

Mi nombre es Rene Lira, tengo 42 años de edad y 17 años de casado, Alejandra mi esposa y yo contamos con la fortuna de tener 2 hijas, de 16 y 12 años respectivamente.

Hasta hace algunos años, además de desconocer lo que significaba sufrir un Trastorno mental (o, como erróneamente se dice, "estar loco"), creía que las personas que sufren esta enfermedad podían controlarla voluntariamente y que si no lo hacían era porque no querían y estaban destinados a vivir como vagabundos en las calles.

Al vivir la experiencia con mi esposa, quien sufre del Trastorno Obsesivo Compulsivo, luchando día a día por darnos todo su amor y controlar lo más que puede su enfermedad, mi concepto sobre esta enfermedad y quienes la padecen ha cambiado. Pero la estabilidad de mi hogar y la verdadera comprensión de lo que mi esposa sufre por su enfermedad, y mis hijas, junto con ella, se logró al tomar el curso de Familia a Familia en Ingenium.

Días antes de casarnos, mi suegra me advirtió que el carácter de Ale era muy difícil, que ni siquiera ella sabía cómo llamarle la atención y me preguntó si estaba seguro de casarme con su hija y le contesté que sí; estaba y estoy realmente enamorado de ella y lucharé con ella hasta el fin.

Al año y medio de casados nació nuestra primera hija, quien desde pequeña demostró ser muy inteligente y sociable, además de una gran empatía con mi esposa. Mi esposa fue muy estricta en la disciplina con ella y me pedía que yo también lo fuera. En ocasiones me comentaba que no sabía porque era tan estricta, que le gustaría ser más condescendiente como el resto de las mamás, y argumentaba que tal vez era así porque así la había enseñado su mamá. En una ocasión llegó un paquete a la casa y le pregunté que era, simplemente me dijo que lo anunciaron en la televisión, proporcionó el número de tarjeta y pasó, y pues se lo enviaron, así empezaron a suceder las compras impulsivas, hasta que la tarjeta llegó al tope.

Tres años después, nos embarazamos de nuestra segunda hija.

La exigencia de mi esposa con mi segunda hija fue un poco menor, cambiando incluso la técnica de evaluación de resultados respecto a las obligaciones y responsabilidades de nuestras hijas.

El deseo por la intimidad, fue disminuyendo en ella cada vez más y sus estados depresivos aumentaban. Suponíamos que era por el cuidado de las dos niñas y la carga de trabajo que yo tenía. De aquí que nos recomendaron ir con una Psicóloga. Estuvimos yendo varios meses pero siempre nos comentó que lo nuestro era un problema conyugal. Seguía pasando el tiempo, y empecé a observar que le tomaba mucho tiempo vestirse para salir a una reunión; no le gustaba una cosa y se la cambiaba, no le gustaba algo más y cambiaba todo el atuendo y empezaba de nuevo. Si la casa no estaba totalmente recogida, no podíamos salir, al grado que si estaba sucio el carro, ella lo lavaba.

Nos inscribimos al curso del Movimiento Familiar Cristiano Católico para ver si nuestras diferencias conyugales se resolvían. Cuando las reuniones eran en nuestro Hogar, ella nos hacía que literalmente volteáramos los sillones para que no hubiera polvo de bajo de ellos y garantizar que no hubiera telarañas. Aunque la casa era chica, siempre encontró la manera de acomodar la sala y el comedor de una manera distinta para cada reunión para romper la monotonía y que vieran que la casa estaba totalmente limpia. Lo que ahora sé que es un síntoma de su enfermedad, la obsesión por la limpieza, en ese momento provocaba crisis, y estas se seguían presentando.

Realmente me empezaba a desesperar esta actitud, y aunque ella me decía que era involuntario, me era muy difícil creerle. Se complicó esta situación al empezar ella a tener cambios de actitud más notorios, es decir unos días andaba súper buenísima onda, con una alegría enorme y no había poder humano que detuviera sus planes. De repente, amanecía deprimida y todo era un obstáculo para sus planes y mandaba todo a volar. Ante el desconocimiento de su enfermedad, esto realmente me frustraba.

Nuestra vida matrimonial y económica iba en detrimento, ella continuaba gastando mucho, todo era "Urgente" y sus estados depresivos iban en aumento, por lo que en varias ocasiones tuve que salir del trabajo para ver que le pasaba lo cual retrasaba mis proyectos y frenó mi crecimiento profesional y a ella la ansiedad y el no saber qué pasaba dentro de sí la atormentaba cada vez más.

La frustración fue muy grande para mí e incomprensible para ella. No podía comprender como no solamente se había gastado el dinero, no había respetado los acuerdos, todos los planes se fueron a la basura, y además un gran endeudamiento con un salario reducido.

Aquí empezamos nuestras pláticas de una separación, con un inminente divorcio. En lo personal procuraba no llegar temprano a casa, ahora no por carga de trabajo.

Fue entonces, que un cheque rebotado nos llevó a conocer un psiquiatra que impartió una conferencia sobre síntomas de las enfermedades mentales que se confunden con los problemas de la adolescencia.

