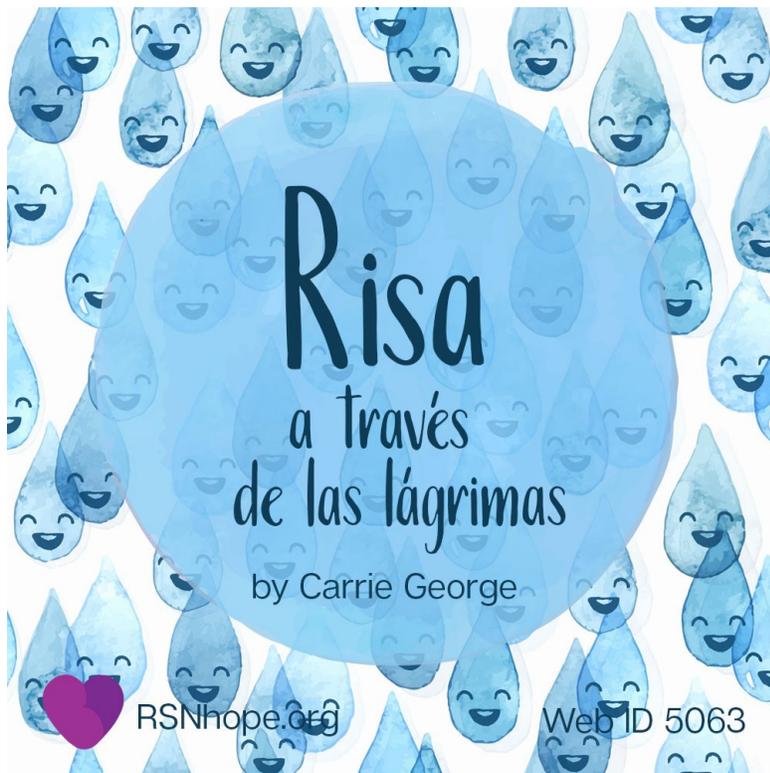


Risa a través de las lágrimas de
Carrie George



Al aceptar el premio Mark Twain, Jon Stewart dijo: “La comedia sobrevive cada momento”. Se ha demostrado científicamente que la risa y la sonrisa reducen los niveles de estrés, fortalecen el sistema inmunológico, reducen el dolor y aumentan la positividad. Cuando descubrí por primera vez que mis riñones estaban fallando, estaba estresada (lo que aumentó más mi presión arterial). Me acosté en una cama de hospital durante tres días y noches sin dormir, escuchando las reposiciones de los “reality shows” y llorando intermitentemente por mi nueva realidad. Era como si estuviera en un túnel largo y oscuro y alguien acabara de apagar la última vela.

Durante el mes siguiente, apenas podía levantarme de la cama la mayoría de los días, un efecto secundario de todos los medicamentos que tomaba. Fueron innumerables siestas durante el día, y luego estar despierta en las horas oscuras de la noche sintiéndome asustada y afligida por la vida que pensé que iba a tener. Las horas se convirtieron en días, los días en semanas y las semanas en meses. El ciclo siguió repitiéndose entre numerosas visitas al médico y recargas de recetas.

Luego, lentamente comencé a leer todo lo que pude sobre la enfermedad renal y me uní a algunos foros en línea sobre enfermedad renal y diálisis. Durante una de mis muchas noches de desplazamiento, me encontré con un anuncio de la caminata “33 millas en 30 días” de la organización National Kidney Foundation. Decidí que podía caminar al menos una milla al día durante un mes, promover la concienciación sobre la enfermedad renal y recaudar fondos para la organización. Ese fue el primer paso literal de volver a encender mi luz.

El siguiente paso fue hablar por teléfono con una de mis amigas más queridas. Ella preguntó, “¿Cómo estás?”



Respondí, “Estoy aguantando, excepto que mi cuerpo no puede prosperar nuevamente. Ahora, además de todo lo demás, estoy estornudando cada dos minutos y medio debido a las alergias. He estado fallando en prosperar desde que nací; cuando era un bebé, tuve ictericia y casi tuve que volver al hospital. Así que, lo de siempre.”.

Mi amiga inmediatamente comenzó a reírse histéricamente. Eso, a la misma vez, me hizo reír tanto que me dolieron los puntos de una cirugía reciente en el puerto de diálisis. Incluso a través de mi dolor me sentí más leve; el resto de mi dolor físico disminuyó, e incluso logré sonreír. Fue un momento especial. Ambos nos dimos cuenta de la ironía y la hilaridad de mi situación; nos reímos del tipo de risa que te hace enjugar las lágrimas. Este fue uno de los primeros momentos en los que sentí que podía comenzar a arrastrarme por mi nueva montaña de desafíos.

Mi estrategia para combatir esta horrible enfermedad: encontrar algo de lo que reírme todos los días. Puede ser el hecho de que me puse la camisa al revés, o que mi máquina de diálisis es delicada como un bebé recién nacido, o que usé un abrigo de invierno durante toda la primavera debido a mi anemia. Le dije a mi esposo que todas las damas con abrigo de invierno durante la primavera eran amigas mías. Luego dábamos paseos y veíamos cuántos “amigos” podíamos contar. Era algo de lo que podíamos reírnos y sacar lo mejor de una situación miserable. La risa hace soportables los momentos insoportables.

A medida que continúo en este viaje renal, espero poder traer luz y risas al mundo. La alegría que encuentro al hacer reír a los demás mantiene mi llama encendida en lo que puede ser un túnel muy oscuro y retorcido. El alivio de la risa me hace olvidar las facturas médicas que se acumulan y el dolor de cadera por la colocación del catéter. Reír entre lágrimas me da la fuerza y la esperanza de sentir que vale la pena luchar por la vida. Como dice el personaje de Dolly Parton en Steel Magnolias, “La risa a través de las lágrimas es mi emoción favorita”.

