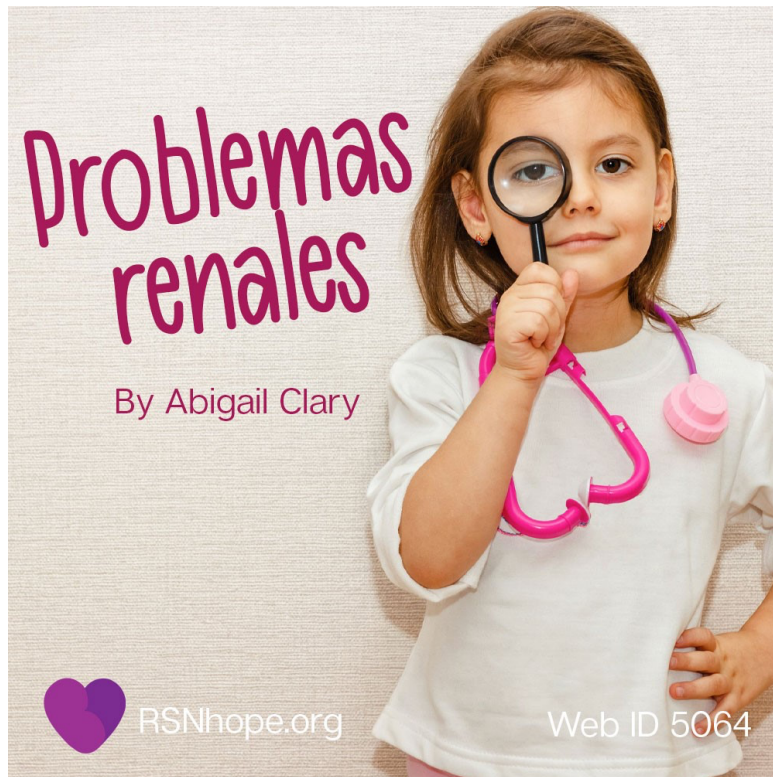


## Problemas renales de Abigail Clary



Tengo problemas de  
riñón.

A los 3 años, esa fue mi declaración a mi nefrólogo de por qué había venido a la clínica ese día. Demasiado joven para recordar cómo esta condición entró en mi vida como un subproducto de un defecto cardíaco congénito, todo lo que sabía era que los problemas renales significaban que no llegué a ser como la mayoría de los niños en edad preescolar. Significaba ser sobornada con monedas de veinticinco centavos para que tomara medicamentos. Significaba que, en lugar de subirme al juego del patio trasero, tenía que ir al médico y hacerme pruebas,

ninguna de las cuales fue agradable. Sin embargo, en lugar de estar molesta, mi madre me dijo que aprendí a sobrellevar mi enfermedad haciéndome cargo de mis citas médicas y, a través de eso, de mi salud.

Es cierto que la perspectiva de que una niña de 3 años se haga cargo de sus propias citas médicas suena como un negocio arriesgado. Sin embargo, mi mamá es enfermera y sabía que la participación temprana era necesaria para prepararme para el cuidado de por vida que requiere la enfermedad renal, así como para obtener una sensación de poder en una enfermedad impredecible. Empezó de forma sencilla, enseñándome a recitar los nombres de los medicamentos que tenía que tomar, junto con sus propósitos (¡problemas renales!). También aprendí a identificar las ubicaciones de los riñones en mi cuerpo e insistí en que los técnicos de ultrasonido giraran la pantalla de la computadora hacia mí para que pudiera ver los órganos por mí mismo. Cuando mamá sacó las carpetas azules llenas de resultados de laboratorio para revisarlos con el nefrólogo, observé sus interacciones para asegurarme de que todo estaba bien. Estas actividades, aunque pequeñas, fueron importantes ya que sentaron las bases para que yo pudiera hacer frente al darme pequeñas cosas que podía controlar. Pequeñas cosas que solo crecerían.

Alrededor de los 8 años, mamá me dejó deslizarme en el asiento del conductor y hacerme cargo de mis citas. Cuando llegaban los días de la clínica, yo era quien abría el camino, lista para



abordar la agenda que mi nefrólogo y yo habíamos elaborado. Después de repasar la lista de medicamentos, llegaríamos a mi parte favorita: revisar mis resultados de laboratorio. Con mi nefrólogo sentado en un taburete frente a la computadora y yo sentado en una silla cercana, bromeábamos sobre varios valores que había aprendido: "La creatinina se ve bien". "La proteína en la orina es un poco alta". Luego, sacaba la hoja de ecuaciones de GFR mientras mi nefrólogo tocaba los botones de la calculadora de su reloj de pulsera para revelar los resultados. Ambos entendíamos que podía hacer frente a la enfermedad renal si podía comprender sus efectos y las implicaciones del tratamiento para mí, por lo que nos veíamos como socios iguales. Me habló directamente a mí en lugar de a mi madre, y me permitió ayudar a tomar decisiones sobre el tratamiento, aunque él y mi madre tenían la última palabra. Lento pero seguro, estaba sobreviviendo a la enfermedad renal y creciendo para prosperar.

En la escuela secundaria, cuando mi función renal decayó repentinamente, fue un golpe inesperado que nadie vio venir. Hicimos nuestra agenda como de costumbre ese día, y luego llegó el momento de decidir un plan de tratamiento. En una decisión mutua, mi nefrólogo y yo acordamos que discutiríamos todo juntos, pero yo tendría la última palabra con respecto a todo lo relacionado con mis riñones. Además, mis padres acordaron respaldar mis decisiones. Esos acuerdos simbolizaban cómo la estrategia que había usado para hacer frente a la enfermedad renal había dado lugar a dos hitos importantes. La primera fue que me había ganado la confianza de mi nefrólogo en mi capacidad para sobrellevar la situación lo suficientemente bien como para poder tomar la última decisión sobre las decisiones médicas. La segunda fue que estaba lista no solo para sobrevivir con la enfermedad renal, sino también para hacerme cargo de ella y prosperar.

No tengo que pasar tanto tiempo en las citas médicas como cuando era niña, pero hacerme cargo de las citas de nefrología sigue siendo una estrategia de afrontamiento que utilizo hoy en día. Es uno que recomendaría a cualquier persona que experimente una enfermedad renal, ya sea que haya sido diagnosticada recientemente o que haya tenido una enfermedad renal durante años. Cuanto más pueda demostrarle a su equipo de atención médica que comprende lo que sucede en su cuerpo, mejor será a largo plazo para su bienestar físico y mental. Por supuesto, esta estrategia no surge de la noche a la mañana. Pero una vez que comienza a desarrollarse, puede usarse entre el arsenal de mecanismos que ayudan a lidiar con esos problemas renales.

