

# Historia de Un Paciente con Infarto Cerebra, Ma ...

## Carta al Editor

Lic. Eduardo Jaime Rodas-Ruiz

*Director General Consultores Hipotecarios e Inmobiliarios*

**Fecha de recepción del manuscrito:** 01/01/2020

**Fecha de aceptación del manuscrito:** 14/01/2020

**Fecha de publicación:** 31/01/2020

**DOI:** 10.5281/zenodo.3633482

Un relato que hubiera querido jamás contar. Ma tuvo un infarto cerebral el 22 de abril de 2018, pero no únicamente enfermó Ma... enfermó la familia Rodas-Portugal ... toda. Y es que enfermó Ma, *el corazón, el alma de la familia.*

### LOS PRIMEROS 2 DÍAS, DEVASTADORES

#### *Pero suficientes para reaccionar y trabajar la familia con y para Ma*

Es un relato familiar de lo sucedido a partir de esa fecha, su tratamiento para el control de su enfermedad y su rehabilitación, las secuelas, su esfuerzo, disciplina, su fe, sus avances; Ma me pidió escribirlo, porque desea que la experiencia que aún está pasando, pueda ayudar a prevenir situaciones similares, a familiares y amigos, y a quien lo lea.

Está enriquecido con la aportación del Dr. Luis Manuel Murillo Bonilla, su Neurólogo Vasculor, presidente de la Asociación Mexicana de Enfermedad Vasculor Cerebral. Una aportación médica, profesional, científica, orientadora, previsoror y muy valiosor, respecto a este evento vasculor, ya considerado como Enfermedad Catastrófica, que no es exclusiva de adultos mayores.

También la aportación del Dr. Carlos Campos, Traumatólogo y Ortopedista que está trabajando para corregir los daños que le causó la parálisis a su morfología ósea. Y aportaciones muy importantes de sus Terapeutas quienes han dirigido su rehabilitación.



**Figura 1:** Con mucho cariño para Ma ... de parte de su familia que la ama.

**Datos de contacto:** Eduardo Jaime Rodas-Ruiz, Alejandro Dumas N° 111, Jardines Vallarta, Zapopan, Jalisco, Mex. CP 45027., Tel: 33 3629 3996, email: erodas@live.com.mx

Desea Ma, también lo lean familiares y amigos jóvenes, que vigilen su salud y ayuden a Mamá y Papá a atender pre-

ventivamente este riesgo, porque los adultos mayores "nunca tenemos tiempo".

Evitemos enfermen EL O LOS CORAZONES DE LAS FAMILIAS RODAS Y PORTUGAL, y la de nuestros amigos.

### ***Eduardo Rodas***

Cómo empiezan muchas historias," parecía un domingo normal..." pero no fue así. Ninguno de los hijos y sus familias vendrían hoy a comer a la casa de los abuelos. Raro, porque generalmente en domingo, al menos una familia nos visita para comer juntos.

Así que podríamos levantarnos más tarde. Ma se sentía cansada y con sueño, lo que atribuimos a sus sesiones de yoga de una o dos horas diarias. Y también, me recuerda mi hijo Eduardo, de una fiesta con tambora que hubo en colonia vecina.

Fue hasta las 2 de la tarde, que Alejandro nos llamó para decirnos que sí iban y que ellos llevaban la comida. Hoy lo vemos como un hecho providencial, porque si no nos visitan ese día, Ma hubiera permanecido en cama.

Aparentemente todo iba bien, incluso Ma le dio de comer a Elías, pero Alejandro y su esposa, la veían mal: ella decía sentirse bien. Yo lo único que le notaba era como lenta al hablar, como si estuviera cansada, desvelada.

Alejandro reaccionó rápido "vámonos al hospital..." y en 20 minutos estamos llegando a urgencias del Hospital San Javier.

### ***Alejandro y Rosy, vistia providencial***

Revisión de rutina por médicos y enfermeras de guardia en Urgencias: normales su presión, temperatura, corazón, pulmones, respuestas claras, y para descartar riesgos electrocardiograma y Tomografía, que no reportaron nada irregular o deficiente.

Lo único relevante, es que comentaron que "traía una leve parálisis facial" pero sin necesidad de mayor tratamiento, recurrir a especialista o siquiera medicina.

Alejandro habló con un neurólogo conocido de él, que le dijo en base a lo reportado por el hospital, la vería a las 9 am, del día siguiente.

Hasta ahí, no habíamos recordado avisar a Paola y Eduardo que estábamos en el hospital y seguramente para no preocuparlos.

Regresamos a casa no completamente tranquilos, porque a pesar de la revisión, no veíamos bien a Ma. Se despidió la familia de Alex y Ma se recostó en la sala. Recibió llamada de su hermana Irma, que luego nos diría que oyó mal a Ma, pero que pensó estaba extraña, quizá molesta.

Ya en su casa, Alex habló con Eduardo y Paola, que de inmediato vino a ver a Ma. No la vio bien, le platicamos lo sucedido en el hospital y se fue triste y ofreció vernos en la cita con el neurólogo al día siguiente.

### ***Paola, sensible, admirable***

Ma se subió a jugar solitario o rompecabezas a la computadora, obviamente con un par de cigarrillos. Aguanto poco y se fue a poner pijama y acostar "normalmente".

Por ahí de 11 de la noche, Eduardo me habló para decirme que llevara otra vez a Ma al hospital porque la iba a revisar una doctora neuróloga, recomendada por su amigo cardiólogo Ricardo García, que dijo era urgente atender a Ma, más rápido que esperar una consulta hasta el día siguiente. O sea, de las 8-9 de la noche en adelante, Alex y Eduardo siguieron preocupados, buscando opciones.

### ***Eduardo, intuía riesgo***

Se volvió a vestir Ma, bajó las escaleras con normalidad e incluso platicamos en la camioneta, claro desconcertada "¿por qué la urgencia de regresar?"

Al llegar al hospital, ya estaban Eduardo y Alex con silla de ruedas y entramos directo con la neuróloga Alexandra Días Alba: preguntas sencillas, respuestas rápidas y claras, ¿su nombre?, ¿su edad?, ¿el día?, ¿el mes?, ¿es un bolígrafo?, ¿son llaves?, ¿estamos en el hospita?, ¿se puede tocar su nariz?, muy bien, su firma por favor Señora Rosita... perdón! la firma que hice es la de soltera, porque de casada, le agregé el Rodas no se preocupe Señora, todo está muy bien, le vamos hacer un estudio para tener tranquilidad, ¿que le parece?

### ***Directos a Radiología, para realizar una Resonancia Magnética del cerebro***

Nos asignaron un pequeño privado para quedarse Ma en bata. Ahí ya no tenía fuerzas suficientes, regreso a la silla de ruedas y con ayuda de asistente, acostarse en la máquina. Eduardo y yo a esperar afuera. Durante la resonancia, salió la doctora para decirnos "la Señora Rosita tiene un Infarto del lado derecho de su cerebro..." Así, en seco, escueta, noticia brutal. "Debemos proceder rápidamente, porque con frecuencia se repiten", dijo.

