se les ha señalado de “inocentes”, que es como se les denominaba a las instituciones dedicadas al cuidado de personas con este perfil, debido a que “habían perdido la luz de la razón”, el

raciocinio. Un ejemplo de estas instituciones sería el Hospital de los Pobres Inocentes, en Valencia (España).

En su estudio, Ventosa también explica el papel que tuvo la Iglesia Católica en el cuidado de estas personas haciendo uso de los valores cristianos de caridad y amor al prójimo. Esto se tradujo, aparte de en la percepción de “inocencia” señalada en el anterior párrafo, en un cuidado específico hacia aquellas personas que padecieran enfermedades físicas. A pesar de esta aparente percepción positiva (en comparación con la eugenesia), ahora eran merecedores de lástima y marginalización a estas instituciones.

Uno de los ejemplos más famosos que podemos encontrar en la temática de los trastornos mentales y la ficción, además de que juega con la percepción acerca de la “locura” previamente expuesta en el anterior párrafo, es en *“Hamlet”* (o *“La Tragedia de Hamlet, Príncipe de Dinamarca”*) (Shakespeare, trad. en 2013).

Antes de comenzar a explicar, es necesario recalcar que se va a utilizar el término “locura” debido a que así está escrito en esta obra, y que, por facilidad a la hora de redactar, usaremos este término aún sabiendo las connotaciones negativas actuales y la poca especificidad que nos ofrece el término. Obviamente, estas connotaciones actuales eran inexistentes en la Inglaterra de los siglos XVI y XVII.

El protagonista, el príncipe Hamlet, aparenta signos de “locura” con el objetivo de conocer la verdad sobre la muerte de su padre, el fallecido rey Hamlet, debido a que su fantasma le pide que venga su asesinato a manos de su hermano Claudio. El propio Hamlet duda de la existencia de este fantasma y de sus palabras, y no sabe si lo que ha pasado ha sido realidad o si su dolor por la pérdida repentina de su padre era tan grande que lo ha imaginado para encontrar una razón lógica sobre la naturaleza de su muerte.

A pesar de sus dudas, el príncipe sigue un plan en el que finge estos signos para que la gente de la corte (de la cual va desconfiando cada vez más a lo largo de la obra) no se fije en él y pueda pasar desapercibido mientras planea y ejecuta su venganza sobre su tío. Aprovecha

la percepción general sobre los “locos”, de los cuales se ignoran sus palabras y sus acciones, para encontrar información que pruebe que Claudio mató a su padre.

Sin embargo, miembros de la corte como Polonio, el chambelán, sospecha de él y del motivo de su “locura”, dando lugar a una de las frases más famosas dentro de esta obra por las posibles interpretaciones que se le pueden dar: *«Esto puede ser locura, pero hay método en ella»* (Acto II, escena ii).

Una de las características de las obras de Shakespeare es el interés por expresar la humanidad de sus personajes, característica que se incluye en “*Hamlet*”. Los diálogos exagerados de Hamlet, el aspecto poco cuidado del mismo, y las acciones que realizaba con el objeto de mostrar conductas de “locura” se ganaban las risas del público, a la vez que el diálogo interno de Hamlet y sus motivos de venganza le acercaba al público y les hacía sentirse atraídos por sus pensamientos y sus sospechas.

Además, les hacía cuestionarse si realmente estaba “loco”, porque era elocuente y lógico a la hora de expresar sus pensamientos y sospechas, a pesar de que a medida que avanzaba la obra podían notar que su diálogo y acciones de “loco” se diferenciaban cada vez menos de su diálogo y acciones de “cuerdo”. Shakespeare argumenta, a diferencia del pensamiento general de su época, que la “locura” forma parte de la condición humana, y no como un elemento separado de la misma.

Con los años, científicos como el doctor Benjamin Rush, considerado por la American Psychiatric Association (APA) como “el padre de la psiquiatría americana”, estarían de acuerdo con esta idea de Shakespeare. Dedicó su vida al trato humano de los pacientes con trastornos mentales (o “enfermedad de la mente”, como se refería él), así como a encontrar la causa y la cura de estos pacientes a través de los conocimientos de fisiología del momento.

En concordancia con su pensamiento progresista en comparación con el de su época, una de las citas que aparecen en su libro “*Consultas y observaciones médicas sobre las enfermedades de la mente*” (1812): *«El terror actúa poderosamente sobre el cuerpo a través*

de la mente, y ha de emplearse en la cura de la locura». Uno de sus pensamientos más interesantes, debido a que podría asemejarse a la concepción de “salud” que define actualmente la Organización Mundial de la Salud (OMS), en cuanto a que es un «*estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades*», es aquel de la “locura parcial”, en la que las personas podrían experimentar grados variantes de “enfermedad mental” (Madden, 2006).

Volviendo a la temática del arte, y acercándonos más al ambiente de los medios audiovisuales, es cierto que hubo un creciente interés por la naturaleza de la mente a través del movimiento cultural del Surrealismo. Más concretamente, se interesa en los sueños y en el inconsciente gracias a, en parte, por la interpretación de André Bretón (uno de los miembros fundadores del movimiento) del psicoanálisis de Freud y su innovador concepto de “asociación libre”.

Freud señala la importancia de este término, a la vez que lo define, diciendo que: «*Los pacientes hablan por ellos mismos, en lugar de repetir las ideas del analista; ellos trabajan con su propio material, en lugar de repetir como un loro las sugerencias de otro*» (Thurschwell, 2009). Un ejemplo de cine surrealista que utiliza esta “asociación libre” sería la película de “*Un perro andaluz*” (Buñuel, 1929).

El interés por la mente que se puede asociar a la popularidad del psicoanálisis de Freud, sea desde una perspectiva surrealista o simplemente desde el interés general de la población por esta teoría, ha derivado en infinidad de películas con temáticas de trastornos mentales (o más bien con el concepto de “locura”) desde, aproximadamente, los años 40 del siglo pasado.

Es cierto que la dramatización de conductas, la inespecificidad de trastornos (simplemente dejándolo como “locura”), y la estereotipificación similar a lo que hacía Hamlet es más fácil de ver en las primeras películas de esa franja de tiempo. Se pueden apreciar ejemplos de esta generalización en las películas “*Nido de Víboras*” (Litvak, 1948) y “*Don't Bother to Knock*” (Ward Baker, 1952).

Críticos y activistas como Otto F. Wahl y Rosalynn Carter concluyen que aunque las películas que se realizan en torno a esta temática son aclamadas por la crítica y tengan buenos resultados en galas, a nivel de descripción y de semejanza con la realidad, dejan mucho que desear.

En concreto, en 1995 Wahl concluye en su libro *“Media Madness: Public Images of Mental Illness”* que la representación de los trastornos mentales no se traduce demasiado bien en el medio audiovisual, mientras que Carter, en su libro *“Helping Someone with Mental Illness: A Compassionate Guide for Family, Friends, and Caregivers”* de 1999, dice: «*De cien películas en las que aparecen psiquiatras u hospitales psiquiátricos, sólo necesitamos pensar en “Alguien voló sobre el nido del cuco” (1975) para entender cuán negativamente se llegan a caracterizar*». Afortunadamente para Carter, se aprecia una evolución en el trato de esta temática en la actualidad, como se verá en el apartado 4 de este informe. No mucho más tarde es cuando esta revolución en el trato de la representación de la salud mental sin tintes de desagrado, o, incluso, acusatorio, comienza a aparecer con el éxito de la película *“Salvar al soldado Ryan”* (1998), con el que empiezan a mostrar al público, de forma más cuidada y realista, el Trastorno de Estrés Post-Traumático (TEPT) a través de los eventos de la película usando signos como los temblores neurogénicos.

De hecho, algunos de los veteranos que participaron en la invasión de Normandía y otros eventos bélicos tuvieron que abandonar la sala debido a la excesiva familiaridad de las situaciones que aparecían en escena, y, de acuerdo con el artículo de Beau Halton (1998), hubo un incremento en la petición de ayuda psicológica para tratar el TEPT. Este hecho reafirma la conclusión principal de este informe en el que la representación de la realidad de las personas con trastornos mentales, en este caso el TEPT, puede utilizarse como una herramienta educativa para el público que desconozca esta realidad y, así, poder reconocer signos y ayudar a este grupo social, así como fomentar el uso de la ayuda psicológica especializada.

No obstante, la simple representación no es suficiente. Recordemos la frase definidora de este informe que se utilizó en la introducción: “*No es sólo qué historia (y de quién) estás contando, sino cómo la estás contando*”. El hecho de que, en este caso, los veteranos accedieron a recibir ayuda psicológica no es debido, únicamente, a una decisión propia para empezar a acudir a terapia, también es relevante contar con el riesgo que asumió el equipo de producción de que esta película pudiera resultar un peligro para ellos. Al final, estas preocupaciones estaban fundadas.

Lacy McCrary (1998) reporta en su artículo que el Departamento de Asuntos de los Veteranos de los Estados Unidos propuso crear una línea telefónica directa para los veteranos que se hayan visto sensibilizados por la película, la cual recibió 170 llamadas en el transcurso de dos semanas después de su estreno. Deborah Richter, terapeuta y directora del Centro de Veteranos de Portland, menciona en una entrevista realizada por AP News en 1998 que esta película sería «*El desencadenante definitivo para las experiencias post-traumáticas*» debido a que esta película sería más gráfica y más centrada en esta perspectiva de la guerra en comparación con otras películas bélicas hasta ese momento. Este concepto de *desencadenante* (o “*trigger*”) no se tratará en este informe, pero en las conclusiones se volverá a mencionar este concepto como una recomendación para otras futuras líneas de investigación que sigan una temática similar a la del presente trabajo.

