



Miedo al Cambio

July 19, 2007 By [Juan Carlos](#)

Artista: Nelly Furtado /Canción: Try/País: Canadá

Aquellas personas que no están dispuestas a pequeñas reformas, no estarán nunca en las filas de los hombres que apuestan a cambios trascendentales. Mahatma Gandhi

Cambio, es darse cuenta a tiempo de que la vida todos los días te hace nuevas preguntas y de que tus respuestas no pueden ser las mismas. Vasquez D. R. D.

El cambio es una de las cosas que más temor me da desde mi diagnóstico. De un momento a otro mi vida dió un vuelco inesperado y aunque ya me he recuperado y he vuelto a sonreír... sé que las cosas ya no serán iguales jamás.

Después del cambio, viene un proceso de adaptación... en el cual todos debemos escoger las mejores opciones que a nuestro parecer sirvan para atravesar este nuevo camino de la mejor manera. A veces desearía que el avanzar por medio del árbol de las decisiones fuera mucho más sencillo, hay cosas fáciles de hacer... buscar Doctores, dejar de pasar malas noches, hacerse los exámenes, educarse sobre este tema... pero ¿qué hay de las cosas que resultan verdaderamente difíciles? ¿qué hay de los momentos en los que tememos terror al cambio?.

YO sabía que tenía terror al cambio a raíz de mi diagnóstico. He hecho cosas para enfrentarlo como dar testimonios, poner un blog hablando sobre mi vida y mi experiencia... he visitado médicos y abiertamente he dicho mi estatus al momento de enfrentar alguna molestia de salud, le conté a mis amigos y mi familia sobre mi estatus. Uno diría que lo he enfrentado bien. Pero aún tengo miedo al cambio. Hay ciertas decisiones que no he sido capaz de tomar.... por temor a las consecuencias.

A continuación algunas de las cosas que no he podido cambiar...

Cambiar de Doctora.

En Ecuador a diferencia que en USA uno no puede escoger la doctora que nos atiende. El sistema la asigna y tenemos que aceptarlo. En mi caso de los tres doctores que atienden en el Hospital del Seguro Social, me recomendaron con la que es especializada en Hiv y tiene más años de experiencia. Sobre los otros ya les comenté en un post anterior.

Creo que debería cambiar de doctora... cada vez que voy a la cita ella nunca se acuerda ni de

como me llamo, no se acuerda de mi estatus, es más... más de una ocasión ha tenido dudas sobre si soy Hiv+ o no. A pesar de haber dado positivo en dos exámenes... varias veces ha estado a punto de volverme a pedir un examen de Western Blot. Ella no entiende que es cruel que me haga pasar otra vez por lo mismo... haciendome pensar que "talvez" no esté infectado... para luego hacerme el dichoso examen y volver a recibir el shock de saber que sí tengo el virus en la sangre. Eso es algo muy cruel de su parte.

Ella no lleva notas de mis reuniones, la última vez que fuí me preguntó por qué no iba desde mi primera cita, mi mamá le tuvo que decir que ya habíamos tenido una cita intermedia... pero la Doctora ni se acordaba....en la cita que ella había olvidado se dió cuenta que no me hicieron algunos exámenes como el de la Hepatitis C y otros más... y me lo volvió a repetir en esta última cita "¡uy! ¡¡no tiene el exámen de la Hepatitis C!! y no le han hecho el examen de acá ni el de allá!!". Pero eso ya me lo había dicho un mes antes.... placía darle una bofetada. El acabose fue cuando ella le dijo a la enfermera: "¿Si ve? ¡¡¡por eso es que trabajamos mal aquí!!! estos exámenes no son del Sr...". Y literalmente casi me muero ahí mismo.... ¡¡¿Cómo es posible que dos meses después de haberme dado mis primeros resultados... me digan que no son míos?!!! ¡¡¡Desgraciada!!!. Mi mente voló... el examen de carga viral que no me he hecho.... el examen de las enfermedades venereas que supuestamente estaba sin novedades... pero que ahora decían que no era mio..... mi examen de CD4 que decía que estaba en excelentes condiciones... pero que ahora decían que no era mio..... los exámenes de sangre, los de heces, orina....todos decían que estaba bien.... pero ahora decían que no eran míos. "Pude haberme muerto en estos meses... y ellos no lo habrían notado...." - fue lo primero que pensé. Y mi cuerpo comenzó a reaccionar... comence a temblar... a transpirar... temor al cambio... temor a que ahora me dijeran que todo aquello que creía saber sobre mi salud era falso.