Concluida la resonancia, entramos al privado para vestirse, con más dificultades, pero aun haciendo movimientos razonablemente normales. A la silla de ruedas y de regreso a urgencias, donde la Doctora ordenó le instalarán, ya acostada, los medicamentos para tratar de estabilizarla, anticoagulantes, antidepresivos, sedantes, etc. Ahí platicamos a Alejandro del infarto y pues creció la angustia, calmada un poco por la seguridad de la doctora de que "todo iba a salir bien", sin mencionar los posibles alcances del infarto. No notábamos los efectos de un infarto. Con nuestro consentimiento, la Doctora tramitó la hospitalización y al rato nos dijeron número de cuarto.

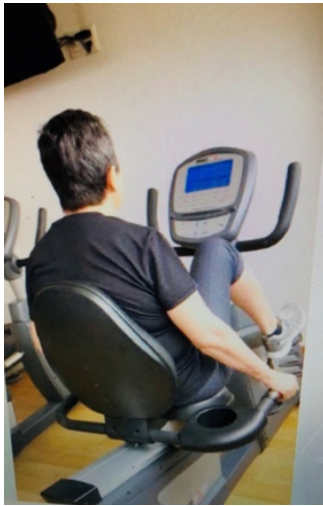


Figura 2

Minutos más tarde, llegó el camillero para decirnos que la iba a trasladar al cuarto, "es el 1001" dijo Ma, "y no se les olvide mi suéter". Su entendimiento y memoria intactas.

Aún cansada, disminuida y desvelada, se acordó del número de cuarto.

### *Nosotros, aturcidos*

Ya eran las 2 de la mañana y mis hijos se ofrecieron quedar para acompañar a Ma y yo me fuera a descansar. Obviamente no acepte, se despidieron tristes, les di besos y bendiciones. Claro, su angustia y preocupación se reflejaba en su rostro. Por WhatsApp le estuvieron avisando a Paola.

Ya en la habitación, indicaciones de enfermeras, más preguntas y cuidados a Ma, advertencia de que entrarían constantemente para vigilancia de niveles de medicinas y seguridad de operación de aparatos.

Los sedantes y el cansancio hicieron efecto y Ma se quedó dormida. Por fin terminaba el domingo 22 de abril. Lleno de confusiones, de preguntas, de angustia, porque no sabíamos que iba a pasar con Ma.

### *¡¡¡Que terrible día!!! ¿Qué sigue? Dios mío, Virgen de Guadalupe, ¡cuiden a Ma!*

Pero duró poco el descanso y las preguntas sin respuesta; a las 7 am, empezaba el 23, el día y la hora más difícil que recuerde, y es que, en ese momento, Ma despertaba, yo al pie de la cama, dándose cuenta de que una parte de su cuerpo no le respondía, su pierna, brazo y mano izquierdas están inmóviles, paralizadas, no las sentía. Llanto, mucho llanto, desesperación, profunda tristeza, desconsuelo, conmovedora, hablaba con dificultad y sentía malestar en su cara, que se le había desfigurado un poco por la parálisis facial, Inconsolable, impotente. El infarto había hecho impacto en su organismo.

En la noche "dejaron de correr" los mensajes del cerebro a su pierna, brazo y mano. Me limite a abrazarla, sin palabras,

en ese momento sobraban, solo debía escucharla desahogarse, que llorara, era imposible consolarla. Impotente para hacer, dar, lo que fuera.

Doy gracias a Dios que pude estar con Ma, mi esposa, compañeros 44 años, la madre de mis hijos, esa mañana tan difícil para ella. Acompañarla. Solo acompañarla. Impotencia absoluta para hacer algo, lo que fuera. Imposible.

### *"En la salud y en la enfermedad"*

La presencia de las enfermeras puso fin al amargo momento. Más medicina tomada, cambios de frascos conectados. Revisión de aparatos, de niveles, presión, temperatura.

A las 9 fueron llegando a la habitación Eduardo, Alex, Paola, ya informados por mi de la parálisis del medio cuerpo de Ma.

El encuentro esa mañana de cada uno de ellos con su Mamá, fue igualmente conmovedor, muy triste, abrazándola, llorando si parar, sin hablar mucho, papas adultos que buscaban consolar a su mamá, transmitirle seguridad, fortaleza, protección, promesa, compromiso, de que harían lo imposible para su mejora, su rehabilitación. Recargando su cabeza en Ma con amor.

Pero sus abrazos, su rostro, sus lágrimas, su cuerpo también reflejaban desesperación, ternura, la tristeza de los hijos que necesitan a su Ma, como niños, que los cuide, que los proteja, que reclaman se alivie, que se sentían solos con ella enferma.

¡¡Cómo hubiera querido la familia en ese momento, ayudar en su dolor a Ma y darle consuelo, esperanza de mejora!!

### *Escena que, a meses del infarto, siguen siendo tristes, pero amorosas y hermosas*

Seguíamos sin saber las causas del infarto. Todos temíamos cosas peores. Particularmente otro infarto. Mucha incertidumbre.

Las veces que estuvimos en una habitación hospitalaria siendo Ma la "paciente", fueron tres hermosas y felices ocasiones: el nacimiento de nuestros 3 hijos. La primera vez, Ma y yo recibiendo a Paola, la segunda, Ma, Paola y yo recibiendo a Eduardito y la tercera, los 4, recibiendo a Alex. Hoy estábamos los 5, pero abatidos y desesperados por la situación de Ma.

### *La familia unida en la adversidad*

Sería en el transcurso del día, con más estudios, que nos podrían decir causas. Por lo pronto la prioridad era permanecer estabilizada con medicamentos.

A Ma la llevaban y traían a estudios, laboratorio, radiología, para hacerle análisis comparativos de los que le habían hecho en la madrugada, para ver cambios.

Obviamente ya siempre con ayuda de camilleros para moverla con cuidado. Prácticamente cargarla.

Muy renuente a tomar alimentos, su ánimo decaído, lloraba mucho, pero también se contenía, no quería hablar.

No se acomodaba a ninguna posición, medio dormía por ratitos por los sedantes.

Un poco de alivio se sentía en la habitación cuándo entraban mis hijos, cualquiera de los 3, Ma reaccionaba mejor, su ánimo se levantaba un poco, incluso no lloraba, quizá también por pena o por no preocupar más a sus hijos y seguía sin querer hablar mucho.

Le molestaba su lentitud, ella misma no le gustaba como se oía. Pero no decía nada.

Tampoco entre nosotros comentábamos mucho, estábamos desconcertados, todo había sido tan rápido que no teníamos respuestas. ¿Cómo entender o digerir la nueva situación de Ma? Ni nos atrevíamos a aceptar la realidad, porque no la conocíamos exactamente, ni siquiera sabíamos las causas, y es que apenas era la mañana del lunes.

La Neuróloga, Alexandra Diaz, llegaría por la tarde ya con resultados de los estudios practicados durante la mañana.

Y entre tanto, avisando a familiares, recibiendo mensajes, llamadas, mis hijos trabajando desde el hospital, con la computadora, con el celular, y en contacto con sus familias.

Por tarde, la neuróloga nos informó, que por la ubicación del infarto, que se observó en la resonancia de la madrugada, en la parte derecha del cerebro, se paralizó el cuerpo del lado izquierdo. Que su recuperación dependía de muchas circunstancias, pero que ella veía con optimismo que "la señora Rosita recuperara razonablemente bien su lenguaje, los rasgos de su cara, la movilidad de brazo y manos y por supuesto volvería a caminar".

Y que, del resultado de los estudios de lunes por la mañana, lo más relevante era que la nueva resonancia magnética, no reportó cambios respecto de la inicial. Es decir, no se había presentado otro infarto o expandido el detectado. Estaba estabilizada.