Una vez se ha señalado, aunque sea brevemente, que la concepción sobre las personas con trastornos mentales y sobre los propios trastornos mentales en sí ha ido cambiando a medida que la población ha cambiado a través de eventos históricos y movimientos socioculturales, se dará paso al siguiente subapartado de este informe.

3. 2. La depresión y el suicidio

A lo largo del informe se ha utilizado el término “trastorno mental” en varias ocasiones, por lo que, para una mejor comprensión del lector, es necesario hacer un pequeño paréntesis introduciendo este concepto antes de comenzar a ofrecer datos sobre la depresión.

Un “trastorno mental”, desde la perspectiva del modelo biomédico popularizado en Psicología y Psiquiatría, es un tipo de enfermedad específica que se diferencia de la enfermedad física, como podría ser el cáncer o la diabetes. Cada “trastorno mental” se clasificaría como un conjunto de “síntomas” en el Manual Diagnóstico y Estadístico de la Sociedad Americana de Psiquiatría (actualmente DSM-V en el momento de realización del informe), los cuales resultan en un cuadro diagnóstico, como podría ser, en nuestro caso, un cuadro depresivo.

Al concebirse técnicamente como enfermedad desde el modelo biomédico, una de las actividades principales de este modelo es la búsqueda y confirmación de causas orgánicas que expliquen el trastorno a través de, principalmente, estudios transversales (permiten estimar la magnitud y distribución de una enfermedad en un momento concreto). Por ejemplo, usando este tipo de estudio, a la depresión se la ha relacionado con alteraciones estructurales y funcionales del cerebro (Schlaepfer et al., 2008), endocrinos (siendo la teoría serotoninérgica la más popular entre las teorías monoaminérgicas) (Andrews et al., 2015) y hormonales (como el cortisol) (Holsboer, 2000), entre otros.

Una de las limitaciones del modelo biomédico, la cual no destaca por su originalidad en el sentido de que es una limitación a tener en cuenta en la mayoría de modelos teóricos, es aquella de que la correlación no implica causalidad. Se explicará esta idea con un caso hipotético:

Una bajada en los neurotransmisores serotoninérgicos no implica que vaya a aparecer obligatoriamente una conducta depresiva si, además, no están presentes factores de riesgo como pueden ser: Una baja calidad de vida (entiendiéndola como una falta de apoyo social, salud física, problemas económicos, entre otros), situaciones estresoras como el despido laboral, o el repertorio conductual de la persona. Esto último puede hacer que conductas desadaptativas y/o dañinas para la persona se mantengan en el tiempo y den lugar a otras situaciones estresoras para el individuo. Un ejemplo sería si el individuo fuma de forma continuada para aliviar su agobio (conducta desadaptativa) debido a un trabajo con alto nivel

de estrés y jornadas excesivamente prolongadas (factor de riesgo), aumentará la probabilidad de que enferme en un futuro (situación estresora).

Esta dificultad para la predicción de la aparición de la depresión usando factores orgánicos ha llevado a la conclusión de que existe una falta de evidencia en las teorías biológicas predominantes. Un ejemplo de estos estudios sistemáticos es el de Kennis et al. (2020), en el cual se someten a prueba las teorías biológicas anteriormente mencionadas y se concluye que parte de los resultados, en concreto aquellos relacionados con el cortisol, se veían alterados según el estado del “trastorno”.

Por lo tanto, pero no sólo por este estudio citado, no sería disparatado asumir un cierto escepticismo o cautela a la hora de considerar la depresión como una entidad biológica (como podría ser el Alzheimer), a pesar de la tendencia existente al uso exclusivo de psicofármacos en terapia, en este caso siendo los más comunes los Inhibidores Selectivos de Recaptación de Serotonina (SSRI) (Healy, 2015). Esta perspectiva puramente biológica ha desembocado en estudios como los de Schroder et al. (2020) en los que se muestran menores expectativas de recuperación (en el sentido de mayor probabilidad de recaída), y, en el caso de este estudio, con la reaparición o severidad de los “síntomas” 2 semanas después del programa de tratamiento.

Es posible que al modelo biomédico le podamos sumar una dificultad conceptual aparte de la dificultad de predicción usando los factores previamente mencionados. Pérez Álvarez habla de la rigidez conceptual, estrictamente médica, de los “trastornos” en su libro *“Ciencia y Pseudociencia en Psicología y Psiquiatría”* (2021): *«Las concepciones psiquiátricas, empezando por los sistemas diagnósticos, lejos de ser descripciones de la realidad, reorganizan la propia realidad a través de las prácticas clínicas»*. Es decir, son los propios profesionales los que reorganizan la realidad (conductas o “síntomas” depresivos como podría ser la falta de motivación generalizada) bajo una etiqueta diagnóstica, lo que a menudo lleva a una explicación circular: Tienes una falta de motivación generalizada porque tienes depresión, y tienes depresión porque tienes una falta de motivación generalizada.

Para su explicación, este mismo autor diferencia la diabetes (enfermedad física) con la tristeza (estado anímico), diciendo que en ambos, aunque el conocimiento les ayude a cambiar de hábitos que modifiquen o mejoren su estado actual, en el caso de la diabetes estos conocimientos no afectan por sí mismos a la condición metabólica de la enfermedad y su proceso, mientras que la tristeza *«está directamente influida por las interpretaciones, clasificaciones y conocimientos que uno aprende. [La tristeza] está directamente influida por las intenciones, clasificaciones y conocimientos que uno aprende [...] del mundo y de sí mismo de manera que todo parece faltar de sentido, vacío, etc.»*

Es decir, la idea general de este autor es que la tristeza es relativa a la situación y al intérprete y que, dependiendo de estos dos factores, puede mantenerse en el tiempo, a diferencia de la diabetes que, en su caso, estos factores no tienen tanto peso como lo tendría el proceso orgánico de la enfermedad.

De acuerdo con esto, no sería extraño pensar en que las “modulaciones” (como dice Pérez Álvarez) de la tristeza en una persona, como puede ser la depresión, sea influenciada por otras interpretaciones disponibles. Dicho de otro modo, en vez de ser una realidad natural (en el sentido puramente biológico), la depresión es interactiva entre la persona (incluyendo su repertorio conductual) y el ambiente en el que está (contexto histórico, social, familiar...) y, por lo tanto, está abierta a que las conductas asociadas puedan ser modificadas. Dice este autor en el mismo libro: *«No por casualidad la depresión es sensible a la psicoterapia, mientras que no hay una cosa tal como psicoterapia para la diabetes [...] La existencia, subsistencia y persistencia de diversas psicoterapias tienen su condición de posibilidad en el carácter interactivo influenciado de los problemas psicológicos»*, idea que vuelve a reiterar en otro manual publicado por él y otros autores este mismo año.

Si bien este tema ha dado lugar a multitud de artículos y libros por autores e investigadores de diversas perspectivas y con diversos resultados, debido a la temática de este informe no es necesario seguir indagando, aunque con esta información introductoria a la temática se le invita al lector a encontrar más artículos o libros al respecto haciendo uso de la bibliografía proporcionada.

Volviendo a hablar de la naturaleza de este informe, es conveniente asentarse en la perspectiva de interacción de la que ha hablado Pérez Álvarez, en la que se centra en la influencia del ambiente en el individuo y de cómo éste responde ante sus peticiones, entre otras cosas porque no conocemos las condiciones más biológicas de los personajes y nuestra fuente de información, por nuestra calidad de espectadores, van a ser sus acciones y las peticiones del ambiente (la trama). No obstante, en este apartado ofreceremos algunos datos disponibles al respecto de la depresión y del suicidio más allá de las cuestiones puramente teóricas de las que ya hemos hablado.

Debido a la influencia del modelo biomédico previamente mencionado, a lo largo del informe se usará el término de “trastorno” por mero pragmatismo, aunque se intentará no utilizarlo con la connotación de “enfermedad”, como quien está enfermo de una gripe, en la medida de lo posible. Con esto, se asume la depresión, o “trastorno de depresión mayor” como aparece en el DSM-5, como un conjunto de conductas tendientes a la tristeza, apatía, pérdida de placer (“anhedonia”), conducta suicida (en la que incluimos las ideaciones suicidas y las autolesiones), entre otros.

De acuerdo con los datos más actuales de la Organización Mundial de la Salud (2020), se calcula que la depresión afecta a una cantidad aproximada de 300 millones de personas en todo el mundo. Si la depresión es persistente en el tiempo puede llegar, en el peor de los casos, al suicidio, del cual la misma organización ofrece datos desalentadores como que presenta una incidencia de 800.000 casos anuales, y que es la segunda causa de muerte en la población de entre 15 a 29 años. Es por este último dato que se considera de extrema importancia entender cómo los pensamientos y conductas asociados a la depresión se mantienen en el individuo y en su ambiente para que tenga lugar un tratamiento psicológico exitoso y, de ser necesario para el individuo, emparejarlo con un tratamiento farmacológico.

A nivel nacional, España ocupa el 4º lugar en el ranking de países europeos con mayor tasa de depresión (OMS, 2017), siendo Alemania el 1º puesto. Los datos de 2017 que nos proporciona la Encuesta Nacional de Salud indican que en mujeres existe un porcentaje

mayor de depresión (9'2%) frente al porcentaje de hombres con depresión (4%). Sin embargo, de acuerdo con la OMS en 2002, la incidencia de suicidio es mayor en hombres (en países occidentales, 3 suicidios de hombres por cada 1 de mujer) mientras que las mujeres tienen una mayor tendencia a la ideación suicida. En el mismo informe, la OMS indica que aproximadamente un 10% de la gente que intenta suicidarse acaba consiguiéndolo.

