

“Díganme no”

“Uno no es joven como quiere sino como puede”

J. Presman

Especialista en Medicina Interna y experta en Salud del Adolescente. Córdoba, Argentina.

Miguel había decidido dejar de consumir marihuana, “el vicio”, como él mismo le decía. Estaba consumiendo mucho. Sin parar, sin control. Y se cansó. Quería estar más alerta para el estudio, no tener más accidentes con la moto, no tener que mentirles a sus padres. Le expliqué que para ayudarlo le haría controles de droga en orina en un laboratorio. Noté que se sonrojaba cuando le di la orden. Sospeché que seguía consumiendo pero, para mi sorpresa, me dijo que prefería que le hiciera dopajes con tiras reactivas al azar, sin avisarle. Si le daba la orden del análisis, él podía decidir cuándo realizar el dopaje y evitar un resultado positivo. Ya lo había hecho. Esta vez no quería engañar a nadie. Esta vez quería un verdadero control. Me quedé pensando, Miguel quería que realmente yo no le permitiera consumir. Me estaba pidiendo a gritos que NO lo dejara solo... con la droga. Me estaba diciendo que no me dejara engañar.

Marta había bajado de peso hasta llegar a sus 30 años con 30 kilos. Había logrado hacer una vida normal engañando a todos. Se ponía ropa suelta, estudiaba, era amable. Su textura pequeña la ayudaba. Comía muchas verduras y frutas. Cuando le dije que se iba a morir si no recuperaba peso, quedó shockeada y empezó a comer mejor. Recuperó diez kilos pero en un momento se estancó. Le faltaban unos cinco kilos para llegar a un peso saludable. Y yo ignoraba que ella le tenía terror a pasar del número cuarenta. Concurría al tratamiento, leía su registro de comidas, se dejaba pesar, pero... el fiel de la balanza no se movía. Antes de que pudiéramos averiguar lo que pasaba, la naturaleza le jugó una mala pasada y tuvo una complicación clínica que casi la lleva a la muerte. Fue entonces que, internada, confrontada con esa realidad, confesó que mentía, que dibujaba su registro de comidas, que se atoraba de agua y verduras antes del pesaje y que luego vomitaba. Sentí que me había pedido que la descubriera y yo no vi las señales.

Los pedidos de ayuda de los adolescentes pueden ser crípticos, oscuros, encubiertos. Pocos dicen: quiero llamar la atención, quiero que me ayuden. Siempre exponen su cuerpo, sin límites, en este desesperado SOS. Las manifestaciones son diversas: dejar de comer, seleccionar la comida, comer a escondidas, aislarse, consumir alguna sustancia, estar ausente o distraído, agresivo, irritable, arriesgarse demasiado. La variedad es amplia. Se juegan todo por el todo, sienten que no tienen nada que perder. Poder interpretar y ayudar exige un esfuerzo enorme de nuestro lado, del lado adulto.

Hay que reescribir la historia, ganarse la confianza, acompañar y transmitir que vale la pena seguir, sin necesidad de tan alto costo. Transmitir que se puede vivir sin hacerse daño. Ellos no siempre están dispuestos a hablar. Somos nosotros los que tendremos que poner en palabras dichos actos para tender un puente en la comunicación. Eso implica estar atentos, dedicar cierto tiempo, hacernos preguntas, consultar. Y debemos aprender a tolerar la frustración. El camino de la verdad es zigzagueante, con valles y quebradas, con caídas y nuevos comienzos. Nosotros también tenemos que poner el cuerpo. Cansa, requiere perseverancia, es una nueva parición, la última.