



PRISIONERO DE MI ENCIERRO PSIQUIÁTRICO

Susan Escobar Castillo *

POEMA

Pasito a paso, camino lento, sigo la ruta escondida a la vista de todos, en la penumbra de mi soledad.

Río y lloro a veces al mismo tiempo, suspiro por lo que no pudo ser, llevo sobre los hombros el estigma del que no debió nacer, al menos con este pasado, presente y futuro.

No me conoces, ni lo harás, a menos de que cruces las puertas que llevan hacia mi realidad, una realidad alterna, una cotidianidad muy distinta de la tuya.

Desconozco lo que pasa algunas veces, la normalidad en mí no es normal, según dicen quienes como tú, se encuentran fuera de este lugar.

Yo respiro, como, duermo, sueño, suspiro y amo. Grito, lloro, anhelo y deambulo... mi grito a veces es mudo y mi cariño es puro.

En ciertos momentos del día un ángel me visita, me abriga, me alimenta, juega conmigo y me incluye en su familia.

Otras veces, colmado de pastillas, la vida se aletarga, y se calman mis inquietudes,

Soy un niño eterno, un viejo sin remedio, soy una persona que camina lento.

Camino hacia la vida buscando metas, canjeando logros por alegrías. Hasta los pequeños detalles que tú no ves, yo los veo.

Me intereso por lo nuevo, me gusta saber de dónde vienes, no me digas dónde voy porque eso ni yo lo sé, sólo Dios sabrá.

Algunos días triste, otros alegre, sigo mi rumbo, como los ríos, que en la tormenta se desbordan y en verano son apacibles y agradables.

Hay personas que me ven distinto, y hay quienes que me ven como su prójimo. Otros me tienen cariño y otros me ven sobre el hombro, o por miedo no se acercan, porque puede ser cierto, puede que yo vaya a herirlos y asustarlos, o simplemente puedo ser yo.

No olvides que aquí estoy, aprovecha lo que has aprendido, atesora lo que has visto. Vive según tu condición, abrázala y respira, siente cómo la vida se construye pasito a paso, no corras, camina lento, observa los detalles, grita, llora, anhela, camina, suspira.

No seas como yo, ni como nadie más, sé tú mismo en tu camino y busca tu felicidad.

Yo aquí seguiré en mi propia realidad, sabiendo o no que he tocado la tuya, para que crezcas, para que camines... pasito a paso.

* Estudiante del Diplomado en Emergencias Médicas y del Trabajo Comunal Universitario: "Bienestar de la salud mental a través de la promoción, prevención y rehabilitación en la sociedad costarricense", TCU-505, Universidad de Costa Rica, 2013. Correo electrónico: susyq_10@yahoo.com



**REVISTA CÚPULA DEL
HOSPITAL NACIONAL PSIQUIÁTRICO “MANUEL ANTONIO CHAPUI”
SAN JOSÉ, COSTA RICA A.C.**



INSTRUCTIVO DE PUBLICACIÓN

1. La Revista Cúpula del Hospital Nacional Psiquiátrico “Manuel Antonio Chapui”, es una publicación semestral cuya temática esta orientada al campo de la Psiquiatría, Salud Mental y Áreas Afines.
2. En casos especiales, podrán publicarse números extraordinarios que se designarán edición especial.
3. Su distribución se hará en forma gratuita, a las personas o entidades que la soliciten mediante boleta de suscripción y previa aprobación del Consejo Editor con el respectivo aval de la Dirección General del Hospital. Además, se harán los depósitos de ejemplares establecidos por la ley a la Biblioteca Nacional así como el envío de ejemplares a las Bibliotecas que conforman el Sistema de Bibliotecas de la CCSS y otras Unidas de Información, según lo considere pertinente el Comité Editor, dentro y fuera del país.
4. Los trabajos enviados serán: Trabajos de investigación, Casos Clínicos, Revisiones bibliográficas, Ensayos, Sección Literaria, Reseñas de Libros, Entrevistas y Notas al Editor.
5. El artículo presentado debe ser original e inédito, y se debe presentar dos copias impresas, y una copia electrónica (CD o llave maya), en formato Word, con letra arial tamaño 12 a espacio sencillo, justificación completa y en dos columnas.
6. El manuscrito tendrá el siguiente formato de contenido: un título, autor (es), resumen en español y en inglés Abstract, introducción, desarrollo, conclusiones y referencias bibliográficas. Los trabajos de investigación deben llevar además materiales y métodos, resultados, discusión, agradecimientos, anexos, cuadros y figuras.
7. Las publicaciones de estudios o investigaciones deben realizarse según las regulaciones éticas establecidas y contar con el visto bueno del Comité de Bioética del Centro de Trabajo donde se realizó la investigación.
8. Las publicaciones deben respetar el derecho a la privacidad de las personas con trastorno mental; no se deben utilizar descripciones, fotografías y otros detalles que contribuyan a su identificación salvo autorización del mismo, sus padres o tutor.



9. El manuscrito se presentará en papel bond, tamaño carta, impreso por un solo lado y con la debida numeración de páginas en la esquina superior derecha.
10. Las referencias bibliográficas se enumerarán consecutivamente siguiendo el Sistema de Orden de Mención (Citation-order-system) en una lista titulada “REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS”. Se identificarán en el texto mediante números arábigos entre paréntesis del mismo tamaño que el texto. No se debe usar notas al pie de página.
11. La longitud del manuscrito no sobrepasará la cantidad de 20 páginas.
12. En caso de que el artículo sea presentado por dos o más autores, se deberá presentar una nota en la cual se señale expresamente el nombre y orden de los autores. Esta nota y la solicitud de publicación debe venir firmada por todos y cada uno de los autores del artículo.
13. Por cada artículo que se publique, el autor (es) recibirá (n) 5 ejemplares de la revista.
14. Las opiniones emitidas en los trabajos que se publican son de responsabilidad exclusiva del autor (a) o autores (as)
15. El Comité Editor se reserva el derecho de aceptar o rechazar los trabajos sometidos para su publicación.
16. Todos los artículos son analizados y revisados por el Consejo Editor quienes determinan si el manuscrito cumple con los lineamientos establecidos. Luego se procede a enviar el trabajo a dos revisores anónimos, que no conocerán el nombre del autor o autores del artículo.
17. Todos los trabajos aceptados para publicarse, pasan a ser propiedad de la Revista Cúpula. No se devolverá el manuscrito al autor (es), quien debe guardar copia de su trabajo, el Comité Editor no se hace responsable de daños o pérdidas del mismo.
18. Sólo se recibirán aquellos artículos que cumplan con el formato y la temática indicados. Los artículos que no se ajustan serán devueltos.
19. Los artículos se deberán enviar o entregar a la siguiente dirección: Comité Editorial “**Revista Cúpula**”. Biblioteca Médica Dr. Gonzalo González Murillo Hospital Nacional Psiquiátrico, Pavas. Telfax. 22-90-26-44. Correo electrónico: **bmpsiquiatrico2304@gmail.com**