Se abandona este punto para dar paso al siguiente apartado en el que, igualmente, se seguirán ofreciendo datos sobre la depresión y suicidio mientras los ejemplificamos con las dos series elegidas, así como conceptos relacionados con la representación de los mismos en la ficción de los medios audiovisuales.

4. Su representación en la actualidad

A pesar de que estemos en la era de la información y que hay una facilidad de divulgación por parte de profesionales, activistas, y personas comunes que deciden hablar y concienciar sobre la depresión y el suicidio, no es fácil desprenderse de los estereotipos y los prejuicios que concierne a este grupo de personas, y esto es posible observarlo en los medios audiovisuales. Con un ejemplo relativamente reciente que ofrece Byrne (2002) datando un estudio realizado por Wilson et al. en el año 2000, se encontró con que un 46% de los programas de televisión infantiles de su muestra usaban términos despectivos para referirse a los trastornos mentales.

En el subapartado 3.1 “*Contexto histórico: Los trastornos mentales y el arte*” de este informe también se ha comentado acerca de el estigma asociado a tener un trastorno, y, por desgracia debido a la temática, se dispone de una gran cantidad de artículos y libros los cuales se le invita al lector a leer para conocer más acerca de la estigmatización a este grupo específico.

Debido a esta información casi ilimitada en cuestión de segundos, a un consumo de los medios audiovisuales más personalizado y con más fácil acceso que nunca (servicios de

streaming como Youtube o Netflix), y un consumo ferviente de redes sociales en las cuales cualquier persona puede ser escuchada con relativa facilidad, conceptos que hemos comentado en la introducción como el “queerbaiting” o el “tokenismo” son conocidos por el espectador medio y pueden obtener más información a través de artículos o incluso de otros divulgadores. Este espectador medio también incluye a aquellos con los recursos para producir contenido, aunque es necesario apuntar que el uso de redes sociales como herramienta divulgativa y altavoz sobre temas concretos ha ayudado y ayuda a que empresas productoras, guionistas, directores, y otros componentes escuchen y puedan observar su trabajo desde otra perspectiva, o incluso darle más trasfondo con un objetivo concienciador.

En este apartado hablaremos sobre dos títulos que se considera que han tenido este objetivo concienciador. Si bien es cierto que son pocos títulos, queremos traer la atención en que no hay una gran cantidad títulos en los que la depresión y/o el suicidio se trate de forma divulgativa y “normal”, ya que a menudo se trata de forma fantástica en forma de metáfora o personificándolo como elemento de terror. Esta poca cantidad de títulos también se debe a que, en los títulos previamente considerados, la depresión y/o el suicidio aparecen como elementos demasiado secundarios y, por lo tanto, se ha considerado que no aporta la suficiente información para este informe. De hecho, cuando se hable en este informe de la serie de “*Por Trece Razones*” sólo se hablará de su Temporada 1 al ser el momento de la serie en el que esta temática tiene mayor peso.

Es relevante anotar que, a causa de esto último y a que, debido a que sólo se hablaría de un personaje (Hannah Baker) para abordar el tema de la conducta depresiva y la ideación suicida, no se presentará la misma extensión y profundidad en comparación con “*BoJack Horseman*”, en la que se usarán dos personajes (Secretariat y Diane Nguyen) en una serie de 6 temporadas, por lo que habrá más diversidad de episodios, trama y oportunidades de análisis en contraste a “*Por Trece Razones*”. Por este motivo, se ha decidido profundizar más en un concepto surgido a raíz de la controversia de esta primera temporada en lugar de profundizar en la explicación de características de la conducta depresiva y la ideación suicida aplicándolo a la trama y al personaje de Hannah Baker.

También, se ha elegido el formato de serie por la propia naturaleza de la misma. Al haber más duración, se ofrece la oportunidad de crear más complejidad en la historia y en los personajes que en una película, aunque no necesariamente se cumple siempre esta condición. Además, para este apartado del informe se ha decidido profundizar en estos títulos por el recibimiento de la audiencia y profesionales y activistas de la salud mental. Estos títulos a comentar en este apartado son: “*BoJack Horseman*” (Bob-Waksberg et al., 2014-2020), y “*Por Trece Razones*” (Gomez et al., 2017-2020). Empezaremos en ese orden:

4. 1. “*BoJack Horseman*” (2014-2020)

“*BoJack Horseman*” ha sido elogiada por la crítica y el público tanto por la trama como por la escritura de personajes, además de por la manera tan franca y cercana de la que hablan de los problemas, a menudo relacionados con la salud mental, de los personajes. El protagonista, BoJack, es un actor de Hollywood (parodia de Hollywood) que tuvo mucho éxito en una *sitcom* allá por los años 90 y a día de hoy sólo le reconocían por esa serie. La trama comienza cuando una de las protagonistas de las que hablaremos en este apartado, Diane Nguyen, le entrevista para escribir su biografía y éste comienza a pensar más en su complicada historia familiar y las decisiones que ha ido tomando a lo largo de su vida, y, al final, en él como persona.

A medida que avanza la serie, se conoce más sobre la historia familiar de BoJack (además de la vida de los miembros de esta familia) y sobre las decisiones que ha realizado, en muchas ocasiones bajo la influencia de drogas, y que sigue realizando mientras sigue adelante con su vida como actor. También vemos cómo BoJack intenta “cambiar” en diversas situaciones de la serie, como por ejemplo yendo a rehabilitación o hablando arrepentido con las personas que él piensa, correctamente, que ha hecho daño. A lo largo de la serie observaremos cómo esto va afectando a los personajes implicados que de repente se encuentran con un arrepentimiento inesperado, o insuficiente, que tiene diversas reacciones.

En concreto, para este informe se hablará del episodio “*A medio camino*” (Winfrey, 2020), en el que aparecen las personas fallecidas que más impacto han tenido en la vida de

BoJack, y también se hablará del personaje de Diane Nguyen. Comenzaremos con el episodio “*A medio camino*”, contextualizando al lector sobre tres de los siete personajes fallecidos que aparecen en este episodio, sin contar a BoJack, los cuales son lo suficientemente relevantes como para mencionarlos y que así el lector tenga una mejor comprensión de lo que está pasando en este episodio:

Herb Kazzaz	Su antiguo amigo y compañero de trabajo. Era el guionista de la <i>sitcom</i> que lanzó a BoJack al estrellato, y sufrió un escándalo que lo sacó del armario y le hizo perder ese trabajo. Se sintió traicionado cuando BoJack, en lugar de seguirlo y apoyarlo, decidió seguir adelante con la serie, traición que duró con el paso del tiempo cuando BoJack fue a disculparse después tantos años y Herb padecía cáncer terminal. Murió por un ataque de alergia a los cacahuets, sin perdonar a BoJack.
Sarah Lynn	Una compañera de trabajo en la <i>sitcom</i> que lanzó a BoJack al estrellato en los 90. Debido a que era una actriz infantil, veía a BoJack como una figura paterna, que era lo que necesitaba en su vida ya que su madre la presionaba para ser famosa y no tenía relación con su padrastro. En la línea temporal de la serie, es una adulta famosa con problemas de drogadicción, y la serie trata de hacer un paralelismo con su vida y la vida de BoJack. Muere accidentalmente de una sobredosis en la que BoJack estaba presente, después de haber estado varios meses desintoxicada. BoJack tardó 17 minutos en llamar a la ambulancia que la podría haber salvado, y la Temporada 6 trata en conocer con más detalle los momentos anteriores a su muerte y la participación de BoJack en ellos, así como las consecuencias de su muerte.
Secretariat / Butterscotch Horseman	Fue un prestigioso atleta que BoJack admiraba cuando era niño, el cual se suicidó tirándose desde un puente después de que le prohibieran seguir compitiendo porque empezó a meterse en apuestas ilegales. De adulto, BoJack le interpreta en la película “ <i>Secretariat</i> ”, ya que éste

	sentía una conexión con Secretariat debido a que él también tuvo una vida familiar tumultuosa y en las entrevistas mostraba parte de sus pensamientos depresivos, lo que hacía que BoJack no se sintiera solo y se sintiera comprendido. A lo largo de la serie, conocemos que su hermano murió en la guerra de Vietnam porque él le pidió que ocupara su lugar para poder seguir compitiendo, hecho que le hizo sentir una enorme culpabilidad que le llevó a sumergirse más en sus conductas depresivas y comenzó con el mundo de las apuestas ilegales, lo que condujo a su suspensión. Por su papel en este capítulo, podemos interpretar que BoJack lo veía como la figura paterna que no tuvo con Butterscotch, y ha mezclado las identidades y los roles de estas dos personas en su vida.
--	--

Este capítulo, en esencia, se puede interpretar como un “sueño” de BoJack mientras está inconsciente y casi ahogándose en su piscina después de una recaída a las drogas bastante brutal debido a que, entre otros motivos de estrés, la prensa descubrió datos incriminantes sobre el papel de BoJack en la muerte de Sarah Lynn. La trama empieza con una cena en la que estos personajes comienzan a hablar de la mejor y de la peor parte de sus vidas, y debaten ciertos momentos de la vida de cada uno en función de su perspectiva. Debido a la naturaleza de su muerte, nos centraremos en el personaje de Secretariat.

En la cena, Herb comenta que después de que le echaran pensó seriamente en suicidarse, pero que no lo hizo porque los Knicks (equipo de baloncesto) estaban teniendo una buena temporada y quería ver cómo terminaba, a lo que BoJack le pregunta qué es lo que habría hecho si los Knicks no hubieran estado en racha, y Herb le responde, sin tono de burla, que a lo mejor se habría pasado al béisbol. Secretariat le responde enfadado y le acusa de no tener coherencia y dudar de si en realidad pensaba en suicidarse.