El otro resultado muy importante, es que el Ultrasonido en cuello y cerebro, reportaron que una de las dos arterias Carótidas, está totalmente tapada, calcificada, imposible de destapar parcial o totalmente y solo la otra arteria principal, es la que irriga el cerebro, y aun y cuando presenta el 30% de obstrucción, con el 70% bien cuidado, "la señora Rosita puede tener una buena calidad de vida". Así que la gran tarea es cuidar la arteria buena.

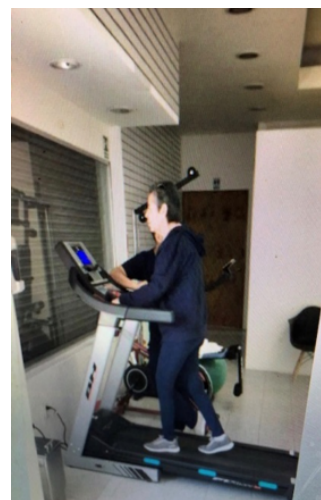


Figura 3

Pero obviamente nuestro miedo era natural, debido a que Ma tiene menos de la mitad de arterias que llevan sangre a su cerebro y en esos momentos la expresión "la posibilidad de que volviera a caminar", nos dejó con la duda de que no pudiera volver a hacerlo.

Ahora sí, ya sabíamos el estado de salud de Ma y las prioridades para su mejoría.

Tema aparte, claro e igual o más importante, su rehabilitación.

Es decir, su estabilización, mitigar los riesgos de otro infarto e iniciar la rehabilitación física de inmediato, para evitar que su organismo se anquilose.

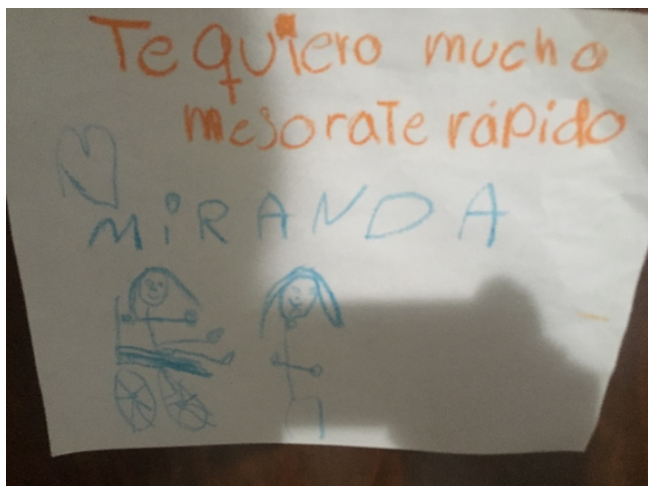
Prioridad: controlar presión arterial y colesterol: Medicinas, alimentos, cigarro nunca más, dormir bien, reposo, ejercicio, terapias.

El Dr. Ricardo García fue una persona muy importante para la familia durante los días de hospitalización de Ma. Como relaté, él fue el que detonó el regreso de Ma al hospital y la intervención de la Dra. Alexandra González, quien se quedó como la médico tratante.

La recomendación de Ricardo fue también providencial; no sé qué hubiera pasado si esa noche del domingo, Rosita permanece en casa, sin la intervención médica, transfusiones, inyecciones, sedantes, medicinas, enfermeras, estabilización, control, etc.

Tampoco sabremos qué hubiera pasado, si en la primera entrada al hospital, en lugar de regresarla a casa, los médicos y enfermeras del personal de guardia que la atendieron, nos hubieran propuesto internarla para tomar las medidas de estabilización que tomó la Dra. Díaz Alba, 5 horas más tarde.

El síntoma observado de "leve parálisis facial", debió obligar a decisiones más convenientes para la salud del paciente, que el regresarla a casa.



**Figura 4**

### ***¿Debió vincularse a un evento vascular?***

¿Tiene el hospital un protocolo al respecto? ¿Se siguió? ¿No se atendió? La prioridad de atender la salud de Ma, no nos podía distraer en consultas de ninguna naturaleza, pero creo que sería conveniente para el hospital un planteamiento de revisión al respecto.

Al término del lunes, solos en la habitación se recrudecía la depresión de Ma. Sus lágrimas, tristeza, desesperación, “me siento como un bulto”, fue la expresión más fuerte que le oí en todo el tiempo desde el infarto. El martes, igual, enfermeras, camilleros, silla de ruedas, supervisores médicos, transfusiones, medicinas. Y más traslados para otros estudios. Mejores expectativas de la Dra. Alexandra Diaz Alba, Incluso esa mañana empezarían las terapias físicas. Y en cuanto a lo emocional, la doctora Diaz después de platicar con nosotros, nos pidió estar a solas con Ma, para decirle que se desahogara, que llorara todo lo que quisiera, que la necesitaba muy fuerte mentalmente, porque todos la quieren ayudar, pero los pacientes que verdaderamente tienen recuperación, son los que están convencidos y ponen todo de su parte. Sin su voluntad, ninguna ayuda funciona. Esa plática fortaleció a Ma.

### ***Providencial: el apoyo de Dios***

Mis hijos por su parte, ya buscando opciones, incluyendo la posibilidad de una operación para destapar la arteria carótida. Se informaron de Especialistas de prestigio en Guadalupe.

El objetivo lo teníamos claro: mantener estabilizada a Ma, para evitar nuevo infarto e iniciar la rehabilitación.

El martes empezaron a visitar a Ma varios familiares: su hermana Martha con su esposo Rodolfo y sus hijas. De la Ciudad de México llegaron su hermana Irma y su esposo Ángel que estuvieron acompañando a Ma todos los días de la Hospitalización.

¡¡Llamadas de sus amigas del Colegio Guadalupe de hace 55 años!! Muchas llamadas de Maricarmen Ordas, incluso desde España, a donde tuvo que viajar, una de sus mejores amigas desde la adolescencia. Amigas del grupo de yoga.

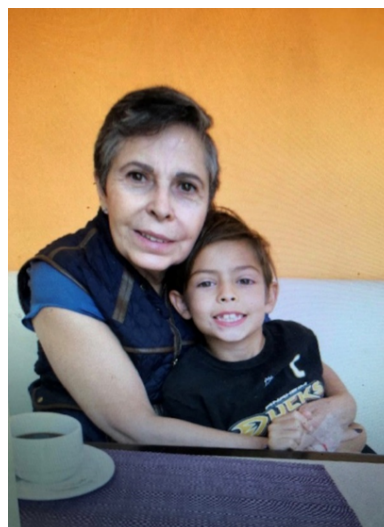
También la visitaron Rosy, Ruth y su mamá. El tío Mario, la Tía Martha y Lauro.

Vinieron de la Ciudad de México, para visitarla en el hospital, mis hermanas Martha y Blanquita.

Habló por teléfono con su hermana Margot, pero entre sus dificultades para hablar y la tristeza de su situación, la plática fue muy difícil, así que optamos atender nosotros las llamadas.

Lety del grupo de yoga. Nuestro cardiólogo el Dr. Ramon García, que hacía algunos meses había tenido un infarto parecido, aunque su parálisis no fue tan severa, y que ya está muy avanzada su rehabilitación, ya caminaba regreso a trabajar y posiblemente volvería a operar. “Debe hacer ejercicio hasta agotarse” decía el doctor.