Al final, resultó que solo uno de esos exámenes pertenecía a otra persona y que los demás si eran realmente míos... tuve que presionarla y decirle "¡¡¡dígame si el examen de CD4 realmente es mio!!!". Está por demás decir que mi mamá quería abofetear a la Doctora y arrastrarla por el piso.... se lo tenía merecido, no se puede ser tan descuidado con la vida de las demás personas.

Aún así, no he cambiado de doctora, sé que debería... pero he escuchado que los otros doctores son peores... así que por ahora... por temor a lo que pueda pasar con otros doctores (a pesar de que ya tengo terror de lo que está pasando con esta doctora) he tenido y he decidido aguantar un poco más... esperando que la doctora reaccione y se dé cuenta que soy un ser humano con sentimientos y que su falta de profesionalismo no me ayuda... solo me altera los nervios.

Enfrentar las noticias.

Otra cosa que no he podido cambiar es el terror que he desarrollado hacia las noticias. Me pasa ahora amenudo que escribo a la lista de email de la Coalición Ecuatoriana de PVVS para llamarles la atención sobre su falta de acciones, su falta de iniciativa, su falta de resultados y de real compromiso en la lucha contra el Sida. Y siempre que alguien me responde... me da miedo... me da pánico... paso a veces medio día sin leer ese correo.... solo por temor a que algo de lo que digan me pueda herir. Ya no quiero ser herido otra vez. De igual manera cuando recibo emails de las personas de los bancos donde tengo deudas (que aún no se solucionan) a veces tardo un día

entero en leer sus correos o los sobres que dejan en mi casa... es más... tengo varios sobres que no he leído... y no sé que digan pero tengo terror de abrirlos. Sé que tengo problemas muy serios a nivel financiero.... y sé cuales son mis deudas.... sé que no hay mucho que pueda hacer para resolverlos pronto.... pero sé que esas cartas son para presionarme más y más... como si no tuviera suficiente presión en mi vida. Ya no quiero ser herido.

Dentro del miedo a las noticias está el miedo a lo desconocido e inesperado. Ya no contesto llamadas telefónicas ni en mi casa, ni en mi trabajo, ni a mi celular. Tengo temor que sean los bancos y sigan presionando... eso me deprime... arruina mis días y me trae más preocupación de la que ya tengo. Así que si alguien me llama a mi celular y no tengo su número grabado... no contesto. Si alguien me timbra a mi casa... no contesto. Si alguien timbra a mi trabajo... a veces no contesto o si me veo obligado a hacerlo... siento como mis manos se ponen heladas y sudan.