A continuación, Secretariat cuenta que el peor momento de su vida fue el 22 de Agosto de 1973, cuando le prohibieron volver a competir: *«Correr es lo único que tenía sentido para mí. Si no corría, no era nadie. [...] ¿Y lo mejor [de mi vida]? Saltar de aquel*

puente. Yo lo elegí, con mis propias normas, pocos pueden decir eso. Qué vistas desde ahí arriba...no os lo creeríais». Más adelante, le informan a BoJack de que va a haber un espectáculo después de la cena, pero a partir de aquí es cuando el espectador descubre que BoJack, al parecer, ya había tenido este tipo de sueño antes en el que está en una cena con la gente que más le ha impactado en su vida, pero que siempre se despierta antes de que comience el espectáculo. Para inquietud de BoJack, todavía no se despierta, y decide dar el siguiente paso en su sueño viendo el espectáculo.

El espectáculo, el cual Herb presenta, es un número artístico en el que los personajes, cuando terminan su número, desaparecen a través de una puerta negra. La manera que tienen de desaparecer es distinta para cada personaje; por ejemplo, Sarah Lynn mira lo que hay detrás de la puerta antes de tirarse de espaldas, mientras que Herb va siendo “devorado” lentamente por la oscuridad que asoma de la puerta.

No es disparatado asumir que la puerta negra simboliza la muerte y que la manera de desaparecer de cada personaje es un paralelismo a la causa de la muerte de cada uno: Sarah Lynn mira lo que hay detrás de la puerta, quizás porque reconoció que le estaba dando una sobredosis, y se tira de espaldas porque no tiene más remedio que dejarse engullir por la oscuridad (la muerte), ya que no tenía poder de cambiar su situación de sobredosis por ella misma, y Herb, al morir por un ataque de alergia debido a que era extremadamente alérgico a los cacahuetes, el ser “devorado” lentamente por la oscuridad puede tener similitud a la reacción de su sistema inmune y respiratorio ante los cacahuetes. A medida que avanza el espectáculo, BoJack se va dando cuenta de la razón de porqué no se ha despertado todavía.

A lo largo del episodio, Secretariat había mostrado una actitud muy segura en cuanto a la decisión sobre suicidarse, y unas ideas muy rígidas sobre la perspectiva de los personajes; por ejemplo, no pensaba que Herb decía la verdad con lo de que encontró la paz cuando visitó el Machu Pichu, y añadió que la paz (refiriéndose los conceptos de “estar” e “irse” con paz) le suena a alguien que intenta convencerse de que la vida tiene un significado o propósito y que, si lo haces todo bien, tienes un regalo de despedida al final.

El número de Secretariat consistió en recitar un poema, escrito por él, llamado “*Las vistas a mitad de la caída*”. A medida que avanza con el poema, la puerta negra va acercándose cada vez más, hecho que en un principio le fastidia y, cuanto más cerca está, le hace estar cada vez más nervioso. A continuación, se citará un vídeo en el que aparece el extracto de este episodio en el que aparece esta escena (Canal Danilo A., 2020, 0m15s), y se dará la transcripción de este poema y escena de la versión doblada al castellano. Las frases señaladas en negrita y entre paréntesis pertenecen al diálogo de la escena:

«*Nada suele susurrar la brisa; y sublime el agua nos grita; abajo y arriba sus pies agita; hondo respira, ya no hay prisa; sus pies no tocan la pasarela; y muy pronto hacia el agua vuela; a pesar de tener la mirada perdida; observa en mitad de la caída (S- **No he terminado, esperad. No he terminado. No he terminado.**)*. Una suave brisa, un sol estival; un majestuoso río por igual; plagada de endorfinas una inundación; trae una calma sin parangón; ahora está volando y lo ve todo con más claridad que paseando; todo va bien en su vida; si no estuviera ya a mitad de la caída. Luchando por poder huir de la gravedad; ¿Cómo escapar de la realidad?; ¿Qué no daría por volverse a apoyar; por volver a desear? (S- **He cambiado de idea. He cambiad-No, no quiero. H- Tranquilízate**). Pero ya está; hecho está; el silencio ahoga el sonido; antes del salto elegido; debió ver las vistas a mitad de la caída (S- **¡No!**). Antes de la huida, debió ver las vistas a mitad de la caída (H- **Busca la paz, grandullón. Búscala**); Ojalá que alguien impida las vistas a mitad de la caída...(se cae de espaldas, sin querer)»

Bobes et al. (2011) indican tres niveles básicos de la conducta suicida: el nivel emocional (en el que la persona percibe un sufrimiento intenso), el nivel conductual (la persona denota una carencia de recursos psicológicos para manejar de forma adaptativa los eventos estresores que le causan este sufrimiento intenso) y el nivel cognitivo (la persona tiene una desesperanza profunda ante el futuro, en la que la muerte se percibe como única salida). Estos tres niveles pueden identificarse en cierta medida con lo que los espectadores conocen de Secretariat a lo largo de la serie: En su biografía, que BoJack tuvo que estudiar para interpretarlo, Secretariat mostraba una actitud generalmente melancólica o triste, en la que se pueden inferir tendencias depresivas (es posible asociarlo con el nivel emocional) con

un posible origen, aunque no hay demasiada información al respecto, en su vida familiar, tema con el que BoJack se identifica.

En cuanto al nivel conductual, es posible asociarlo a las conductas autoboiicoteadoras como apostar ilegalmente en sus propias carreras aún sabiendo que la consecuencia, si lo descubren, es no volver a competir. También se puede asociar, de forma más simbólica, a la conducta de correr, ya que cuando empezó a correr, que coincidió con dejar su vida familiar, fue cuando empezó a sentirse mejor. Dicho de otro modo, correr puede considerarse como una conducta evitativa que se mantiene en el tiempo debido a que, al no seguir teniendo el estrés que provoca el estímulo aversivo (puede ser su vida familiar o sus pensamientos depresivos, o incluso ambos), Secretariat siente alivio. En términos de contingencia, correr es, para Secretariat, un refuerzo negativo.

A nivel cognitivo, se puede observar como espectador el momento en el que Secretariat decide acabar con su vida después de que le prohibieran competir/correr y después de recibir noticia de la muerte de su hermano en Vietnam, guerra en la cual debió alistarse pero hizo un trato para que, para poder seguir compitiendo, su hermano fuera en su lugar. Esta profunda desesperanza, de acuerdo con Echeburúa (2015), puede tener un origen en: la presencia de soledad, una red pobre de apoyo social (estos dos primeros factores los podemos relacionar con la pérdida de su hermano, una de las personas más importantes para Secretariat, junto con un no mencionado, por lo que asumimos que es inexistente, círculo cercano), de trastornos mentales (Echeburúa menciona a la depresión como el trastorno con más asociado con el suicidio, y podemos inferir una tendencia depresiva en Secretariat en los niveles previamente expuestos) o de enfermedades crónicas incapacitantes o con mal pronóstico. En esta línea, *«estas personas planifican el acto, lo realizan aisladamente y pueden usar métodos rápidos y efectivos, tales como la precipitación, el ahorcamiento, el atropello por un tren o el recurso a un arma de fuego»*.

En el episodio “*Siempre hay un después*” (Cendreda, 2014) vemos la escena en la que Secretariat se tira desde el puente, en silencio, y no es hasta seis temporadas después en “*A medio camino*” que podemos conocer sus pensamientos a través de su poema. Sin embargo,

esta profunda desesperanza hacia el futuro es más notable en el diálogo anteriormente citado en el que dice que correr era lo único que tenía sentido para él y que no era nadie si no corría, hasta el punto en el que, para él, saltar del puente era lo mejor que le había pasado. O eso nos intenta hacer creer, ya que mientras recitaba su propio poema y antes de caer por la puerta negra, Secretariat expresa arrepentimiento “a mitad de la caída”.

Esto coincide con la línea que sigue Echeburúa en el artículo previamente citado en el que menciona, haciendo referencia a Spirito y Donaldson en 1998, la posibilidad de inferir que la mayoría de personas que tienen tendencias suicidas realmente no quieren morir como tal, sino que quieren que esta desesperanza hacia el futuro y estado de sufrimiento termine. Esta inferencia viene debido a que hay una mayor incidencia de tentativas de suicidio que de suicidio consumados, además de que una vez estas personas han acudido a terapia y han recibido la atención y ayuda requerida para su situación, han expresado alivio por no haber consumado su suicidio.

En definitiva, “*A medio camino*” fue un episodio muy bien recibido por el público y críticos, hasta el punto de ser nominado al premio Emmy a la Excelencia de Programa Animado en Primetime. Como punto final a este apartado dedicado a Secretariat y a este episodio, se citará a Erin Qualey (2020), la cual describe en su artículo que la serie ha mostrado a través de ese episodio cómo *«albergar un trauma no resuelto puede ser mortal y, al hacerlo, lleva a los espectadores a ese lugar oscuro pero esperanzador, que ha sido, durante mucho tiempo, un sello distintivo de la serie»*.

A continuación, procederemos a hablar del personaje de Diane Nguyen, la cual nos la presentan en la serie como la escritora de la biografía de BoJack. A medida que avanza la serie, conocemos más sobre la vida de Diane y de sus ambiciones de dejar su marca en el mundo y de crear un cambio que merezca la pena, hasta el punto de ser muy injusta con la gente y consigo misma por pedirles ser ejemplos morales que siempre son la mejor versión de ellos mismos y son consecuentes con sus ideales y acciones y, si no lo son, es porque ella no les ha ayudado lo suficiente, porque si no lo serían ya.

