

Cuando el cuerpo habla

Nº.R- 10

Me entró en consulta con una lista de dolencias muy larga:

Le dolían la cabeza, el cuello, el pecho. Se le entumecían las manos. No dormía. Todo le sentaba mal. El corazón se le aceleraba sin permiso. Había pasado por varias consultas, analíticas, médicos distintos, respuestas parciales y supuestas soluciones rápidas. Cada síntoma había tenido sus 10 minutos de consulta, pero ninguno había podido contar su historia completa.

Solo la escuché. Aparté el teclado, y la miré a los ojos. La escuché sin detenerla. No buscando el siguiente diagnóstico, la siguiente prueba que solicitar. Escuché cómo iba ordenando su dolor mientras hablaba. Cómo respiraba de forma distinta cuando alguien no la interrumpía.

Las quejas no encajaban en un solo órgano; sí en una vida compleja. En el cansancio acumulado. En dejarlo todo atrás por soñar una vida mejor. En la soledad de no saberse entendida. De disimular con los suyos por teléfono. En el miedo de pensar que algo grave estaba pasando y nadie lo veía.

Poco a poco, el cuerpo dejó de ser el único que hablaba y el alma encontró su voz. Apareció el insomnio como síntoma de estrés mantenido. Las palpitaciones como aviso de que no podía más. El dolor como idioma aprendido ante tantas vivencias guardadas en un cajón.

No hubo una revelación brusca, sino un reconocimiento compartido, silencioso. “No me encuentro bien”, dijo. Y por primera vez, lo dijo sin señalar un lugar concreto de su cuerpo.

No receté de inmediato, no prometí una solución rápida, no precisaba más analíticas. Nombramos lo que dolía sin fonendo, sin radiografías. Pusimos cohesión donde antes solo había fragmentos.

Cuando se fue, no se había curado. Salió con algo diferente: la certeza de que alguien había escuchado el mensaje completo.

Y a veces, solo eso, ya comienza a aliviar.

Martín Alaminos Patricia