✖ También referente a las noticias es el temor cada vez que me hacen exámenes.... nunca me han gustado las agujas. Por eso el proceso de toma de muestras de sangre siempre me genera mucho estrés, nerviosismo y ansiedad.... pero la peor parte no es esa. La peor parte es que en el Hospital del Seguro Social ¡¡¡te dan tu propia muestra de sangre para que se la lleves a la doctora que hace el examen de CD4!!!. No sé si sea igual todas partes pero creanme que la primera vez que tuve mi muestra de sangre en la mano... fue un shock... me decía "Dios mio.. tengo mi futuro en mis manos... ¡¡¡LITERALMENTE hablando!!!...esta botellita de sangre se siente tan calientita... quién diría que tiene Hiv si parece igual a la de todo el mundo ¡¡¡¡¡...!!!!!! ¿y si se me coagula ahorita, antes de llegar dónde la doctora? ¿y si se me cae?? ¿y si la contamina por estarla cogiendo?". No me parece muy científico que nos den nuestra propia muestra de sangre para llevarla dónde el laboratorista... peor sin siquiera prepararnos psicológicamente.... los médicos del Hospital del Seguro Social en Ecuador no tienen en cuenta los temores ni las dudas de los pacientes.... ¡¡a ellos también place abofetearlos!! En todo caso, mientras llevaba mi primera muestra de sangre le tomé una foto.... muy pocas veces uno ha tenido la oportunidad de tomarle una foto a su esperanza de vida.... muy pocas veces puedes decirle al mundo "he tenido mi futuro en mis manos... literalmente hablando". En todo caso y espero no les incomode... pero hoy que tuve mi segundo examen de sangre me hicieron el mismo chistecito así aproveché para tomarle una foto a mi segunda muestra de sangre. Les presento mi esperanza de vida.

Cambio de entorno.

Mi hermana me sigue insistiendo que debo cambiar de trabajo. Mi trabajo no es malo, pero no es bien remunerado... no es un sueldo pésimo, pero no es lo suficiente para cubrir mis deudas... es menos de la mitad de lo que recibía el año pasado cuando decidí comprar varias cosas y endeudarme. Mucha gente me pregunta ¿qué hace un chico que habla inglés excelente, francés muy bueno, ruso y japonés básico y qué ha estado en cinco países en un trabajo que no le paga ni 200 usd mensuales?. Bueno, lo que hago es sobrevivir.... y evitar enfrentar otro cambio más. Tengo un profundo temor a los riesgos que implicarían cambiar de trabajo... nuevo jefe, nuevos horarios, nuevos desafíos... más riesgos... ¿y si me despiden? ¿y si se dan cuenta que voy seguido al hospital del seguro social y se les antoja averiguar por qué? ¿y si me piden una prueba de Hiv+ para aceptarme en el trabajo?. En Ecuador pedir pruebas de Hiv para aplicar a un trabajo es ilegal.... pero aún así sucede, como siempre en nuestros países nadie respeta las reglas ni los

derechos de los demás.

Así que acepté quedarme en un trabajo mal pagado...con un sueldo que no me permite pagar ni la mitad de mis gastos mensuales. Un trabajo dónde a pesar de tener buenas ventas mi sueldo no mejora... con horarios difíciles ya que me toca trabajar muchos fines de semanas y feriados... pero un trabajo que conozco, conozco la mecánica, conozco a mis jefes y ellos confían en mí... y con un horario entre semana que aunque sea malo... me permite ir a mis citas con mi doctora sin necesidad de pedir permisos ni despertar sospechas. Estos dos últimos puntos son buenos.... pero no son suficiente para subsistir. Por permanecer en este trabajo y no buscar mejores oportunidades de ingresos... he comenzado a perder todo aquello por lo que había luchado...

Antes de ser diagnosticado quería tener tarjetas de crédito, cuenta corriente y cuentas de ahorro para construir un buen historial crediticio, me compré una laptop y una computadora de escritorio, un plan para mi teléfono celular, me compré una Pocket PC... cosas que siempre había querido tener. De todas las tarjetas de crédito que saqué (4) ya no me queda ninguna habilitada... dos ya fueron canceladas por problemas de pago y llegué a un acuerdo con los bancos para liquidar la deuda en pagos mensuales. Hoy acabo de aceptar cancelar otra tarjeta más.... la ejecutiva de cuentas me dijo que con mis problemas de pago el banco no me renovarían la tarjeta... después de haberla mantenido por dos años. La última tarjeta... no la podré pagar tampoco... pronto debere pedir que la cancelen y llegar a un acuerdo con el banco también. Mi cuenta corriente está en cero desde hace varios meses... si no me la han cerrado es por suerte... tal vez sea lo siguiente que pierda. Mis cuentas de ahorro (5) también están en cero.... solo la cuenta en la cual me acreditan mi sueldo es la única que tiene algo de movimiento. Estoy atrasado con el pago de mi plan celular y me lo bloquean cada vez y cuando.... No he podido hacer los pagos mensuales de la computadora que me compré y la empresa me escribe y me llama a cada rato para amenazarme con acciones legales. La laptop debería haberla terminado de pagar por Febrero o Marzo 07, pero aún debo 100 usd...y para variar la bendita cosa se dañó. Lo único que pude pagar completamente (antes de ser diagnosticado) fue la Pocket PC.