Diane le da un origen a esta tendencia de “perfección” por su vida familiar, en la cual no era apreciada por su familia y era objeto de burla por, en sus palabras, creerse mejor que ellos, comparándola en tono de burla con la princesa Diana por “abandonarlos en busca de una vida mejor”. Además, según ella, disfrutaban viendo cómo fallaba. También sufrió bullying en su etapa escolar, por lo que no disponía de una red de apoyo con la que se sintiera segura y relativizara sus ansiedades, así que es posible inferir que Diane recondujo esta falta de red de seguridad a un nivel de perfección inalcanzable para, en cierta manera, “demostrar” que no les necesitaba de todos modos, y que es capaz de hacer algo con su vida.

Diane también se atrapa a sí misma en este requerimiento moral imposible, lo que le causa una fuente de estrés que viene por dos lados: Diane se ve sujeta a eventos estresores que no se ve capaz de solucionar o gestionar como le gustaría (el ejemplo ideal), por lo que es una fracasada y todo es su culpa porque no lo ha hecho de una manera específica, (“¿Qué habría pasado...?”) y, por otro lado, cuando la gente a la que quiere ayudar no se enfrenta a eventos estresores que no han solucionado o gestionado de la manera que a ella le gustaría, explota emocionalmente ante ellos. Sufre la ansiedad tanto de ellos como de sí misma por los pensamientos dicotómicos (característicos de la conducta depresiva) de “mi manera, lo que yo percibo como correcto, o nada”.

En principio, esta conducta de Diane la vemos más relacionada con una conducta ansiosa que depresiva. Sin embargo, vamos a introducir un término llamado “comorbilidad”, que se refiere a la presencia de uno o más trastornos en una persona, además del trastorno que le llamaríamos “primario”, dicho así por facilidad del lenguaje. El índice de comorbilidad de los trastornos ansiosos y depresivos son bastante comunes (un 55% de los 104 sujetos de la investigación de Aragonès et al. en 2009 sobre este índice presentaban esta comorbilidad), y no nos extrañaría que Diane haya llegado a desarrollar ambas o, al menos, una está diagnosticada mientras que la otra no cumple todos los criterios diagnósticos necesarios, pero no está demasiado lejos. Este último pensamiento podría interpretarse como correcto si nos fijamos en el episodio “*La cara de la depresión*” (Long, 2019), en la que los espectadores conocen que Diane ha estado acudiendo al psiquiatra y éste le ha diagnosticado depresión, por lo que le ha indicado una medicación específica.

Está reacia a tomar esta nueva medicación porque ya tomó Prozac en la universidad, dando a entender que no es la primera vez que ha acudido al psiquiatra y que le ha indicado medicación (no sabemos si también con el mismo diagnóstico), y no le gustó cómo le afectó: Cuenta que se volvió aburrida y parada, que no tenía ganas ni de quejarse en LiveJournal de que “*Dawson Crece*” había empeorado, y que le empezaron a salir granos y subió de peso. Todas estas cosas que comenta son cosas que tiene miedo que pasen debido a que había empezado a tener pareja recientemente y tenía miedo de que la dejara por volverse aburrida o cambiar físicamente. Sin embargo, su pareja estaba más preocupada con que no había empezado a escribir nada ahora que había empezado a centrarse en ser escritora (uno de los objetivos profesionales de Diane), con que no se había cambiado de pijama en semanas, con que fuma tres paquetes de cigarrillos diarios, y con que no se toma la medicación que le han recetado. Esta preocupación a empezar a tomar psicofármacos es común en pacientes, especialmente en aquellos que no se les ha ofrecido una “psicoeducación” adecuada en cuanto a qué criterio ha seguido el profesional para considerar que el paciente los necesita, cómo funcionan en su cuerpo, y los efectos a corto y largo plazo, como podría ser ganar de peso.

Sin embargo, es relevante puntualizar que los psicofármacos que están orientados a tratar trastornos del estado de ánimo, como la depresión, no tratan los síntomas de deterioro cognitivo. Este último término se refiere a síntomas como puede ser, en el caso de la depresión, la dificultad en el procesamiento de información (les cuesta más trabajo la resolución de problemas), lo cual puede frustrar al paciente y hacerle pensar que el tratamiento farmacológico no está sirviendo de nada cuando la realidad es que normalmente los psicofármacos no afectan a las áreas del cerebro y procesos que se encargan de la cognición, además de que cabe la posibilidad de que el paciente siga un patrón de conductas desadaptativas que hacen que se mantengan ciertos pensamientos y conductas que afectan a su estado actual. Es por esto que el tratamiento psicofarmacológico, si se realiza, es efectivo acompañarlo de terapia psicológica.

Este momento de la trama va dirigido a esta normalización en la toma de medicación psiquiátrica, además de seguir con el paralelismo que se ha seguido a lo largo de la serie entre

Diane y BoJack, siendo BoJack el reflejo del peor lado de ella una vez explota. Sin embargo, una vez llegados a este punto de la serie, el paralelismo entre estos dos personajes se ve modificado de la siguiente manera:

BoJack se reúne con Diane en su apartamento de Chicago y ve el desorden de cervezas, cigarrillos, y basura en general en el apartamento, a lo que Diane le termina admitiendo que cree que su depresión es más seria de lo que pensaba en un principio. Además, comparte sus preocupaciones de que los antidepresivos no la van a ayudar porque el problema es ella y no una depresión, y de que su actual pareja no va a tardar en dejarla porque no va a seguir soportando a “la verdadera Diane” (esto último lo dice señalando el desorden del apartamento). BoJack le responde: *«Escucha, hace poco alguien se enfadó mucho conmigo [...]. Y me dijo: “BoJack, todo lo estropeas, así es como eres”. Y tuvo que decírmelo en alto para que me diera cuenta de que yo fui un estúpido porque durante mucho tiempo lo creí. Me tragué la idea de que yo nunca podría cambiar, de modo que la razón de que viniera a Chicago es...darte las gracias por creer en mí cuando yo no creía y por ofrecerme la ayuda que necesitaba»*. Al final del episodio vemos a Diane con un poco más de peso, confirmándose que ha empezado a tomar la medicación.

Sin embargo, como se ha mencionado anteriormente, la medicación no es suficiente para modificar la conducta depresiva. Los pensamientos dicotómicos que se ha mencionado al principio de introducir al personaje de Diane, la tendencia a generalizar lo negativo y al fatalismo (“Mi amiga no me ha contestado el mensaje que le envié hace media hora, seguramente me odia y no sabe cómo decírmelo de manera sutil para no hacerme daño”), o la sobre-responsabilidad, entre otros, no desaparecen por sí solos con ayuda de la medicación, y esto lo enseñan en el capítulo “*Daños positivos*” (Bowman, 2020)

El episodio comienza mostrando que la medicación de Diane ha sido efectiva, al estar más contenta y más funcional que en los últimos episodios. Sin embargo, todavía no ha empezado a escribir su libro (sus memorias), que tenía el objetivo de relatar, o “demostrar”, todo el sufrimiento que ha tenido en su vida y que, al final, le ha llevado a su sueño de ser escritora. Por mucho que intente escribir, sus recuerdos están desordenados y no encuentra

una claridad con la que empezar, problema que le achaca a la medicación, aunque la pérdida de memoria percibida suele estar relacionada con las alteraciones del estado de ánimo como pueden ser la ansiedad generalizada y la depresión (Kizilbash et al., 2002). Mientras intenta recordar, le vienen pensamientos intrusivos de varios personajes comentando nimiedades, hasta que le viene en mente su ex-marido que empieza a decirle que hable de la técnica japonesa de “kintsugi” (pintar de color dorado las roturas de un objeto para que siga siendo bonito, o incluso más, a pesar del daño) y hace referencia a la “rotura” de su matrimonio, y estos pensamientos intrusivos terminan afectándola emocionalmente.

Pasan seis meses, y Diane sigue sin tener una idea clara sobre qué escribir y cómo hacerlo, mientras que su círculo cercano la va llamando para preguntar cómo va. Empezó a ir al centro comercial porque, según ella, se siente más inspirada allí, y en una llamada con Princess Caroline (que está a cargo de la publicación del libro) que le pregunta de qué va a ir el libro al final, Diane observa una tienda llamada “Trauma”, y le responde improvisando a partir de ahí, volviendo a hacer referencia a la técnica japonesa de “kintsugi” diciendo que a todos nos han hecho daño pero que es un “daño positivo” porque nos acerca a lo que somos. Al personaje le parece una buena idea y le dice que le mande lo que tenga para mandárselo al editor, metiéndole presión a Diane para escribir.

Mientras intentaba recordar, escribió una historia juvenil sobre Ivy Tran, una chica detective que resuelve problemas en el centro comercial, historia que a su pareja le parece divertida y amena. Diane no está del todo convencida y sigue frustrada porque intentó escribir sobre su “daño” pero no puede acceder a él por la medicación, pero su pareja le da su perspectiva en que, quizás, simplemente se está forzando a escribir una historia que no quiere escribir, porque tampoco podía acceder a su “daño” antes de la medicación. Diane lo niega, y añade que no va a seguir escribiendo las aventuras de Ivy Tran.