Cada día que pasaba, el ánimo de Ma mejoraba un poco. Desde el martes había iniciado la terapia diaria de rehabilitación, a veces en las instalaciones del hospital, otras en la habitación.



**Figura 5**

Por ahí de miércoles o jueves, mis hijos pegaron en la habitación la foto de los 7 nietos, y algunos mensajes deseándole a “Abutitita”, su recuperación.

No hay amor más grande que el de los hijos a su mamá.

También los nietos la visitaron “a escondidas” por las prohibiciones de entrada a niños. La presencia de los niños altamente motivante para Ma, contentos por ver otra vez a su abuela.

Su habitación se llenó de flores. Muchos mensajes de aliento, de cariño, oraciones, buenos deseos de familiares y amistades.



Figura 6

tan diversas que llevaba a cabo: despertar para arreglarse con ropa deportiva y su kit para yoga, caminar para llegar al parque con el grupo, hacer ejercicios cada vez más complicados, luego meditación, oraciones en grupo, socializar. Regresar a casa y prepararse su desayuno recomendado por nutrióloga, bañarse, arreglarse con esmero, porque cuida mucho su aspecto, su piel, su cabello, su cuerpo.



Figura 7

### *Las nietas y los nietos, curan el alma*

Al sábado 28 de abril, 6 días del infarto, todo iba muy bien, dentro de lo previsto por la Doctora Alexandra Diaz Alba y el Dr. Ricardo García. No hubo ningún síntoma o indicador negativo. Las expectativas de recuperación de su movilidad en brazos y piernas eran muy optimistas, sobre todo porque Ma mostraba gran disposición y actitud en las sesiones de terapias.

Por eso, la dieron de alta ese día. Por supuesto con la alegría que Ma regresará a casa, pero con la preocupación por dejar los cuidados de médicos, enfermeras, equipo, instalaciones, todo lo que implica estar en el hospital.

La Doctora Diaz Alba nos informó que en adelante el Dr. Luis Murillo, sería el Especialista Neurólogo Vascular quien atendería a Ma, por tratarse de un tema de arterias que irrigan la sangre al cerebro.

Mucha responsabilidad, una nueva etapa, el regreso de Ma a su casa: por una parte todo lo estimulante que implica volver al hogar, su espacio, su familia, sus cosas, su cocina, su recámara, que le darían seguridad, confianza, ilusión, sus plantas en la jardinera, sus plantitas de yerbabuena, Saviola, albaca, orégano, sus árboles frutales de limón, de fresa-guayaba que tanto disfrutaban los nietos que la abuela les corte cuando ya se van después de comer; su aguacate. La paz que el hogar puede dar.

Pero, por otra parte, el regreso de Rosita a su casa, lamentablemente en condiciones diferente a las de una semana anterior, con muchas limitaciones para realizar las actividades

Habían quedado atrás los casi 20 años que trabajó de Maestra de Inglés, que implicaba salir desde muy temprano, a veces en su carro, pero también en transporte público, según estuviera la economía familiar.

Allá por los '90, iban al mismo Colegio Kipling, como alumnos Paola, Eduardo y Alejandro y Rosita como Maestra. Maravilloso.

Más tarde las tareas de toda ama de casa, preparar los alimentos, el súper, la tintorería, combinándola con la de abuela, como ir por algún nieto a la escuela, esperarlos a comer o cuidarlos por la tarde en apoyo a los hijos.

Ma creó una tradición de comida familiar con todos los hijos y sus familias los miércoles de cada semana.

Y la mesa iba creciendo gradualmente, primero con Paola.

Un día de hace como 15 años:  
 "Paola come más hija" dijo Ma,  
 "no Ma, siento como agruras"  
 "has de estar embarazada" vaciló Eduardo  
 "algo hay de eso" dijo Pablo, y wow, órale, bravo!! gritamos todos y nos levantamos a abrazar a Paola y a Pablo.



Figura 8

### *Y de ahí, hasta completar el número mágico 7.*

Luego con los matrimonios de Alejandro y Eduardo y los nacimientos de los 7 nietos, Ma se encargaba de 2 menús, uno para los grandes y otro para los nietos. Fiesta cada miércoles, y partida de pastel si hay un cumpleaños.

Actividades que de inmediato no podía realizar por el impedimento en la mitad de su cuerpo. Pero las comidas de los miércoles, sí.

Por fortuna, ni ella ni la familia deparó en las cuestiones negativas: estaba de regreso a su casa, la mamá, la esposa, la abuela, y era lo realmente importante.

Al dejar el hospital, dejamos Médicos, enfermeras, camilleros, equipo hospitalario, laboratorios, etc., pero ya sabíamos cómo está su cerebro y no se nos debe olvidar nunca:



Figura 9

## EL DIAGNÓSTICO

**Una arteria principal totalmente obstruida.** Y no hay medicina o tratamiento para revertir y una cirugía es prácticamente imposible, entre otras cosas, por el riesgo que implica.

**La otra arteria principal, funcionando al 70%, suficiente para irrigar el cerebral.** Impedir incremento de la obstrucción; en un escenario distinto, el Dr. Luis Murillo, prevé otras medidas e incluso cirugía.

## LA RECETA MÉDICA

- Medicina para controlar presión arterial, combatir colesterol, antidepresivos, anticoagulantes
- Alimentación sana
- Proteínas para fortalecer huesos, tendones, músculos
- Vigilar sistema digestivo e hígado por impacto de medicinas
- Vigilar descanso y sueño
- Terapias de rehabilitación
- Periódicamente consultas con Dr. Murillo
- Periódicamente análisis clínicos: electrolitos, química sanguínea, perfil de lípidos, creatinafosfoquinasa(PCK)
- Periódicamente ultrasonido de cuello y cerebro, y resonancia magnética de cráneo

El tratamiento médico, a partir de la salida del hospital ha sido a cargo del Dr. Luis Murillo y Bonilla, quien con su conocimiento, su experiencia, su especialidad, su diario trabajo en la clínica, en la docencia, en la investigación de los eventos vasculares cerebrales, y naturalmente en la atención a Ma en su consultorio, ha sido fundamental en la estabilidad de su salud. Extiende recetas detalladas, prescribe órdenes para análisis de laboratorio, ultrasonidos, con 3 y 6 meses de anticipación, es decir tiene un programa definido para el tratamiento y atiende llamadas cuando lo necesitamos.

”Nuestro reconocimiento a la Dra. Alexandra Diaz Alba y a los Drs. Luis Murillo y Ricardo García”

**La otra receta:** amor, besos, caricias, abrazos, cuidados, risas, atenciones, escucharla, escucharla y volver a escucharla. Todo “sin medida, no en cucharaditas, en cucharadas grandes, sin horario, mañana, tarde y noche”. Respetar su espacio, su descanso, su intimidad. Salimos del hospital con el panorama muy claro de la enfermedad de Ma, sus limitaciones, de lo físico, claro que nos dábamos cuenta, pero era, es, mucho mayor la alegría, la fe, la ilusión, la esperanza de la familia, por el solo hecho de regresar a casa con Ma. Convencidos y comprometidos de cuidarla.



**Figura 10**

### ***Así salió la familia, pero Ma ¿Cómo salió?***

De su pensamiento, no era el momento de preguntar. No tenía respuesta, no la queríamos, no sé si la necesitábamos. Ma proyectaba ternura, mucha ternura, que ilumina y da fortaleza a la familia. Esa era, es su respuesta.

