

# Novedades

August 14, 2007 By [Juan Carlos](#)

---

“La vida es alhaja que no se halla si se pierde”. Calderón

“Así como el sabio no escoge los alimentos más abundantes, sino los más sabrosos, tampoco ambiciona la vida más prolongada, sino la más intensa”. Epicuro

“Quien no ama la vida, no la merece”. Anónimo

Hoy tuve mi cita con la Dra. Como siempre dormí poco, solo 3 horas ya que ayer salí a conversar con Diana Patricia en la noche y llegué a cocinar algo de comer. Me desperté a las 4 am para poder salir de mi casa a las 5am y llegar al Hospital pronto. Siempre he odiado la necesidad de despertarme tan temprano para hacerme atender.... ¿no se supone que si estoy enfermo me hace daño el frío de la madrugada?. Pero quién les hace entender a los del Seguro Social.

Llegué al Hospital a las 5.30 am. Para el momento en que llegué ya era el segundo en espera. Hay gente que madruga mucho... Estaba un poco nervioso, hoy tenía que ir a ver mis exámenes a ver si por fin me daban la respuesta sobre la Hepatitis C y cual era mi nuevo CD4. Sobre esto estube muy nervioso ahora último, pero el hablar con Claudia me ayudó. Estaba más calmado... sea lo que fuere... sé que lo podría afrontar... o al menos lo intentaría. Otro temor era que la empresa donde trabajo estaban atrasados con la última aportación de mi suscripción al Seguro Social y pensé que no me atenderían.... pero me dije a mi mismo: "si no me atienden, al menos veré mis exámenes... después de todo... esta Dra. nunca se acuerda ni como me llamo". Los exámenes eran la prioridad y no me iría de ahí sin por lo menos saber que decían.

Me tocó el turno 2. ¡Obvio!. :) Pero no aparecía en pantalla así que me tocó seguir el largo proceso de ir de ventanilla en ventanilla a que alguien me diga dónde me podían ingresar mi cita en el sistema y que certificaran que mi empresa seguía aportando al Seguro Social, claro que si me negaban el acceso por lo del retraso de mi empresa.... no hubiera podido hacer nada. En fin... bueno, las cosas salieron bien, después de subir aquí, bajar allá... hablar con pepito, fulanito y sutanito... me dieron mi carpeta para que la haga sellar.

Fue raro... la comencé a ver... con curiosidad, en el Seguro Social no dejan que los pacientes revisemos nuestras carpetas... y es más a veces no nos dejan ni ver nuestros exámenes, así que tener la carpeta en mis manos... era tener la historia de mi vida con esta enfermedad. Tenía curiosidad de ver mi %CD4 que es el ratio de células de defensa que tenemos en la sangre comparado con el global que deberíamos tener. No lo encontré... ¿qué raro no?. Encontré una información que hacía referencia a la "relación CD4/CD8". Sobre esto pueden encontrar más información [aquí](#). Y de repente...mientras ojeaba mi carpeta... lo volví a ver. Tal como la primera vez... Mi primer examen de diagnóstico.

No les voy a negar que me tocó el corazón y un sentimiento de pena me rodeó... no pena por mi, sino por el inmenso dolor que el desdichado papelito trajo a mi vida durante los primeros meses de mi diagnóstico. Lo miré y volví a leer... "POSITIVO". Que menos los de ese laboratorio... un examen rápido de Hiv no puede dar "Positivo" da ¡¡reactivo!! Algún día se los diré en la cara... para que aprendan que la ignorancia no es un derecho. Viré la página...y la encontré....la carta del Instituto de Higiene dirigida al Seguro Social confirmando mi diagnóstico como Hiv+ después del exámen de Inmunofluorescencia Indirecta (IFI). Ajá... soy Hiv+. Esta carta no la leí porque el sentimiento de pena me comenzaba a abrumar y quise llorar...no mucho.... solo un poco. Cerré la carpeta... me limpié las lágrimas, respiré hondo... y volví a levantar la cabeza alejando a la tristeza de mi. Porque así es como vivo hoy... con la cabeza levantada. A veces con lágrimas en mis ojos... pero con la cabeza siempre levantada. Estaba en la fila para hacer sellar la carpeta y preferí concentrarme en eso... en mi presente y mi futuro. Mi pasado... ya quedó atrás.

Para cuando terminé con todo y fuí a dónde la Dra... ya iban por el turno 4. Me tocó esperar pero no tardaron mucho en atenderme. En la mañana antes de ir al hospital había estado pensando que quería hacer nuevos amigos. Durante las subidas y bajadas de los tramites estube con algunos otros pacientes de mi Dra (básicamente porque estaba completamente perdido y no sabía que hacer ni dónde ir para realizar los trámites). Pero todos eran callados... o talvez yo soy muy serio... no lo sé. Pensé que talvez al final de cuentas como soy nuevo... no les resulto conocido o mi cara seria no parece amigable. Estaba parado en la puerta cuando un Sr. me comenzó a preguntar si venía de afuera de la ciudad. Y conversamos. Él viene de Babahoyo, una población cercana a mi ciudad, tiene 3 años viviendo con Sida y en realidad no lo parece, al igual que todos nosotros.... es una persona que tu ves en la calle y ni siquiera te imaginas que puede estar infectado. Eso es bueno.