Sin embargo, sigue teniendo problemas de memoria, lo que le dificulta el avance del libro y se frustra, además que cada vez que intentaba recordar acababa en una espiral de pensamientos negativos, que es un patrón de pensamiento característico de la depresión y ansiedad donde los pensamientos y/o recuerdos aparecen distorsionados y difíciles de parar,

en ocasiones llevando a un ataque de ansiedad o a otras reacciones fisiológicas como mareos o vómito. Por ejemplo cuando pensaba en hablar de la abusona de su instituto ponía en duda sobre si la abusona era la mala de la situación y que a lo mejor se merecía el bullying, o aparecía su padre diciendo que siempre le echa la culpa a los demás cuando la culpa de todo era suya. Efectivamente, Diane empieza a tener reacciones somáticas después de la espiral de pensamientos negativos como vomitar, dolor de pecho, e hiperventilación, y descubrimos que ha dejado de tomar la medicación, hecho que, sin la supervisión de un psiquiatra, hizo que estas reacciones y el estado de ánimo de Diane fueran más extremas. Su pareja la convence de que vuelva a tomar la medicación, y le informan que las aventuras de Ivy Tran tienen mucho potencial y que siga escribiéndolas, aunque Diane sigue en duda.

Finalmente, al final del episodio se conoce la razón de porqué Diane no quería escribir sobre las aventuras de Ivy a pesar de lo bien que se lo pasaba escribiéndolas y de su potencial comercial: *«No escribo un libro para divertirme. Si no escribo mi libro de ensayos ahora, nunca lo haré [...] Porque si no lo escribo, significaría que todo el daño que he sufrido no ha sido “positivo”...sólo sería “daño”. No habría aprendido nada de ello y esos años desgraciados habrían sido en balde. Puedo fingir que fui muy feliz y escribir libros sobre niñas vigilantes y ser alegre y popular y amar a mis padres. ¿Eso es lo que dices? ¿De qué me sirvió sufrir? [...] Verás, cuando yo era pequeña, pensaba que todo, hasta los abusos y los descuidos, de algún modo me hacían...especial. Y decidí que un día escribiría algo para que las niñas como yo se sintieran menos solas. Y, si no puedo escribir ese libro...»*

Se puede observar la presión a la que se somete Diane de escribir sobre algo que, para empezar, se desconoce si realmente “quiere” escribir. Habla de ello como si fuera una obligación, algo que le debe al resto de personas y a sí misma a cambio del dolor que ha sufrido a lo largo de su vida, mostrando una vez más la sobre-responsabilidad que, a este punto, caracteriza a Diane. Estaba más que dispuesta a sacrificar algo que disfrutaba y que, además, habría obtenido beneficio económico aparte de personal, con tal de contar una historia que nadie le ha pedido contar, incluyendo ella misma. Princess Caroline la termina convenciendo para escribir sobre las aventuras de Ivy Tran diciéndole que quizás consiga

tener el mismo efecto. Ivy Tran termina siendo un éxito, pero se desconoce si tuvo el efecto que Diane quería conseguir con su idea inicial, o si le sigue importando.

La serie acaba con Diane teniendo esperanzas en el futuro, casada con la persona de la que dijo que no podría seguir soportando a la “verdadera Diane”, y respondiendo a la frase de BoJack: «*A veces la vida es puñetera, y la palmas*» con «*A veces la vida es puñetera, pero sigues viviendo*».

En general, la serie cumple los criterios de personajes dimensionales que delimitamos en la introducción de este informe, y logran describir la realidad de la conducta depresiva y suicida hasta el punto de que hemos utilizado su trama y personajes para explicar algunas de las características de estos dos términos. Por lo tanto, puede considerarse como una serie concienciadora y realista en cuanto a la representación de la conducta depresiva y suicida. A continuación, daremos paso al siguiente título.

4. 2. “*Por Trece Razones*” (2017-2020)

La primera temporada de esta serie, que es en la que se profundizará en este informe, recibió una diversidad de reacciones por parte del público, críticos, y profesionales y activistas dedicados a la salud mental. Si bien es cierto que la serie ha sido aplaudida por el tratamiento realista y franco sobre la sensación de privilegio y “de derecho” que perciben los hombres en cuanto a sus deseos sexuales y ha puesto en relieve la variabilidad de reacciones e impacto social en función de tu género (“Si eres mujer y te acuestas con dos personas en una noche, eres una puta, pero si eres hombre y te acuestas con dos personas en una noche, eres un campeón”), ha sido duramente criticada por cómo ha decidido abordar las temáticas del suicidio y abuso sexual, abogando por el empleo de escenas en las que representan estas temáticas de forma muy gráfica en pos del “realismo”.

Antes de seguir, se hablará del argumento de la primera temporada de “*Por Trece Razones*”: La trama empieza con los días posteriores del suicidio de Hannah Baker, una chica de instituto. El protagonista, Clay Jensen, era amigo de Hannah y empezó a tener

alucinaciones donde ella aparecía (probablemente una manera dramática de representar el impacto emocional que ha tenido su muerte en él) y descubre, cuando llega a casa después del instituto, una caja con siete cintas de *cassette* y un mapa con ciertas zonas señaladas. Clay descubre que estas cintas las dejó Hannah antes de suicidarse, en las que enumera las razones por las que ha decidido dar este paso. Estas cintas, al tener dos “caras” (A y B) y dejar una de las caras en blanco, terminan siendo las trece cintas (o “razones”) que dan el nombre a la serie. Seguidamente, se enumerarán las razones de Hannah que consideramos más relevantes para este informe porque resumen la trama y los temas que se siguen en esta primera temporada para una mayor comprensión del lector acerca de la naturaleza de las críticas que se expondrán más adelante en este apartado. Se mencionan los nombres de otros personajes de la serie por cuestiones prácticas a la hora de realizar la tabla, no son relevantes para este informe más allá de la creación de la misma.

Cassette	Persona a la que va dirigida	Razón
9 (Cinta 5 - Cara A)	Justin Foley y Hannah Baker	“Permitir” que Bryce violara a Jessica, otro personaje que era amiga de Hannah.
11 (Cinta 5 - Cara B)	Sheri Holland	Abandonar a Hannah después de que ésta estrellara su coche en una señal de stop que provocó indirectamente la muerte accidental de otro personaje y negó su participación en la misma.
12 (Cinta 6 - Cara B)	Bryce Walker	Violar a Hannah, «rompiendo su alma», haciendo sentir a Hannah como que era una guarra como decían los rumores que se empezaron a propagar.
13 (Cinta 7 - Cara A)	Kevin Porter (orientador del instituto)	No ayudar a Hannah después de que ésta acudiera a su despacho y le hablara de la violación que sufrió y su ideación suicida.

Si bien es cierto que no se va a profundizar en el personaje de Hannah porque, a pesar de que se utilicen las cintas y los sitios señalados en el mapa que Hannah le proporcionó a Clay como herramienta narrativa que nos ofrece observar las escenas en las que Hannah seguía viva y le ocurrían las situaciones que pasan en la cinta, sí se va a volver a hacer referencia a los niveles básicos de la conducta suicida de Bobes et al. (2011) que hemos citado con anterioridad:

- A nivel emocional (en el que la persona percibe un sufrimiento intenso): A medida que avanzan los capítulos y ocurren las situaciones que cuenta en sus cintas, Hannah va presentando una profunda tristeza por los eventos estresores de su alrededor. Un ejemplo sería su participación indirecta en la muerte accidental de Jeff Atkins y la sensación de culpabilidad que obtiene de la misma.
- A nivel conductual (la persona denota una carencia de recursos psicológicos para manejar de forma adaptativa los eventos estresores que le causan este sufrimiento intenso): Por las situaciones que cuenta Hannah en sus cintas, experimenta bullying y *slut-shaming* que desencadena en una marginalización social en la que no tiene una red de seguridad para apoyarla, junto con la insatisfactoria reunión con el orientador.
- A nivel cognitivo (la persona tiene una desesperanza profunda ante el futuro, en la que la muerte se percibe como única salida): Todas estas situaciones, sentimientos de culpabilidad, y falta de apoyo social, desemboca en esta desesperanza.

Las críticas sobre el abordaje de las temáticas de suicidio y abuso sexual, entre otras, fueron tales que, en 2018, Netflix (plataforma original de esta serie) decidió añadir un vídeo al principio de cada temporada enumerando el contenido sensible que va a seguir dicha temporada (Libbey, 2018). Una de estas críticas que vamos a destacar es la de Hank Stuever sobre las cintas de Hannah, y escribió en su artículo para el Washington Post en 2017: «*Otro ejemplo más de la adolescente que fantasea con cómo reaccionarían todos cuando ella se haya ido. La historia...me parece sorprendentemente, incluso peligrosamente, ingenua en su comprensión del suicidio, hasta el punto de incluir una espantosa penúltima escena en la que Hannah se corta las venas en la bañera*». No fue hasta años más adelante que Netflix,

después de las críticas hacia esta escena, decidió eliminar la escena del suicidio de Hannah Baker (Brito, 2019).

También encontramos declaraciones que siguen la línea de Stuever en trabajadores que participaron en la serie como Will Toledo, miembro del grupo “Car Seat Headrest” que colaboró en la banda sonora de “*Por Trece Razones*”, el cual critica negativamente a la serie diciendo que, por la manera en la que está narrada, «*[La serie] le dice a los chicos cómo cambiar sus miserables y desesperanzadoras vidas a una excitante y catártica misión suicida*» (AltPress, 2017). Miembros de la Asociación Nacional de Psicólogos Escolares, Voces de la Educación sobre la Conciencia del Suicidio (SAVE) y activistas que se dedican a la salud mental siguen la línea de Toledo, y ya comentaron sus preocupaciones de que la serie no siguiera con las pautas de “Recomendaciones para informar sobre suicidios” (s.f.) propuesta por expertos en prevención de suicidio para evitar la posible actuación del efecto Werther en los espectadores, a raíz de la perspectiva “romántica” que se ha tomado en la serie para representar la ideación y consumación suicida.

