



CADENA DE AYUDA CONTRA LA FIBROMIALGIA, A.C.

## **NO TODO ESTA PERDIDO** **Arisbel Plascencia Guevara**

Cuando escuche la frase "El dolor es menor cuando es acompañado", comprendí muchas cosas... Mi nombre es Arisbel Plascencia Guevara y fui diagnosticada como paciente de fibromialgia hace tres años. Mi historia comenzó con intensos dolores en todo el cuerpo, depresiones, taquicardia, pérdida de memoria, alteraciones nerviosas, dolor de cabeza -al grado de no poder estar en la luz-, cansancio, insomnio, cambios de temperatura y algunas cosas más. Al momento de irme a dormir, intentaba descansar, pero mi sueño no era reparador, toda la noche soñaba con diversas situaciones y al llegar la mañana yo me sentía tan cansada que no podía, ni tenía la capacidad de caminar. Los dolores resultaban inexplicables.

En el año 2008 radicaba en el Puerto de Veracruz, y fue ahí donde comenzó mi peregrinar con varios médicos especialistas (Cardiólogo, Neurólogo, Psicólogo, Psiquiatra, Gastroenterólogo) con un sin fin de estudios, los cuales arrojaban un resultado de que todo estaba bien -con parámetros normales-. Los doctores me recetaron muchos medicamentos para cada síntoma, y en varias ocasiones llegaron a decirme: "usted lo que tiene es un problema emocional", a lo que yo respondía -¿emocional?, pues si así duelen las emociones en verdad que duelen mucho. Hasta que en mi desesperación por saber cómo se llamaba este padecimiento comenzó mi búsqueda exhaustiva por averiguarlo, pues aunque en ese tiempo tanto mi esposo, como mis hijas, amigos y colaboradores me veían bien, yo sabía que algo estaba mal y que tenía un nombre.

Jamás imaginé el difícil camino que implicaría dicha investigación. Busqué en Internet y encontré mucha información relacionada a los síntomas que padecía; y fue en ese proceso que descubrí que mi dolencia se llama 'fibromialgia', y también contacté al Reumatólogo Matínez Lavín. Hablar con él, comentarle que yo radicaba fuera de la ciudad, y contarle mi historia me hizo sentir muy bien, además me ayudó y me atendió inmediatamente. Al llegar y mostrarle todos mis estudios y la variedad de medicamentos que había estado tomando por mucho tiempo, él llegó a la conclusión de que efectivamente se trataba de fibromialgia; y rápidamente el 50% de mis síntomas empezaron a mejorar.



## CADENA DE AYUDA CONTRA LA FIBROMIALGIA, A.C.

El Dr. Lavín me pidió que tomara un tratamiento integral (Nutrióloga, Terapia Conductivo Conductual y Ejercicio), así como bajar mi nivel de estrés y llevar una mejor calidad de vida. Además me invitó a conocer Cadena de Ayuda Contra Fibromialgia A.C. Cuando llegué al grupo, automáticamente me sentí en casa y en familia. Cada miércoles viajaba del Puerto de Veracruz a la Ciudad de México a tomar mi sesión, ya que ahí encontré respuesta a muchas preguntas, apoyo en todos los aspectos, y sobretodo personas que vivían lo mismo que yo. En el Puerto de Veracruz contacté gente que tuviera la misma afección e hicimos algunas pláticas en el Hospital de Pemex con un Médico Psiquiatra que nos apoyó. Cambiaron muchas cosas, decidí vivir el proceso con el apoyo de mis hijas, quienes entendieron mi alteración sin reservas, ya que tuvieron la oportunidad de tomar una plática con las fundadoras de la asociación de ayuda. Ahora radico en la Ciudad de México, trabajo en una empresa familiar, retomé la escuela, y ya estoy en el tercer trimestre de mi carrera. También medito mucho, camino y soy feliz con el apoyo de mi familia, pareja y amigos. Aunque sé que es una nueva condición de vida, nunca me doy por vencida y vivo cada día con el mayor entusiasmo y alegría. Todo con la base del amor ¿Si no es así? Entonces ¿cómo?.

Saludos con todo mi amor a Mónica Herrera y a Alicia, a quienes les estaré eternamente agradecida.

Con Amor, Servicio y Gratitud.

Arisbel Plascencia Guevara.