Me contó brevemente algo sobre su historia... como llegó al hospital hace tres años en camilla sin poder moverse y como ha podido vencer los riesgos de la enfermedad y como ahora su vida es mejor, más llena y feliz. Yo le comenté poco sobre mi, lo reciente de mi diagnóstico y de repente me llamó la Dra. así que no pude conversar mucho con el Sr. pero al menos los demás pacientes ya sabrán que yo no muerdo, solo soy serio.

Una vez dentro encontré a Ericka junto a mi Dra. Ericka es psicóloga y trabaja para la Fundación VIHda dando asesoría a los pacientes del Seguro Social. Compartimos con ella al facilitar en una sesión de sensibilización de las que participé. Me saludó y me dijo: "Oye, yo estoy dando clases en la Universidad Estatal en la parte de psicología y estamos viendo la parte del desarrollo del ser humano en la adolescencia y los riesgos a los que se enfrenta. Le dije a Claudia para ver si uds. dos van a dar una charla de sensibilización a mis alumnos de la Universidad". Por un momento me quedé pensando... es una charla en mi ciudad, con gente de similar edad a la mía (ok... no tanto pero casi). Podría conocer a alguno de ellos. Pero el hablar sobre el virus salva vidas... y más allá del temor... debemos salvar más personas. Y bueno, con algo de miedo... le dije que sí lo haría, eso será en Septiembre.

Me llamó mi Dra. comenzamos a conversar, le dije que tenía exámenes pero que los habían buscado y no los encontraban. El ayudante mencionó que los exámenes ellos ahora también los podían ver por internet (vaya.... que modernidad...lástima que no me den la clave). Y bueno buscaron pero no había nada... que desastre... la ansiedad por saber mi nuevo CD4 era mortal. Mi exámen fue hace casi un mes... ya debería estar listo. Me volvió a confirmar el número de mi cédula y oh sorpresa... había escrito mal... al corregirlo, dió con mis exámenes. Ya sé cual es mi nuevo CD4 (tomado el 19 de Julio del 2007).

Mi CD4 es....



¡¡¡¿No es genial?!!! Casi me muero de un infarto, mi Dra. me felicitó tomando en cuenta que mi anterior CD4 era 494 y me dijo que no tengo que descuidarme sino seguir adelante para poder retrasar lo más posible la terapia antiretroviral. Poco más y hacemos fiesta. Mis números están super bien.... y aunque no tienen respuesta de mi exámen de Hepatitis C (todavía....) ni de los otros exámenes de enfermedades de transmisión sexual, la Dra. me dijo que ella cree que serán todos negativos. Yo saltaba.... brincaba.... es más, hasta cariño le cogí a mi Dra. que tantos dolores de cabeza me ha dado. ¡¡¡Hoy fue un gran día!!! y aunque sé que esos números no son para siempre... hoy son míos y para mí están bien... ¡¡re bien!!!.

Mis exámenes están casi perfectos solo me hace falta bajar los triglicéridos que están elevados así como el colesterol. Me reuní con la Nutricionista (ya era hora ¿verdad?) y me puso a dieta... casi no me dejó nada que pudiera comer :(( ...me refiero a nada de comida chatarra...buuuu :( ..... Pero bueno el esfuerzo vale la pena... ahora menos hamburguesas, menos carne roja, menos frituras y muchas más verduras, no problem... yo tengo estomago para todo. Ah y tengo que ver la forma de caminar al menos una hora diaria para bajar un poco de peso y ayudar a la metabolización de las grasas. Apenas salí de dónde la Dra. llamé a mi mamá y luego a mi hermana... hay gente importante a la que tenía que contarle la noticia :) las buenas nuevas... y por supuesto me acordé de uds.

Bueno esas son mis novedades.... como ven... hay días como hoy que el sol brilla intensamente y a veces me hacen pensar que nuestras buenas obras... sin reciben atención desde el cielo. Mi siguiente paso es disfrutar de mis 659 células de defensa y llevarlas a pasear, alimentarlas bien y hacerlas ejercitarse.... y poco a poco... comenzar a hacer consciencia que mi felicidad no debe depender de mis exámenes

tampoco, porque con el tiempo mis números descenderán... bueno... eso será con el tiempo, pero al menos estos 659 que tengo hoy... ¡¡¡me los festejaré toditos!!!!.... en mi casa y con una rica comida casera :) hecha por mi y para mi.

Ahh... no, aún no sé mi carga viral.... no me han respondido nada de mis correos y de hecho los últimos ni los han publicado en la lista de la coalición. De esas novedades me encargo luego. Les dejo, un fuerte abrazo.

---

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.

<http://beta.docker.poz.com/blog/novedades>