Antes de seguir, vamos a explicar en qué consiste este efecto. Toma su nombre de una novela de Goethe (“*Las penas del joven Werther*”) en la que el personaje de este mismo nombre sufría tanto por amor que decidió quitarse la vida, y poco tiempo después de su publicación en 1774, se reportaron unas 40 personas que se suicidaron de manera similar al personaje. La desconocida tendencia a esta tétrica imitación consiguió que el libro se prohibiera en países como Italia y Dinamarca para evitar un incremento de suicidios. Por lo tanto, en la actualidad, definimos el efecto Werther como la imitación del suicidio después de un suicidio altamente publicitado.

Se realizaron investigaciones después del estreno de “*Por Trece Razones*” para comprobar si la representación tan gráfica de la escena de suicidio provocó un incremento en la tasa de suicidios de gente joven entre 10 y 17 años, el público objetivo de la serie. Desafortunadamente, podemos inferir que hubo una influencia del efecto Werther tras el estreno: El Instituto Nacional de Salud Mental (NIH) reportó los resultados de la

investigación de Bridge et al. en 2019 en los que apareció un aumento del 28.9% en este grupo poblacional en Abril de 2017.

Se finalizará este apartado con una conclusión que ofrece Lisa Horowitz, una de las científicas clínicas que participaron en esta investigación, y que resume el objetivo que se pensaba mostrar con este apartado dedicado a “*Por Trece Razones*” y, además, hace un paralelismo con la frase definitoria de este informe “*No es sólo qué historia (y de quién) estás contando, sino cómo la estás contando*” : «*Los resultados de este estudio deberían crear la conciencia de que los jóvenes son particularmente vulnerables a los medios de comunicación. Todas las disciplinas, en la que se incluye a los medios de comunicación/audiovisuales, deben tener mucho cuidado para ser constructivos y reflexivos a la hora de tratar temas que se cruzan con las crisis de salud pública*».

5. Conclusiones

Este trabajo se ha dedicado a describir cómo se ha expuesto, de manera muy breve, la representación de los trastornos mentales en el pasado hasta la descripción de la misma usando dos títulos cuya recepción y narrativa ha sido muy diferente. Se propone para una futura investigación alargar la lista de títulos utilizando películas o series de los años 40 (que es cuando, como hemos expuesto en el subapartado 3.1, hubo un interés por representar los trastornos mentales en el cine), como las ya citadas “*Nido de Víboras*” y “*Don’t Bother to Knock*”, hasta la actualidad y analizar una evolución en esta temática más detallada buscando, por ejemplo, si hay tendencias que todavía persisten en la actualidad (como si hay diferencias de género a la hora de representar esta conducta depresiva).

Una vez se ha comprendido cómo los medios audiovisuales nos puede ayudar a conectar y a sentirnos identificados con los personajes que están, quizás, pasando por lo mismo que nosotros, se le da fin a este informe dando importancia a que una correcta representación puede, además, dar lugar a una atención temprana debido a una psico-educación por parte de estos títulos que llevan a la desestigmatización de, en este caso, la conducta depresiva y la ideación suicida.

6. Bibliografía

- AltPress. (30 de Abril de 2017). *Car Seat Headrest's Will Toledo blasts '13 Reasons Why' for suicide glorification*. Disponible en altpress.com/news/car_seat_headrest_will_toledo_13_reasons_why_suicide_glorification/
- Andrews, P. W.; Bharwani, A.; Lee, K. R.; Fox, M.; & Thomson, J. A. (2015). Is serotonin an upper or a downer? The evolution of the serotonergic system and its role in depression and the antidepressant response. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 51, 164-188. doi: 10.1016/j.neubiorev.2015.01.018
- Aragonès, E.; Piñol, J. L., y Labad, A. (2009). Comorbilidad de la depresión mayor con otros trastornos mentales comunes en pacientes de atención primaria. *Atención Primaria*, 41(10), 545-551. doi: 10.1016/j.aprim.2008.11.011
- Associated Press (AP) News. (26 de Julio de 1998). "Vets Get 'Private Ryan' Hotline". AP News. Disponible en apnews.com/article/4b0e8f5c58a4d37303e506c137d6a23c
- Bob-Waksberg, R.; Bright, N.; Cohen, S. A.; Fetter, B.; Wiseman, J.; Arnett, W.; Paul, A.; Weil, A. (Productores Ejecutivos). (2014-2020). *BoJack Horseman* [Serie de Televisión]. Tornante Television; Boxer vs. Raptor; Shadowmachine.
- Bobes, J., Giner, J. y Saiz, J. (2011). *Suicidio y psiquiatría. Recomendaciones preventivas y de manejo del comportamiento suicida*. Editorial Triacastela.
- Bowman, J. (Director) y Calo, J. (Guionista). (31 de Enero de 2020). *Good Damage / Daños positivos* (Temporada 6, Episodio 10) [Episodio de serie de televisión]. En Bob-Waksberg, R.; Bright, N.; Cohen, S. A.; Fetter, B.; Wiseman, J.; Arnett, W.; Paul, A.; Weil, A. (Productores Ejecutivos), *BoJack Horseman*. Tornante Television; Boxer vs. Raptor; Shadowmachine.
- Bridge, J. A.; Greenhouse, J. B.; Ruch, D.; Stevens, J.; Ackerman, J.; Sheftall, A. H.; Horowitz, L. M.; Kelleher, K. J.; Campo, J. V. (2020). Association Between the Release of Netflix's '13 Reasons Why' and Suicide Rates in the United States: An Interrupted Time Series Analysis. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(2), 236-243. doi: 10.1016/j.jaac.2019.04.020
- Brito, C. (16 de Julio de 2019). *Netflix deletes graphic suicide scene from first season of "13 Reasons Why"*. CBS News. Disponible en <https://www.cbsnews.com/news/13-reasons-why-suicide-scene-hannah-baker-season-finale-death-katherine-langford-season-1-episode-13/>
- Buñuel, L. (Director). (1929). *Un Chien Andalou / Un perro andaluz*. [Película]. No se menciona una compañía productora, por lo que se señalará la distribuidora: Les Grands Films Classiques (Francia)
- Byrne, P. (2001). Psychiatric stigma. *British Journal of Psychiatry* 178, 281-284. doi: 10.1192/bjp.178.3.281

- Canal Danilo A. (15 de Febrero de 2020). "*The View From Halfway Down*" poem Subtitulado Español. [Archivo de Vídeo]. Youtube. youtube.com/watch?v=cE0rHsQTBWE
- Carter, R. & Golant, S. (1999). *Helping Someone with Mental Illness: A Compassionate Guide for Family, Friends, and Caregivers*. Harmony.
- Cendreda, M. (Director); Bob-Waksberg, R. (Guionista). (22 de Agosto de 2014). *Later / Siempre hay un después* (Temporada 1, Episodio 12) [Episodio de serie de televisión]. En Bob-Waksberg, R.; Bright, N.; Cohen, S. A.; Fetter, B.; Wiseman, J.; Arnett, W.; Paul, A.; Weil, A. (Productores Ejecutivos), *BoJack Horseman*. Tornante Television; Boxer vs. Raptor; Shadowmachine.
- Docter, P. (Director) & del Carmen, R. (Director). (2015). *Inside Out / Del Revés* [Película]. Pixar Animation Studios; Walt Disney Pictures.
- Enlow, C. (8 de Septiembre de 2017). *How 'Bojack Horseman' Depicts Depression More Honestly Than Any Show On Tv*. Bustle. Disponible en bustle.com/p/how-bojack-horseman-depicts-depression-more-honestly-than-any-show-on-tv-80926
- Ferradans-Villar, M. J. (2010). Familia y discapacidad, perfiles profesionales de familias con personas con discapacidad. Recuperado en abril de 2021: ardilladigital.com/DOCUMENTOS/CALIDAD%20DE%20VIDA/FAMILIA/Perfiles%20profesionales%20de%20familias%20con%20personas%20con%20discapacidad%20-%20Ferradans%20-%20articulo.pdf
- Gomez, S., Marvin, M., Son, D., McCarthy, T., Gorman Wettels, J., Golin, S., Sugar, M., Teefey, M., & Laiblin, K. (Productores Ejecutivos). (2017-2020). *13 Reasons Why / Por 13 Razones* [Serie de Televisión]. July Moon Productions; Kicked to the Curb Productions; Anonymous Content; Paramount Television.
- Gravas, K. (Director). (2002). *Amen*. [Película]. Canal +; K. G. Productions; KC Medien; Katharina; Renn Productions; TF1 Films Production.
- Halton, B. (15 de Agosto de 1998). "'Saving Private Ryan' is too real for some". The Florida Times-Union. Recuperado en Abril de 2021 de web.archive.org/web/20120405054028/http://jacksonville.com/tu-online/stories/081598/met_2a1priva.html
- Hand, D., Cottrell, W., Jackson, W., Morey, L., Pearce, P., & Sharpsteen, B. (Directores). (1937). *Snow White and the Seven Dwarfs / Blancanieves y los Siete Enanitos* [Película]. Walt Disney Productions.
- Healy, D. (2015). Serotonin and Depression. *BMJ*, 350. doi: 10.1136/bmj.h1771
- Holsboer, F. (2000). The corticosteroid receptor hypothesis of depression. *Neuropsychopharmacology*, 23, 477-501. doi: 10.1016/S0893-133X(00)00159-7
- Kennis, M.; Gerritsen, L.; van Dalen, M.; Williams, A.; Cuijpers, P.; & Bockting, C. (2020). Prospective biomarkers of major depressive disorder: a systematic review and meta-analysis. *Molecular Psychiatry*, 25, 321-338. doi: 10.1038/s41380-019-0585-z
- Kizilbash, A. H.; Vanderploeg, R. D.; Curtiss, G. (2002). The effects of depression and anxiety on memory performance. *Archives of Clinical Neuropsychology*, 17(1), 57-67. doi: 10.1016/S0887-6177(00)00101-3
- Kurzban, R., & Leary, M. (2001). Evolutionary origins of stigmatization: The functions of social exclusion. *Psychological Bulletin*, 127(2), 187-208. doi: 10.1037/0033-2909.127.2.187