Ningunas de mis deudas tienen que ver con el Hiv... ni es que el Hiv me haya generado gastos inmensos... para nada. Gasto poco en medicinas, mayormente vitaminas hasta el momento. Pero es el terror... el temor, el pánico que trajo el Hiv en mi vida lo que no me ha permitido buscar otras salidas a mi problema. Tengo temor, terror y pánico a los cambio. :(tengo que admitirlo.

Reacción ante las enfermedades.

Esta es en realidad una de las pocas cosas en las que no he dejado que el temor me detenga. Hasta ahora no me he enfermado mucho... solo diarrea aguda por una semana, una gripe, un episodio de sinusitis (el cual estoy comenzando a superar), problemas severos de caspa (que casi están bajo control) y desde hace tres días un episodio de Herpes Labial.... bueno, al parecer si he tenido unas cuantas molestias, ¿verdad?.

En todo caso, para tener 4 meses diagnosticado no creo estar tan mal. Me refiero a que el virus hasta ahora no ha traído nada nuevo a mi vida que afecte mi salud, solo ha despertado males antiguos que me afectaban. Tal vez el haber enfrentado al virus y aceptado mi condición ha sido lo

que al final de cuentas me ha ayudado a enfrentar las enfermedades que he tenido sin mucho temor. Hoy fui dónde el dermatólogo y le pedí que me prescribiera algo para el Herpes Labial ya que en lugar de reducirse, estaba expandiéndose. Por alguna razón se me hace difícil aceptar que ahora mi cuerpo no puede curarse a si mismo como antes... pero bueno, al menos ahora estoy decidido a que cualquier complicación que se presente la atacaré inmediatamente y no la dejaré pasar como solía hacer cuando pensaba estar completamente sano.

También he decidido que es momento de buscar mejores horizontes en mi vida y más amplios. Esta semana en mi empresa se atrasaron 3 días en pagarme el sueldo de la quincena. Eso me llevo a tomar una decisión... necesito cambiarme de trabajo. Necesito un trabajo mejor.. con o sin Hiv. Así que por primera vez desde hace un año ayer envié mis primeras 4 aplicaciones online para posiciones en otras empresas. Si todo sale bien... luego les podré contar como mejora mi vida... por ahora estoy haciendo lo poco que sé que puedo hacer... seguir avanzando y enfrentar el temor. Sé que los miedos me seguirán buscando cada cierto tiempo, pero mientras más los enfrente los iré derrotando... eso es lo que intento. Dicen que la mejor defensa es el ataque... ¡¡¡pues hacia el ataque voy!!!. Aún tengo muchas cosas que quiero hacer en mi vida... no permitiré que el temor, uno más de los aliados del Hiv me impida hacer aquello que siempre he querido alcanzar. Tampoco importa que haya perdido la mayoría de las cosas que con esfuerzo había alcanzado.... aún tengo vida y tengo salud (de una u otra manera)... así que el resto es solo cuestión de esfuerzo.

No dejaré que el miedo se adueñe de mi vida, mi mente y mi cuerpo. ¡¡Voy a pelear y sé que voy a ganar!! Después de todo este cuerpo y esta vida siguen siendo más... NO le pertenecen al dichoso virus... así que más le vale que salga de mi camino.