Tan abrupto su evento, médicos, enfermeras, camilleros, laboratorios, transfusiones, visitas, traslados, silla de ruedas, inmovilidad, y más; todo tan de repente, en apenas 8 días, un escenario de Ma, de la familia totalmente distinto. Imposible pedir a Ma comentara que pensaba en esos momentos.

### ***Nos alentaba que Má confiara en la familia***

Como las 3 ocasiones anteriores que relaté, cuando salimos con "bebé" nuevo, ahora también salíamos con Ma, para cuidarla como a "nuestro bebé".

Habilitamos en la planta baja una habitación para la comodidad de Ma, con una cama hospitalaria, silla de ruedas, una silla para su aseo en la regadera y el apoyo de enfermeras 24 horas del día. El reposet que le regalaron Alex y su familia, para ver la tele, y que le permitió estar plenamente incorporada a todo el movimiento en la casa. La habitación solo para dormir de noche.

El servicio de enfermería es muy importante en este inicio del proceso, porque implica cuidados personales, sus medicinas, alimentos, toma de presión por la mañana y ya para dormir, la temperatura, registrar en bitácora etc., y la compañía toda la noche.

Todas las tardes realizaba sus sesiones de terapia, en la sala de la casa, y nosotros celebrábamos cualquier indicio de movilidad de pierna, brazo o mano, por pequeño que fuera. Ma sonreía. Su cara y su hablar, también avanzaba en su recuperación.

Habíamos sido advertidos por la neuróloga, vigilar con exactitud que tomará sus medicinas 6-7 pastillas diarias, las de la mañana y las de la noche. Sus alimentos recomendables para una nutrición sana, licuados de frutas, leche de coco, avena, verduras, pescado, etc., lo indicado para impedir el colesterol. Sobre todo, controlar la presión arterial.

Avisar a la Doctora con oportunidad algún síntoma preocupante, particularmente inflamaciones, calor anormal o presentar color morado, en alguna parte del cuerpo, no quería el riesgo de una trombosis.

Debía vigilar su estómago, tampoco quería un cuadro de posible infección, gastritis o úlcera, que le afectara el tratamiento cerebral; Losec para prevenir problemas gastrointestinales. Y cuidar su sueño, el cual coadyuva a recordar lo recuperado. En fin, equilibrio en su tratamiento. Apenas un par de noches después del regreso a casa, por ahí de las 8 pm, Ma detectó que su pie izquierdo estaba hinchado. Alejandro le sacó una foto y se la envió por whats app a la Dra. Alejandra, que de inmediato nos instruyó para ir al hospital para que le practicaran un Doppler, que consiste en un ultrasonido de toda la pierna paralizada, para revisar el flujo sanguíneo y descartar una posible trombosis.

Naturalmente, muy molesto para Ma, porque fue un proceso de 3 horas desde salir de casa hasta el regreso por ahí de las 12 de la noche.

El resultado fue bueno, ningún problema con las arterias de la pierna. Llegó el 10 de Mayo y claro la familia feliz de la actitud tan positiva de Ma, para todo el tratamiento de rehabilitación.

En las citas periódicas de seguimiento la Doctora Alejandra Días Alba y el Dr. Murillo, se expresaba sorprendidos gratamente de los avances de Rosita.

Siempre se comentan casos de personas reducidas a la cama o silla de ruedas, por la falta de voluntad y actitud para esforzarse en las terapias físicas o incluso para tomar medicinas, particularmente las personas de la tercera edad.

Pero no, que va; Ma por el contrario enfrentaba con entusiasmo sus rutinas de terapia física.



**Figura 11**

"Me debo cuidar por la hermosa familia que tengo" decía.



Ma en los primeros 2 meses de terapia, avanzó hasta sostenerse en pie e incluso dio los primeros pasos, claro sostenida por el terapeuta como si estuvieran bailando.

Pero, además, el día a día con la mitad del cuerpo paralizado, Ma enfrentó un enorme esfuerzo y desgaste físico, aún asistida para su aseo personal, para vestirse, pasar varias veces al día a la cama, reposit o baños, la silla de ruedas, para subir al carro para traslados a consultas, accesos a edificios, etc.

Las calles de la Ciudad no tienen condiciones para el tránsito en sillas de ruedas, sin rampas a banquetas, están deterioradas, con baches, carros estacionados y muchos otros detalles que provocan dolor a personas con parálisis, particularmente sensibles.

Claro, la silla de ruedas también propició momentos de alegría a ella y a la familia: volvimos a salir a desayunar o comer a alguna plaza comercial, con hijos y nietos o a visitarlos en sus casas para alguna celebración. La normalidad fue regresando poco a poco.

Los nietos se disputaban conducir la silla o sentarse en las piernas de la abuela. Claro Juan Pablo y Elías tenían prioridad. O cuando María “aceleró “un poco más y zigzagueando en pasillos de centro comercial. O la vez que unos viene-viene, mejor la cargaron con todo y silla, porque no había rampa.

Volvimos a ir a recoger a nietos a la salida de la escuela, a algún campo de futbol a ver a nietos o al teatro a ver bailar a las 3 nietas, y al terminar, en la recepción, las felicitaciones y las flores.

”Ma, en el foro te sonreíamos para que nos vieras. Te estábamos dedicando nuestros bailes”

Ma: *”Necesito Kleenex por favor”  
Lágrimas de emoción y felicidad.*

En junio, el Dr. Murillo nos recomendó a la doctora Sele-ne Vega, neuro-rehabilitadora, para valorar las áreas de oportunidad de rehabilitación con una visión de especialista. Le realizó una valoración integral de sus miembros dañados, los avances en la recuperación, también admirada por el grado de avance. La vio dar pequeños pasos asistida.

Recomendó un programa de rehabilitación en el que inicialmente el paciente celebra por escrito un Contrato de Auto-Rehabilitación Guiada, para la realización de ejercicios de estiramiento pasivo y ejercicios activos de estiramientos, en la clínica y en casa, para mejorar las capacidades de movimiento. Ma se marcó como objetivo poder caminar y poder usar su mano izquierda para tomar un vaso con los 5 dedos, en 3 meses.



Figura 12

Nos refirió a a Clínica Physoscenter, con la LFT María Teresa Serratos Guitrón, Directora de la Clínica y 2 jóvenes Terapeutas que aplican el programa en sus instalaciones. Ejercicios para rodillas, tobillos, glúteos, cadera, hombro, codo, mano, dedos, músculos, sentada, parada, caminata lenta y rápida, con pasos largos, con medición de tiempos y/o número de veces por ejercicio, etc. Es decir, nuevas dinámicas con videos, con guía de ejercicios, para hacer la tarea en casa. Con controles de cumplimiento en Bitácora.

En mayo, no pudimos asistir a la boda da nuestro sobrino Luis Rubén, que se casó en Cuernavaca, con su novia Gela. Rosita ya tenía todo el ajuar para asistir, pero era imposible. Mis hijos se solidarizaron con Ma y tampoco fueron.

En la ceremonia religiosa, en la parte de la liturgia en que los asistentes piden rogar al Señor por alguien, Luis Rubén pidió *”Por la salud de mi tía Rosita. Te rogamos Señor”*, fue un momento muy emotivo en la misa, nos platicaron y lo vimos en video.

