

La Silicosis afecta nuestra salud mental

JOSÉ ENTRA AL ASCENSOR EN EL HOSPITAL Y SE ENCUENTRA CON RONY, UN HOMBRE QUE SE NOTABA MUY CONFUNDIDO, PARECÍA MUY TRISTE.

DISCULPE AMIGO, ¿QUÉ LE PASA?, ¿PUEDO AYUDARLE EN ALGO?

ES QUE EL DOCTOR ME DIJO QUE TENGO SILICOSIS, YO DE ESO NO SÉ NADA, LO ÚNICO QUE ENTIENDO, ES QUE ES ALGO PELIGROSO PORQUE ME CUESTA RESPIRAR.

LE CUENTO QUE YO TRABAJA EN UN TALLER DE ENCIMERAS O COUNTERTOP... ¡ME IMAGINO QUE USTED TAMBIÉN!

SÍ, POR 7 AÑOS, ES UN TRABAJO BONITO PORQUE LAS ENCIMERAS QUEDAN LINDAS, PERO MUY SUCIO, PORQUE SALÍA TODOS LOS DÍAS BIEN EMPOLVADO DE LA CARA, LA NARIZ Y HASTA LA PESTAÑA.

DICE EL DOCTOR QUE ESTA ENFERMEDAD (SILICOSIS) ES CAUSADA POR TRABAJAR EN ESE TALLER Y JALAR TANTO POLVO POR LA NARIZ.

ESE POLVO FINO SE ME FUE A LOS PULMONES Y EN POCAS PALABRAS EL DOCTOR ME DIJO : ¡QUE SE ME ESTÁN SECANDO!

¡AHHH!, ME GUSTARÍA PODER AYUDARLE, CUENTE CONMIGO AQUÍ LE DEJO MI NÚMERO TELEFÓNICO.

¡GRACIAS, PERO CREO QUE YA NADA ME PUEDE AYUDAR!

EL DOCTOR ME HABLÓ DE LISTA DE ESPERA PARA UN POSIBLE TRASPLANTE.

DÍAS DESPUÉS...

¡RIIIIG!

¿HOLA?

HOLA JOSÉ, SOY RONY, EL QUE CONOCIÓ EN EL HOSPITAL.

CLARO QUE RECUERDO, ¿CÓMO ESTÁS, RONY?

MAL, CASI NO DUERMO Y ME DAN GANAS DE SALIR CORRIENDO. QUISIERA CERRAR LOS OJOS Y ABRILOS PARA DESPERTAR COMO SI TODO HUBIERA SIDO UNA PESADILLA.

ENTIENDO, LO INVITO, VAMOS A PLATICAR. DÍGAME ¿QUÉ LUGAR LE QUEDA CERCA DE SU CASA?, Y YO LLEGO AHÍ.

EN LA ESQUINA DE MI CASA ESTÁ UN LUGAR LLAMADO CAFÉ DE ALTURA, ¿LO CONOCE?

¡SÍ, CLARO!

ENTONCES MAÑANA A LAS 3:00 PM.

EN EL CAFÉ...

¿CÓMO SE
SIENTE, RONY?

LA VERDAD ESTOY MAL,
ME LA PASO LLORANDO,
¡NO SE!, ESTOY CAMBIANDO,
PASO DE LA TRISTEZA AL
ENOJO, ¿POR QUÉ ME PASÓ
ESTO A MÍ?, ME DA
MIEDO DORMIR Y NO
DESPERTAR.

¡NO QUIERO ESTAR SOLO!,
¡¡HAY MOMENTOS QUE NO
QUIERO VER A NADIE!!
¡ES HORRIBLE!

ENTIENDO, MÁS DE LO
QUE SE IMAGINA, VAMOS A
BUSCAR AYUDA, LO PRIMERO
QUE TIENE QUE HACER ES
DECIRLE A SU DOCTOR LO
QUE SIENTE.

HAGA UNA CITA CON EL MÉDICO,
YO PUEDO ACOMPAÑARLO, SI
ASÍ USTED LO DESEA.

GRACIAS, DE HECHO YA
TENGO UNA PARA EL
LUNES A LAS 4:30 PM.

OKAY, PASO
POR USTED,
¿ES EN EL
MISMO
HOSPITAL?

SI

EN EL CONSULTORIO.

DIGAME, ¿CÓMO
SE SIENTE?

DOCTOR, SIENTO TRISTEZA,
FATIGA, CANSANCIO, FALTA DE
ENERGÍA, ANSIEDAD, PÉRDIDA DE
INTERÉS (ANHEDONIA), NO QUIERO
IR A NINGÚN LUGAR CON MI FAMILIA.
CADA DÍA TENGO QUE PARAR
VARIAS VECES AL CAMINAR, POR
QUE ME FALTA EL AIRE... POR ESO
PREFIERO ESTAR SOLO.

ES ENTENDIBLE,
LA ANSIEDAD Y EL
MIEDO AL FUTURO.

ESTOY PERDIENDO
PESO, YA NO VOY AL
TRABAJO, ¡PERDONE
DOCTOR POR
TANTAS QUEJAS!

ESO SE ENTIENDE Y NO ESTÁ SOLO, LE DIRE EL 99.1% DE LAS PERSONAS CON ESTA ENFERMEDAD EXPERIMENTAN SÍNTOMAS DE ANSIEDAD Y HASTA UN 86.1% TIENEN SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN.

