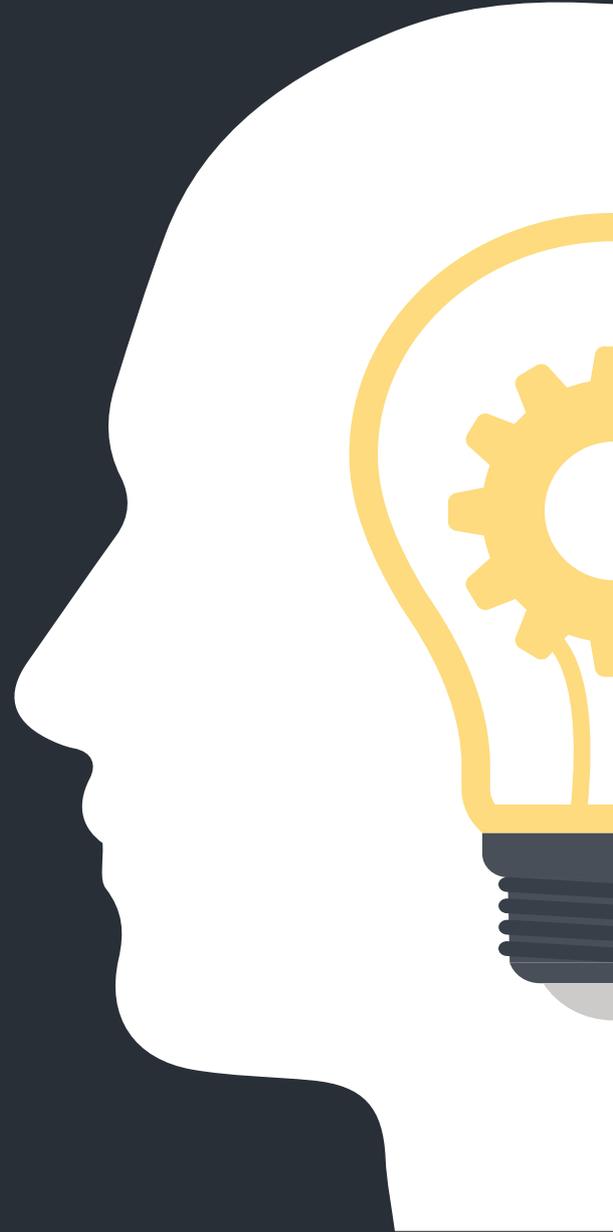


¿A QUÉ VELOCIDAD VAMOS EN NUESTRAS VIDAS?

¿Cuáles son tus prioridades?



Soy médico, y todo comenzó un domingo 9 am, y de pronto un dolor de cabeza intenso detrás de mi oreja izquierda, con molestias en el ojo izquierdo, tendencia a caerme al lado izquierdo y un hormigueo en la mitad de la cara izquierda, dominaron el cuadro clínico. Asistí a un hospital del segundo nivel y descartaron un accidente cerebro vascular (ACV) hemorrágico (sangre en el cerebro), iniciando el tratamiento clásico de un ACV isquémico (infarto o tejido sin sangre y oxígeno). Para el lunes por la mañana el cuadro se agravó, siendo referido y hospitalizado en un hospital del tercer nivel en el servicio de neurología con el diagnóstico definitivo al alta de Infarto bulbar, conocido como el Síndrome de Wallemborg.

¿Qué factores de riesgo propiciaron este cuadro clínico, en un adulto joven de 42 años? Analizando con detenimiento esta pregunta, me quedo con el siguiente orden de importancia:

1. Hipertensión arterial mal controlada.
2. Nivel de estrés 9/10
3. Hipoplasia de la arteria vertebral izquierda
4. Incremento de peso: 5 kilos en 3 meses aproximadamente
5. Inactividad física por desgarró muscular
6. Alto consumo de café
7. Disminución de horas efectivas de sueño.

Durante mi hospitalización pude experimentar lo que siente un paciente, ya sea para los diferentes procedimientos médicos a los que fui sometido como: tomografía, resonancia magnética, angio TEM, ecocardiografía, holter, punción lumbar, entre otros y de las decisiones en la visita médica, con el incremento de medicamentos para manejar el cuadro clínico. Además se me realizaron diferentes exámenes de laboratorio, para descartar si mi sangre formaba coágulos, si mi cuerpo me desconocía (trastorno autoinmune) y si tenía problemas metabólicos o infecciosos.