Recibió las visitas sorpresivas, emotivas y muy gratas de mi hermana Laura que le trajo un arreglo de flores Cuna de Moisés, que todavía florece, y de mis hermanos Guillermo y Jorge con su esposa Rosa Elvia y la sobrina Sandra y sus hijas, quienes, en diferentes domingos, viajaron desde muy temprano para saludar y platicar con Ma y convivir con la familia. Obviamente fotos de por medio.

También la visitaron los sobrinos Roy con un arreglo floral muy bonito y Juan Carlos, otras amistades y vecinas.

¡¡El grupo de amigas del Colegio Guadalupe de hace 60 años!! Estuvieron muy pendientes de la salud de Ma, hacían

cadena de oraciones para rezar por Ma a determinada hora, cada una desde su casa. Le enviaron dos arreglos florales de orquídeas blancas: Olga, Blanca, Guadalupe, Maricarmen, Vicky, Carmen, Lolita, Ceci.



Figura 13

El grupo de amigas y amigos del Yoga, la visitaron un par de ocasiones después de sus sesiones: Lety, Elvia, Mary, Malú, Sonia, Rosy. Platicaron y al final hicieron una cadena enlazadas de manos y oraron por la salud de Ma.

***¡¡Que fuerte es una oración de un grupo de mujeres!!  
Conmueva.***

La visitaron también las Tías Karlita, Martha Macías y Lauro, con flores, un arreglo frutal, una mano para dar masajes en la espalda y compresas para estimular piernas, brazos, músculos, tendones.

María Elena y Jorge Ramos con el querido Jonatan y le regalaron un arreglo de flores de Anturio.

Martha, Lety y su esposo, Jackie, Dora, con flores y frutas.

Y varias veces su hermana Martha con Rodolfo y sus hijas Marthita, Erika y Mónica.

En julio disfruto mucho una comida con sus hermanas Margot y Blanca, Ángela y Angelita que vinieron desde la Ciudad de México.

Con mis hermanos Julio y Rubén constantes pláticas telefónicas.

A Julio, mi hermana mano Doctor, le enviaba copia de informes médicos y de laboratorio y me daba sus puntos de vista. Rubén, muy apenado por no poder visitar a Ma, pero él también estaba tratándose males de su columna, que le impedían viajar.

También en julio la visitaron sus hermanas Margot y Blanca y Ángela su cuñada y Angelita su sobrina, hija de su hermano Alfonso QEPD.

Y muy seguido, mensajes de aliento de las familias Rodas y Portugal, a través de WhatsApp.

La Sra. María, Don Alfonso, Poncho y Bety, (QEPD), le enviaron desde el cielo, todos los días sus bendiciones.

Las enfermeras trabajaron 2 meses día y noche. Para el tercer mes se redujo a un turno de 8 am a 8 pm. Fueron 3 enfermeras y un joven terapeuta que en realidad fue el primero que la atendió y que realizó un trabajo muy bueno, porque empezó la recuperación de la movilidad de Ma.

En julio, confiada en que ya se podía sostener, en la madrugada se quiso bajar de la cama por el hueco que quedaba junto a la pared, pero se enredó con las cobijas y cayó de centón, y se fue arrastrando hasta donde yo dormía.

### ***Otra vez al hospital, para evaluación y radiografías***

Por fortuna no hubo fractura, pero si inflamación y moretones en su brazo izquierdo. Medicinas, cabestrillo y suspensión de terapia por un tiempo.

### ***El tratamiento vascular siguió sin contratiempos***

A veces, con algunos cambios y ajustes en las medicinas, por ejemplo, supresión de Losec, bajar Bicartial, de 5mg a 2.5.

Mes de análisis de laboratorio y de ultrasonido de arterias de cuello. Se reanudaron las sesiones de terapia 3 veces por semana durante la tarde.

Ejercicios muy dinámicos con conos, sentada en pelotas que se usan para pilates, estiramientos, buscar equilibrio, flexionar pierna, brazos, dedos. Ejercicios de boca para mejorar lenguaje.

Una ocasión en un ejercicio de subir 2 escalones de un blanquito, le falló la fuerza y perdió el equilibrio para atrás, la terapeuta y yo de cada lado tratamos de detenerla, pero otra terapeuta que estaba grabando justo a donde iba a caer, le amortiguó la caída.

En otra ocasión, en casa para salir a una comida, quiso ajustarse el pantalón y se recargó en la cama, pero fue resbalando poco a poco hasta caer sentada. Estaban cerca Ale y María que se asustaron, pero no pasó a mayores.

### ***Buen trabajo de su ángel guardián***

En septiembre una novedad para Ma: los hijos la inscribieron en Carril 4, un centro acuático para preparación y competencias de natación, con instalaciones exclusivas para personas de la tercera edad y en rehabilitación física. Asistiría Ma 3 veces a la semana, alternando con la terapia en la clínica. Toda la semana en rehabilitación.

Este centro acuático, está junto al Colegio Franco Mexicano al que asisten Eduardito, Miranda, Alexito y Elías, y ahí toman sus clases de natación, así que una motivación adicional la de coincidir en el lugar con los nietos.



Figura 14

### ¡¡Al agua patos!!

Obviamente, al principio era complejo el trajín de Ma para entrar a la alberca: llegar en silla de ruedas, la ducha previa, ir hasta la orilla de la alberca, sentarse y el terapeuta-entrenador la recibía adentro de la alberca. Aun no se podía sostener parada en la alberca, iba apoyada en entrenador y se ayudaba con tubos flotadores. Y así el movimiento para salir de la alberca, el baño, vestirse y regreso a casa.

Pero claro, era muy placentero para ella estar en la alberca y de mucha ayuda para su rehabilitación física y emocional.

A los 2 meses de sesiones, ya entraba sola a la alberca por una rampa y apoyada en un barandal. Mucha fortaleza. Pataleaba con ambas piernas, braceaba, y con flotadores recorría ida y vuelta, varias veces toda la alberca, de espaldas.

Los entrenadores son generalmente Licenciados en Terapia con alguna especialidad y a sus sesiones, a veces, asistían jóvenes estudiantes universitarios de la carrera, que la acompañaban en vía de prácticas, a ver a una buena alumna en su proceso de rehabilitación.

David Bravo, su entrenador practicaba el Triatlón, lo que le obligó a ausentarse en alguna ocasión, para competir en Can Cun, Los Cabos, Vallarta, etc.

Y los saludos y fotos con los nietos, cuando coincidían con la abuela en las albercas.

A los 6 meses del infarto, la salud de Ma era estable. Había seguido puntualmente las recomendaciones médicas para detener la obstrucción de la arteria "buena":

Tomó todas las medicinas prescritas por el Dr. Murillo, su Neurólogo Vasculareo:

- Paxil, antidepresivo
- Bicartial, para controlar la presión
- Lipitor, para el control del colesterol
- Copavlix, antiplaquetario
- Cronocaps, para ayudar a conciliar el sueño
- Losec, para el estómago

Pero al tiempo que Ma iba progresando, se fueron presentando algunas secuelas en la parte izquierda de su cuerpo, como resultado de la inmovilidad.

Naturalmente la parte interior de su boca, paladar, lengua, garganta, estaban muy sensibles y le ocasionaban problemas al masticar, deglutir, salivación excesiva, acidez, picazón.

Una mañana amaneció con la cara hinchada y teniendo ese día cita con el Cardiólogo, le reviso la boca y le detecto inflamada la glándula Parótida, que se ubica en el interior de la boca a la altura de la mejilla, y le recomendó ver a un Odontólogo.