SE ENTIENDE QUE TENGA MIEDO AL FUTURO, PERO ¡NO ESTÁ SOLO!

ESTAMOS PARA TRABAJAR JUNTOS Y NECESITAMOS A SU FAMILIA, ALIADOS Y AMIGOS COMO EL SEÑOR QUE LO ESPERA AFUERA DE LA CLÍNICA.

LO QUE SÍ NECESITAMOS ES QUE SI FUMA Y TOMA ALCOHOL, PARE DE HACERLO LO ANTES POSIBLE, YA QUE ESTO ES MUY PERJUDICIAL PARA SU SALUD.



LA COMBINACIÓN ENTRE ALCOHOL Y NICOTINA ES TÓXICA, PRODUCE ACETALDEHÍDO, UNA SUSTANCIA MUY DAÑINA QUE AFECTA LAS CÉLULAS. EL ACETALDEHÍDO ES EL QUE PROVOCA LOS SÍNTOMAS DE LA RESACA, CRUDA O GUAYABO, COMO LO CONOZCA, Y ES UN CANCERÍGENO PARA LOS SERES HUMANOS.

OTRAS RECOMENDACIONES SON:

- NO FALTE A SUS CITAS Y TRATAMIENTOS.
- NO PIERDA LOS HORARIOS DE SUS MEDICAMENTOS.
- NO PIERDA SUS SESIONES DEL GRUPO DE APOYO.

AQUÍ LE DEJARÉ ALGUNOS RECURSOS A NIVEL DEL ESTADO DE NUEVA YORK Y NACIONAL. ¡RECUERDE NO ESTÁ SOLO!

OFICINAS DE SALUD MENTAL EN NUEVA YORK (OMH): OFRECEN
RECURSOS PARA LA RESILIENCIA Y BIENESTAR MENTAL
-TELÉFONOS (800) 597- 8481 / (518) 474-6640
(518) 474-4403 / (518) 474-7056 -TAMBIÉN INCLUYEN
INFORMACIÓN DE SUS DERECHOS COMO PACIENTE.

TAMBIÉN LLAME A LA LÍNEA 988, PARA PEDIR AYUDA,
SINO LE CONTESTAN DEJE UN MENSAJE DE TEXTO,
PARA HABLAR CON UN CONSEJERO DE CRISIS, LAS 24
HORAS AL DÍA.

ESTE SERVICIO DE APOYO EMOCIONAL Y SALUD MENTAL,
-ESTÁ DISPONIBLE EN LA CIUDAD DE NUEVA YORK,
Y EN TODO EL ESTADO.

¿EN ESTOS LUGARES
HABLAN ESPAÑOL?

CLARO QUE SÍ,
Y OTROS IDIOMAS
TAMBIÉN.

BUENO SEÑOR RONY, NOS
VEMOS LA PRÓXIMA SEMANA,
YA SABE SI HAY ALGÚN
CAMBIO ME LLAMA.

¿CÓMO
LE FUE?

BIEN, FUE MUY
BUENO DECIRLE AL
DOCTOR TODO LO
QUE SIENTO, MUCHAS
GRACIAS JOSÉ POR
VENIR CONMIGO.

NO SE PREOCUPE,
PARA ESO ESTAMOS.

AHORA, A RODEARSE DE FAMILIA Y AMIGOS. HABLE CON SUS COMPAÑEROS DE TRABAJO; SI ES POSIBLE COMENTARLES LO QUE ESTÁ PASANDO PARA EVITAR QUE OTROS COMPAÑEROS SE ENFERMEN EN EL TALLER.

LO QUIERO INVITAR A UNA REUNIÓN ESTA SEMANA, POR LA TARDE PASO POR USTED, ¿QUÉ DICE?

¡YA SABE NO ME SIENTO BIEN! NO, LA VERDAD MEJOR NO VOY.-

LE DEJARÉ LA DIRECCIÓN POR SI CAMBIA DE OPINIÓN.

RONY, PENSÓ UNA Y VARIAS VECES IR AL LUGAR QUE LE INVITÓ JOSÉ, Y FINALMENTE DECIDIÓ IR.

¡¡PARA SU SORPRESA!! AL ENTRAR AL LUGAR, SE DIO CUENTA QUE ERA UNA REUNIÓN DE PERSONAS CON SILICOSIS Y DE FAMILIAS QUE HABÍAN PERDIDO ALGÚN UN FAMILIAR POR LA ENFERMEDAD, Y ERA JOSÉ. QUIEN ESTABA DANDO UNA CHARLA..-

¡BIENVENIDO RONY, NO ESTÁ SOLO!

AMIGOS Y FAMILIARES DE PACIENTES CON SILICOSIS
¡NO ESTÁS SOLO!

AL TERMINAR LA REUNIÓN.

ME COMPROMETO A CORRER LA VOZ Y A CONTAR MI HISTORIA.

ASÍ ES RONY, DEBEMOS DETENER TANTA MUERTE Y QUE NO SE ENFERMEN MÁS LOS TRABAJADORES.

SÓLO LA FUERZA Y EL DOLOR DE NUESTROS TESTIMONIOS VAN A CAMBIAR LAS CONCIENCIAS Y LAS LEYES PARA PROTEGER MUCHO MÁS A LOS TRABAJADORES.-