A mi esposa se le hicieron familiares estos síntomas respecto a lo que a ella le pasaba, recuerdo que ese día regresó muy contenta y me dijo, "Ya sé lo que me pasa, tenemos que ir con este doctor",

Aún escéptico por todo lo anterior, accedí a que fuéramos, no sabía cómo lo íbamos a pagar, realmente un tratamiento psiquiátrico es muy costoso, adicional a los medicamentos, que para colmo no los cubren los seguros y en el seguro social la atención es muy limitada.

Gracias a una idea de Ale de poner un letrero en la casa de "Se Vende", en la siguiente semana surgieron varios compradores, uno que ofrecía pagar la deuda del banco y el resto al escriturar. Esta fue la mejor opción. Boletinados en el buró de crédito y además, sin dinero para un enganche, tramitamos un crédito en Infonavit. Gracias a esta venta, nos quedó una diferencia que pudimos utilizar para iniciar la terapia con el doctor.

El Psiquiatra se concentró primero en nuestro problema conyugal para evitar el divorcio, después solicitó tener terapia con mi esposa en lo individual, durante varios meses estuvo yendo a terapia dos veces por semana, hasta que pudo concluir con el diagnóstico de mi esposa, "Trastorno Obsesivo Compulsivo con principios de Bipolar".

Fue un cambio radical en ella, conforme el tiempo pasaba y ella seguía tomando sus medicamentos, sus periodos de crisis se fueron haciendo más distantes y ella estaba más estable. El doctor siempre estuvo dispuesto a resolver todas nuestras dudas, y apoyarnos. Aún y que eran menores la crisis de Ale, y estaban más controladas por su doctor y los medicamentos, yo no sabía qué hacer en los momentos de altibajos, cuando se le olvidaban tomarse las medicinas (rara vez cabe aclarar) y venía una crisis, era realmente preocupante y me alteraba los nervios y las viejas ideas de separación volvían a mi mente.

Fue entonces, que gracias a Dios, se descompuso la conexión de la grabadora que

teníamos de música de fondo en el conmutador de la oficina y tuve el radio encendido un día que salió el anuncio de Ingenium ofreciendo un curso para Familiares de pacientes con trastornos mentales, de inmediato tomé nota y me inscribí. Me aclararon que los grupos estaban llenos y que me anotarían para el siguiente curso. Afortunadamente hubo una cancelación y me incluyeron en un grupo.

Parecía que conocían mis angustias en cada tema que daban, mis preocupaciones, dudas, me fueron aclarando la mente sobre el trato que conviene tener con Ale, como enferma, con Ale como esposa, con Ale como madre, en fin, como ayudarla realmente desde el punto de vista de un Familiar. Me di cuenta qué cosas no debía hacer porque ocasionaban que la situación empeorara y cuales estaba dejando de lado que era importante atender.

El curso es de 12 clases, y cuando iba por la clase 8, me atreví a contar, por primera vez a un compañero de trabajo sobre la enfermedad de mi esposa. Hasta entonces, con nadie había hablado de esta enfermedad temiendo que al tacharla de Loca ya nadie me hablaría.

Mi sorpresa fue que al explicarle, según nos enseñaron en el curso, él comprendió la situación e incluso me pidió más datos porque al parecer un familiar de él también tenía problemas similares y no sabían a que se debía. Me sentí liberado de una gran carga, rompiendo este estigma en mí, me di cuenta que hay más gente que necesita conocer adecuadamente los trastornos mentales, sus consecuencias, y sobre todo, como ayudarnos a nosotros para poder ayudar a nuestros familiares enfermos.

La siguiente semana nos invitaron a coordinar un Encuentro Conyugal, y me pidió Ale que diéramos nuestro testimonio como pareja al luchar con el trastorno. Al platicar Ale de los síntomas, una señora comentó que sentía lo mismo, y que esto le había causado muchos problemas con su esposo, que por eso estaban ahí, otro señor comentó que también tenía síntomas muy parecidos y que su esposa creía que era chiflaciones de él. Como familiar expuse mi sentir y sus parejas se sorprendieron al ver que coincidíamos en nuestros temores. Ambas parejas coincidieron que iniciarían un tratamiento psiquiátrico.

Cuando llegué a la casa con mi diploma y se lo entregué Ale como muestra de mi Amor por ella, sus palabras cambiaron totalmente el rumbo de mi vida, me dijo: "Ahora siento que sí me comprendes, que sabes lo que siento" "Ojala que más familiares conocieran lo mucho que sufrimos quienes padecemos de trastornos mentales". Entonces fue que decidí entrar como instructor en Ingenium.

Ale se inscribió también en el curso de "Colega a Colega", donde varios pacientes rehabilitados comparten sus experiencias y enseñan a otros herramientas importantísimas como la de prevención de recaídas.

Al día de hoy estamos replanteando nuestras vidas y adecuándonos a la realidad, con más información y al pendiente de los adelantos en el tratamiento de Trastornos Mentales que nos proporciona Ingenium. Nuestra familia se ha mantenido unida y lista para seguir enfrentando los retos de la vida. .

Me siento orgulloso de pertenecer a Ingenium, colaborar con los familiares que cuidamos de nuestros seres queridos que sufren de una enfermedad mental, y así transmitir una Esperanza y un mejor entendimiento a través de la información que se proporciona en los cursos.

René Lira