Después de 8 días hospitalizado, me dieron de alta con los diagnósticos mencionados y actualmente me encuentro en rehabilitación por tener dificultades para caminar, visión doble y trastornos sensitivos (la mitad de mi cuerpo no siente el frío, el calor y el dolor). Podría decir que estoy con evolución favorable.

Pero entremos a los temas reflexivos. Mi condición de enfermedad ¿movilizó a mi familia, amigos cercanos y entorno?

La respuesta SE PODRÍA RESUMIR QUE SÍ. Tuve muchas visitas en los diferentes días que estuve hospitalizado y en mi casa en el proceso de rehabilitación. Tuve la oportunidad de recibir muchas llamadas, mensajes por WhatsApp, y otros deseándome pronta recuperación. Un tema que me hizo pensar fueron las diferentes cadenas de oración en las cuales me incluyeron por mi tema de salud, y que agradezco infinitamente.

Mi enfermedad afectó mi agenda académica, dejando de realizar 6 conferencias programadas en junio, estando pendientes de realizar. Además de no asistir a oportunidades de capacitación y reuniones en el instituto nacional de la calidad (INACAL) y en EsSalud.

Mi enfermedad afectó mi agenda laboral, dejando mi rutina en el servicio de Patología Clínica, en las áreas de hematología, bioquímica y proyectos pendientes. Además de acompañar a mis residentes dentro de mi rol de mentor.

Mi enfermedad afectó mis actividades societarias, dejando de participar de reuniones importantes, más aun en vísperas del próximo VII Congreso Nacional en julio.

Mi enfermedad afectó mis actividades en investigación, dejando de redactar un artículo muy interesante sobre la Medicina del Laboratorio. No me permitió concluir un protocolo para presentarme en un fondo concursable.

Pero lo que más afectó, obviamente, fue mi vida familiar, no estuve en la actuación por el día del padre en el colegio de mis hijas y mi ausencia paterna en el hogar fue evidente.

Todo lo mencionado podría resumirse en que no tuve un control adecuado sobre mis actividades cotidianas y quizás me deje llevar por esa adrenalina y mis niveles de cortisol se dispararon, asociado a mi HTA mal controlada, terminando en un ACV isquémico, cuyo infarto le pisó los cayos al núcleo de la respiración en mi bulbo. Todo lo que hacía valía la pena?, quienes quedarían en orfandad si hubiera tenido otro desenlace?...

Entonces llegamos a la pregunta del ensayo: **¿A qué velocidad vamos en nuestras vidas? ¿Cuáles son nuestras prioridades?** Este tornado de compromisos familiares, laborales, académicos, societarios y en investigación; dejan un enorme vacío en su interior: **YO.**

Reflexionando en todos esos compromisos, ¿dónde estuve?, ¿en qué momento me detuve a preguntar por mí?, ¿cuándo dije es ocasión de engreírme?, ¿en qué instante me detuve a pensar que merecía algo?

Pongan una pausa, analicen en qué segundo o minuto piensan en ustedes, en qué instante ese cerebro y cuerpo se toman un espacio para descansar en su contribución familiar, laboral y a la sociedad. Ahora pienso diferente y es momento de engreírme. Pero primero debo bajar 15 kilos; además de comenzar a tomar medicamentos de por vida. Cambios familiares, laborales y contributivos.

Reflexionen...

El filósofo chino sueña con un ojo abierto, considera la vida con amor y dulce ironía, mezcla su cinismo con una bondadosa tolerancia, y alternativamente despierta del sueño de la vida y vuelve a adormecerse, pues se siente con más vida cuando está soñando que cuando está despierto, con lo cual invierte a su vida en vela de una cualidad de mundo de ensueños. Ve con un ojo cerrado y otro abierto la inutilidad de mucho de lo que ocurre a su alrededor y de sus propias empresas, pero conserva suficiente sentido de la realidad para decidirse a seguir adelante. Rara vez se desilusiona, porque no tiene ilusiones, y rara vez se decepciona, porque nunca ha tenido esperanzas extravagantes. De esta manera está emancipado su espíritu.

La importancia de vivir - Lin Yutang

Dedico este ensayo a mi esencia: Sonia, Said, Samara y Mariet.



Cuán preciosa, Dios, es tu misericordia!, por eso los hijos de los hombres se amparan bajo la sombra de tus alas!

Salmo 36, 7