Fuimos esa misma mañana y le dio receta para radiografías, para lo cual le inyectaron un líquido de contraste por espacio de casi una hora, que le estuvieron interviniendo en su boca. Nos fuimos a la casa y se quedó dormida, despertando con mucho dolor, llorando y con una gran inflamación de cara y cuello, al estilo de paperas.

Fuimos al hospital y la tuvo que revisar un médico otorrinolaringólogo, que confirmó el daño en la glándula Parótida, y le dio un tratamiento que duro un mes, suspendiendo terapia física y alberca.

Seguidito del problema de la Parótida, se le presentaron problemas en el aparato respiratorio, también derivado del infarto.

Accesos de tos por espacio de varios minutos, flemas, muy molesto.

Ahora con un eminente Otorrinolaringólogo de la Ciudad de Guadalajara, quien previa revisión, le mostro a través de monitores, el daño en el interior de oído, nariz y garganta, derivado del infarto cerebral. Nuevo tratamiento, más medicinas, más cuidados.

Terminó el tratamiento y el propio Doctor le mostro el avance que ahora aparecían completamente limpios oído, nariz y garganta.



**Figura 15**

Sin embargo, la tos continuaba, así que recurrimos a un Especialistas en Alergias, quien con otro tratamiento, le eliminó la tos y las molestias. Es decir, 3 enfermedades, secuelas del infarto, en diversas partes del organismo, 2 o 3 meses de molestias, dormir mal, cansancio, dolor, pero...

### ***Las Guerreras no se diblegan***

Finalmente pudo regresar a la terapia en la clínica y en la alberca. Cada día menos silla de ruedas y más regreso a "la normalidad".

Sin embargo, Ma siempre tiene la actitud de mejora agotando diversas posibilidades, sin descartar ninguna en automático.

Fue por eso por lo que tuvo algunas sesiones con un acupunturista, ya no de piquetes con agujas que es la primera idea que se tiene de estas disciplinas orientales. Ahora son otras técnicas a base de electrodos y otros aparatos en su espalda.

Con frecuencia las personas y profesionales que la atendieron le recomendaron tener terapia psicológica, pero hasta la fecha no hemos buscado ese apoyo, entre otras cosas porque Ma y la familia, se han centrado en la atención a la enfermedad y a la terapia física. Suponemos que la terapia psicológica le puede ayudar, pero afortunadamente no ha tenido ninguna crisis emocional, entre otras cosas porque ella está perfectamente ubicada en su problema de la arteria tapada y las condiciones físicas y de las "recetas", para mantener una buena calidad de vida. Su fortaleza mental, su inteligencia, han sido determinantes para superar posibles debilidades.

En noviembre para la fiesta de mi cumpleaños, vinieron de la Ciudad de México, Estado de México, Morelia, Playa del

Carmen, hermanos, hermanas, sobrinos, sobrinas de las familias Rodas y Portugal. Obviamente Rosita y el Roy, cantaron a dúo con mariachi, como ya es tradicional en las fiestas de los Rodas.

También asistió a un centro de entrenamiento para cerebros.

En el proceso de rehabilitación de Ma, un programa de ejercicios con manos, brazos y piernas, para mejorar la coordinación, el equilibrio, la movilidad. Asistió a 15 sesiones.

En noviembre, Eduardo le mostró un video de la terapia que recibía una joven amiga de 30 años, que también había tenido un infarto cerebral, en una clínica de rehabilitación con Kinesiólogos chilenos, mejor equipada. Ma fue a una valoración y optó por cambiar de clínica. Combinándola con la natación, que suspendió, un poco o porque ya en esas épocas ya hacía frío, y su cuerpo está más sensible al clima frío y porque los Kinesiólogos le pidieron suspenderla para evitar una sobre carga muscular.



**Figura 16**

Para fin de año, fue a la Ciudad de México a la reunión con sus compañeras del Colegio Guadalupe. Fue en el departamento de su amiga Guadalupe Palacios en Santa Fe. Hermosamente recibida por todas. El grupo de amigas, como una Hermandad, que se comunican, se alientan, se aconsejan, se apoyan, oran en grupo, como lo hicieron cuando Ma tuvo su infarto, con los valores que seguramente aprendieron en la familia y en el Colegio, fundado hace más de 70 años. Se conocen como "Las Gualupitas".



Figura 17

### ***Magnolias de Acero: Amistad y Lealtad***

Para el fin de año, los hijos armaron un viaje de toda la familia a Pátzcuaro, Michoacán y ahí pasaríamos el cumpleaños de Rosita el 31 de diciembre.

Fue un viaje muy divertido desde la salida, porque las 4 familias íbamos en 2 camionetas con 3 o 4 nietos, que se intercambiaban en alguna parada. Llegamos a un hotel cerca del Centro de la Ciudad. Recorrimos la Plaza Principal, cuyo mayor atractivo es el Baile de los Viejitos, típico del Estado, y por supuesto muchas tiendas de artesanía.

Al siguiente día, muy temprano nos fuimos a uno de los muelles de la laguna de Pátzcuaro, para subirnos en una embarcación a Janitzio, que está muy cerca. Salimos temprano con mucho frío y neblina que impedía ver la Laguna. Los niños disfrutaron mucho, porque fue un paseo distinto a los que han hecho a la playa o parques de diversión, juegos mecánicos, etc...



Figura 18

Les compraron sus redes para pescar y se divertieron mucho.

En Janitzio desayunamos y después todos, excepto los abuelos, subieron hasta la escultura de José María Morelos y Pavón, que es el monumento emblemático de la isla, con su brazo levantado y su puño. Entraron al monumento y subieron hasta el puño, que es un mirador.

La celebración del cumpleaños de Ma y la cena de fin de año, fue en un salón del mismo hotel.

Al día siguiente, antes del regreso, fuimos a desayunar a Tzintzuntzan y de paseo a Santa María del Cobre, y pues ahí las mujeres, chicas y grandes, se compraron algún accesorio.

Y Ma, para todos lados, ratitos caminando, otros en silla de ruedas.

Terminaba 2018, un año muy difícil para Ma y para la familia, pero aún en la adversidad, un año de grandes enseñanzas de Ma: fortaleza, disciplina, voluntad, actitud, amor, esfuerzo, fe, compromiso, todos los días, todas las horas, todos los momentos.

Enseñanzas al más puro estilo de Ma, la mamá, la esposa, la abuela, la maestra: con pocas palabras, con mucho ejemplo; como se enseñan y se aprenden mejor las cosas: haciéndolas, con el ejemplo, con humildad, sincera, honesta.

### ***Siguió formando a sus hijos, y de pasadita... al marido***

Los hijos y sus familias, siempre amorosos, solidarios, esforzados por la salud de Ma, creativos, siempre buscando oportunidades de hacer sentir a Ma más placentero su día a día.

Los nietos y nietas apenas ven que la abuela se levanta, se acercan a ella para tomarla de la mano y ayudarla a caminar. Imágenes de ternura imborrables.

”¿Abuela, estás aprendiendo a caminar como yo?” Le preguntó Juan Pablo, el nieto más chiquito de 2 años.

Ruth y Rosy, las esposas de Eduardo y Alejandro, siempre solidarias con la familia. Con atenciones especiales cuando visitan la casa y más especiales cuando nos invitan a comer a su casa.

Ruth periódicamente le arregla sus uñas a Ma.

