



CADENA DE AYUDA CONTRA LA FIBROMIALGIA, A.C.

**HUGO MOLINA GOMEZ**

## **Esposo de una paciente con Fibromialgia**

Mi nombre es Hugo Molina Gómez, mi esposa es Ana Cristina Ayala Esquivel paciente con fibromialgia, quisiera decirles que al principio cuando a mi esposa le daban las crisis de dolor y esos estados de ansiedad era una situación desesperante para ambos, y en lo personal sentía angustia, desesperación, dolor e impotencia por no saber que le estaba pasando y más aún no saber cómo poder ayudarla.

Cuando por fin la diagnosticaron con fibromialgia sentí un gran alivio por saber que era lo que le pasaba, pero a su vez me surgieron muchas dudas y una preocupación mayor porque no sabía porque le había dado esta enfermedad, si se curaría o no, y como podría ayudarla para que desapareciera la enfermedad y sobre todo como explicarle a mis hijas lo que le estaba pasando a su mamá, si yo mismo estaba perdido y desconocía acerca de la enfermedad; por que los médicos te explican cómo es la fibromialgia y como se desencadena, te enseñan cómo ayudar en algunas situaciones de crisis, pero lo que nunca te dicen ni te enseñan cuando vives con un paciente con este padecimiento es que tienes que aprender a sobre llevar esta enfermedad por que cambia tu vida o mejor dicho cambia la vida de toda la familia, cambian tus hábitos alimenticios, tus rutinas de diversión, tu convivencia y aprendes a ser más tolerante, más comprensivo y más sensible ante el dolor de tu pareja.

Afortunadamente para mi esposa, yo diría en general para toda la familia encontramos a Cadena de Ayuda contra la Fibromialgia, porque a través de sus sesiones semanales nos han ayudado a conocer y sobrellevar la enfermedad.

A mi esposa la han enseñado a controlar sus crisis de dolor, alimentarse de una forma más sana, a realizar ejercicio sin que le cause dolor y psicológicamente a aceptar su enfermedad y a vivir con ella.

A mis hijas y a mí como parte de su familia Cadena de Ayuda contra la Fibromialgia nos ha dado la enseñanza de poder hacerle frente a la enfermedad, nos han ayudado a entender más a mi esposa, para poder estar ahí cuando más nos necesite, para ayudarla cuando tiene alguna crisis de dolor.



CADENA DE AYUDA CONTRA LA FIBROMIALGIA, A.C.

También sé que ahora que comprendo más la enfermedad de mi esposa, he aprendido a ver el lado positivo de esta situación, porque me doy cuenta que esta enfermedad vino a unirnos más como familia, vino a enseñarnos a tener una convivencia más armoniosa.

En lo personal, la Fibromialgia me enseñó a valorar más a mi esposa, a ser más tolerante con ella, pero sobre todo, me enseñó a amar más a mi esposa con el pasar de los días.

GRACIAS.

ATENTAMENTE

HUGO MOLINA GOMEZ