- Libbey, P. (22 de Marzo de 2018). *Netflix Adds a Warning Video to '13 Reasons Why'*. The New York Times. Disponible en [nytimes.com/2018/03/22/arts/television/netflix-warning-video-13-reasons-why.html](https://www.nytimes.com/2018/03/22/arts/television/netflix-warning-video-13-reasons-why.html)
- Litvak, A. (Director). (1948). *The Snake Pit / Nido de Víboras*. [Película]. 20th Century Fox.
- Long, A. (Director) y McGarry, S. (Guionista). (25 de Octubre de 2019). *The Face of Depression / La cara de la depresión* (Temporada 6, Episodio 7) [Episodio de serie de televisión]. En Bob-Waksberg, R.; Bright, N.; Cohen, S. A.; Fetter, B.; Wiseman, J.; Arnett, W.; Paul, A.; Weil, A. (Productores Ejecutivos), *BoJack Horseman*. Tornante Television; Boxer vs. Raptor; Shadowmachine.
- Madden, Etta (2006). "To Make a Figure": Benjamin Rush's Rhetorical Self-Construction and Scientific Authorship. *Early American Literature*, 41 (2): 241–272. doi: 10.1353/eal.2006.0022
- McCrary, L. (6 de Agosto de 1998). "Watching 'Private Ryan,' Veterans Relive The Horrors Years From Omaha Beach, Pain Lingers". The Philadelphia Inquirer. Recuperado en Abril de 2021 de web.archive.org/web/20160729113411/http://articles.philly.com/1998-08-06/news/25724660_1_omaha-beach-va-center-nearest-va-facility
- Mcinroy, L. B., & Craig, S. L. (2016). Perspectives of LGBTQ emerging adults on the depiction and impact of LGBTQ media representation. *Journal of Youth Studies*, 20(1), 32-46. doi: 10.1080/13676261.2016.1184243
- Merriam-Webster (2021). Tokenism. *Merriam-Webster.com dictionary*. Consultado en [merriam-webster.com/dictionary](https://www.merriam-webster.com/dictionary)
- Moreno, C. (20 de Mayo de 2016). *America Ferrera Breaks Down The Difference Between Tokenism and 'True Diversity'*. The Huffington Post. Extraído de [huffpost.com/entry/america-ferrera-breaks-down-the-difference-between-tokenism-and-true-diversity_n_573f1a92e4b045cc9a70b132](https://www.huffpost.com/entry/america-ferrera-breaks-down-the-difference-between-tokenism-and-true-diversity_n_573f1a92e4b045cc9a70b132)
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). Disponible en [who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression). [Consultado en Abril de 2021]
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017). *Depression and Other Common Mental Disorders. Global Health Estimates*. Disponible en [who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates](https://www.who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates)
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002). *Self-directed Violence*. Disponible en [who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/factsheets/en/selfdirectedviolfacts.pdf](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/factsheets/en/selfdirectedviolfacts.pdf)
- Organización "Reporting on Suicide" (reportingonsuicide.org). *Best practices and Recommendations for Reporting on Suicide*. Disponible en reportingonsuicide.org/wp-content/themes/ros2015/assets/images/Recommendations-eng.pdf
- Parker, T. (Director y Guionista). (7 de Marzo de 2007). *With Apologies to Jesse Jackson / Nuestras Disculpas a Jesse Jackson* (Temporada 11, Episodio 1) [Episodio de serie de televisión]. En Parker, T., Stone, M., Graden, B., Liebling, D., Agnone II, F. C., Howell, B., & Garefino, A. (Productores Ejecutivos), *South Park*. South Park Studios; Comedy Partners.
- Parker, T., Stone, M., Graden, B., Liebling, D., Agnone II, F. C., Howell, B., & Garefino, A. (Productores Ejecutivos). (1997-presente). *South Park* [Serie de Televisión]. South Park Studios; Comedy Partners.

- Pérez-Álvarez, M. (2021). *Ciencia y Pseudociencia en Psicología y Psiquiatría*. Alianza Editorial. Disponible en casadellibro.com/libro-ciencia-y-pseudociencia-en-psicologia-y-psiquiatria-mas-alla-de-la-corriente-principal/9788413622767/12173836
- Pérez-Álvarez, et al. (2021). Estructura y funcionamiento de la psicoterapia. Editorial Pirámide. En Fonseca-Pedrero, E. (coord.), *Manual de tratamiento psicológico. Adultos*. Disponible en axon.es/ficha/libros/9788436843859/manual-de-tratamientos-psicologicos-adultos
- Pérez Rufi, J. P. (2017). El género cinematográfico como elemento condicionante de la dimensionalidad del personaje del cine clásico de Hollywood: Características de los personajes cinematográficos redondos y planos. *Revista AdMIRA. Análisis de Medios, Imágenes y Relatos Audiovisuales*, (5), 1-33. doi: hdl.handle.net/11441/76046.
- Qualey, E. (31 de Enero de 2020). *BoJack Horseman Became TV's Best Portrait of Addiction and Recovery*. Slate. Disponible en slate.com/culture/2020/01/bojack-horseman-netflix-addiction-recovery.html
- Real Academia Española (2001). Representación. *Diccionario de la lengua española* (22.a ed.). Consultado en rae.es/rae.html.
- Ritschel, C. (9 de Abril de 2019). *Queer-Baiting: What Is It and Why Is It Harmful?*. Independent. Disponible en independent.co.uk/life-style/queerbaiting-lgbtq-ariana-grande-celebrities-james-franco-jk-rowling-a8862351.html
- Rush, B. (1835). *Medical Inquiries And Observations Upon The Diseases Of The Mind / Consultas y observaciones médicas sobre las enfermedades de la mente*. Grigg and Elliot (Trabajo original publicado en 1812). Recuperado en archive.org/details/medicalinquirie04rushgoog
- Schlaepfer, T. E.; Cohen, M. X.; Frick, C.; Kosel, M.; Brodesser, D.; Axmacher, N.; Young-Joe, A.; Kreft, M.; & Lenartz, D. (2008). Deep brain stimulation to reward circuitry alleviates anhedonia in refractory major depression. *Neuropsychopharmacology*, 33, 368-377. doi: 10.1038/sj.npp.1301408
- Schroder, H. S.; Duda, J. M.; Christensen, K.; Beard, C.; Björgvinsson, T. (2020). Stressors and chemical imbalances: Beliefs about the causes of depression in an acute psychiatric treatment sample. *Journal of Affective Disorders*, 276, 537-545. doi: 10.1016/j.jad.2020.07.061
- Sherrer, K. (26 de Febrero de 2018). *What Is Tokenism, and Why Does It Matter in the Workplace?*. News & Events (Vanderbilt University). Extraído de business.vanderbilt.edu/news/2018/02/26/tokenism-in-the-workplace/
- Spielberg, S. (Director). (1998). *Saving Private Ryan / Salvar al soldado Ryan*. [Película]. Amblin Entertainment; Mutual Film Company.
- Spirito, A., y Donaldson, D. (1998). Suicide and suicide attempts during adolescence. En A.S. Bellack y M. Hersen (eds.). *Comprehensive Clinical Psychology*, 5, 463-485. Amsterdam: Elsevier.
- Stuever, H. (30 de Marzo de 2017). *'Thirteen Reasons Why' shows how adults can really mess up teen angst*. The Washington Post. Disponible en

washingtonpost.com/entertainment/tv/thirteen-reasons-why-shows-how-adults-can-really-mess-up-teen-angst/2017/03/30/c8db5f00-1346-11e7-9e4f-09aa75d3ec57_story.html

- Thurschwell, P. (2009). *Sigmund Freud*. Routledge Critical Thinkers: Essential Guides for Literary Studies. Disponible en

academia.edu/4091747/25908795_Sigmund_Freud_by_Pamela_Thurschwell_Routledge_Critical_Thinkers

- Ventosa-Esquinaldo, F. (1997). El enfermo mental en el siglo XV en España. Conceptuación como enfermo distinto y curable. Su cuidado. *Cultura de los cuidados*, 43 (1), 43-48. doi: 10.14198/cui.1997.1.08

- Wahl, O. F. (1995). *Media Madness: Public Images of Mental Illness*. Rutgers University Press. Disponible en psycnet.apa.org/record/1995-98881-000

- Ward-Baker, R. (Director). (1952). *Don't Bother to Knock* [Lit. *No te molestes en llamar a la puerta*]. [Película]. No se menciona una compañía productora, por lo que se señalará la distribuidora: 20th Century Fox.

- William Shakespeare (2013). *Tragedias (William Shakespeare)* (Trad. *Hamlet* Miller, I.). Ediciones Brontes S. L. (Trabajo original publicado en 1603)

- Winfrey, A. (Directora); Tafel, A. (Guionista). (31 de Enero de 2020). *The View from Halfway Down / A medio camino* (Temporada 6, Episodio 15) [Episodio de serie de televisión]. En Bob-Waksberg, R.; Bright, N.; Cohen, S. A.; Fetter, B.; Wiseman, J.; Arnett, W.; Paul, A.; Weil, A. (Productores Ejecutivos), *BoJack Horseman*. Tornante Television; Boxer vs. Raptor; Shadowmachine.