La Navidad, como en años anteriores, la pasamos con la familia de Rosy. Creo que somos mejores personas y mejor familia.



Figura 19

Y en el balance importante sobre su salud, que es el del Dr. Luis Murillo, nos deja tranquilos, optimistas. Porque si bien es cierto que Ma no puede mejorar la arteria tapada, si ha controlado la irrigación de sangre en su cerebro, evitando que avance la obstrucción de la otra arteria y limpias las cerebrales. Avanzando en su Rehabilitación física y emocional muy bien, siempre positiva, proactiva, sumando para la familia, aportando. Y eso no es fácil, es el resultado de su disciplina, de su esfuerzo, de su trabajo.

El infarto cerebral, como todas las enfermedades cardiovasculares, son muy peligrosas, sus efectos muy fuertes para el cuerpo y la salud de las personas.



Figura 20

Es la tercera causa de fallecimientos. Uno de cada 3 personas muere por algún evento cerebro vascular. Ma fue muy afortunada, y tiene el deseo de que su experiencia pueda ser aprovechada por la familia y amigos, tomando las medidas necesarias para prever un evento similar, por eso desde hace tiempo, me pidió un relato sobre lo sucedido estos últimos 19 meses.

Le solicite al Dr. Luis Murillo, Neurólogo Vascular, me diera su opinión sobre el desarrollo del tratamiento de Ma,

la respuesta de ella, y sus comentarios sobre la enfermedad, sus causas, sus acciones preventivas, y lo que él considere importante saber para quienes lean este relato y esta es su valiosa aportación:

***'El Infarto y la Hemorragia Cerebrales son problemas graves considerados como catastróficos'***

*Lamentablemente ocurren con mayor frecuencia de la que esperamos y gran parte del problema es que se pueden prevenir hasta en el 80% de las veces con 7 medidas sencillas:*

1. *Dieta balanceada*
2. *Ejercicio*
3. *Controlar el peso corporal evitando la obesidad*
4. *Vigilar la presión arterial*
5. *Vigilar los niveles de colesterol*
6. *Vigilar los niveles de azúcar (glucosa)*
7. *Evitar fumar*

*Cuando un paciente le da un infarto (embolia) o hemorragia (derrame) cerebrales, el tratamiento depende de la prontitud con la que el paciente y sus familiares lleguen al hospital para ser atendidos, pero como le sucedió a Rosa, los sistemas hospitalarios públicos y privados en México no están preparados para atender estas urgencias médicas; debido a la falta de reconocimiento de los grupos médicos o por la falta de tratamientos que pueden ofrecer los hospitales.*

*Como miembro y actual presidente de la Asociación Mexicana de Enfermedad Vascular Cerebral, le puedo decir que hemos trabajado muy duro para capacitar a médicos en el diagnóstico y atención de pacientes como Rosa María, pero aún nos falta mucho por hacer, esto significa que estamos 100% comprometido con la capacitación médica continua para que pacientes como Risa María, puedan tener una pronta atención médica y eficaz. Le comento que hemos trabajado*

con el gobierno, logrando este año (2019) que la Enfermedad Vasculat Cerebral sea reconocida como Enfermedad Catastrófica, y estamos comprometidos con los pacientes para que el gobierno cubra la atención de pacientes de bajos recursos.

*El caso de Rosa María fue difícil porque los síntomas fueron pocos al inicio, y tristemente, empeoraron en las siguientes horas, tiempo en el cual ella ya estaba fuera del tratamiento de rescate vascular (intentar quitar el coágulo del cerebro). Finalmente, la evolución de Rosa María ha sido buena debido a que se pudo identificar la causa del infarto, a que se pudo establecer un tratamiento adecuado para que no repita el infarto, y lo más importante, porque la familia la ha apoyado incondicionalmente con la rehabilitación física y la integración que ella ha necesitado. Gracias a los esfuerzos de su familia, es que Rosa María ahora está reintegrada a sus actividades de vida diaria y familiares.*

*Finalmente, le quiero recordar a quien lea el escrito: la mejor manera de evitar un infarto cerebral es prevenirlo con las 7 medidas comentadas anteriormente.*

*Si dentro de los síntomas cerebrales (CAMALEÓN = Cara desviada, Mano colgada, Lenguaje alterado, puente ON y activa el 911; cualquiera de los 3 síntomas CA MA LE), deben activar el 911 o acudir lo más pronto posible a un hospital para su pronta atención.*

*El tiempo es Cerebro, y mientras más pronto lleguen o sean atendidos, menores secuelas tendrán.*

*También solicite los comentarios de las Clínicas de Terapia a las que Ma ha asistido y esta es su aportación:*

*La Clínica de Terapia Física y Rehabilitación PHYOS-CENTER y todos sus colaboradores, nos complace presentar el caso de la paciente Rosa María Portugal Aguirre, la cual se presenta por primera vez el día 26 de junio de 2018, con el diagnóstico de HEMIPARESIA IZQUIERDA, después de haber sufrido un EVENTO CEREBRAL VASCULAR, En la exploración física se encontraron rangos de movimiento limitado de cuello, acompañado de PARÁLISIS FACIAL HOMOLATERAL, todos los rangos de movimiento del hombro, codo, mano y falanges de MSI, afectados, así como fuerza disminuida, pinza gruesa con dificultad e incapacidad a la pinza fina, marcha hemipléjica dificultándole el caminar, aún en cortas distancias y un déficit en el control motor.*

*Se indicó PROTOCOLO I-CAN, el cual consiste en realizar estiramientos por un cierto tiempo y al finalizar, realizar el estiramiento del músculo previamente estirado, por otro periodo de tiempo (los tiempos se establecen según las posibilidades del paciente y las metas establecidas). Al cabo de 2 meses con el protocolo, la paciente logró el flexo extensión de codo y hombro con un mayor control y fuerza, más el aumento de fuerza en extremidades inferiores.*

*En el mes de agosto se comenzó con el trabajo de control del tronco, propiocepción y coordinación de todo el cuerpo, con la asistencia de pelota BOBATH, frente al espejo con lo cual obtuvimos la mejoría esperada.*

*En el mes de septiembre se hizo énfasis en la reeducación de la marcha, la independencia de subir y bajar escaleras y realizar caminatas más largas (>15 min). Para miembro superior se trabajó en control de pinza gruesa y evitar compensaciones además de estimulación con él Electroterapia para la parálisis facial.*

*En el mes de octubre continuamos con el trabajo de autonomía al caminar y subir/bajar escaleras lo cual fue exitoso. En miembro superior se trabajó pinza fina y coordinación. Seguimos con el tratamiento de parálisis facial.*

*En el mes de noviembre la paciente dejó de asistir a causa de una infección que duró 10 días. Al volver se evaluó y comenzamos con terapia ocupacional para la integración de su hemicuerpo izquierdo en sus actividades de la vida diaria.*

*Los meses más difíciles fueron septiembre y octubre durante los cuales se observó muy frustrada por las tareas que se le pedían y se rendía más fácilmente, así que se optó por hacer metas a más corto plazo y hacer énfasis en la relajación. Durante su realización al comenzar con la tarea de subir y bajar escaleras, la paciente sufrió una caída de bajo impacto, lo cual no fue impedimento para seguir intentando hasta que logró su autonomía.*

*La mayor complicación fue el trabajo de la pinza gruesa y fina por la complejidad y el estrés que esto le causaba. Estamos muy orgullosos de su superación y agradecemos de antemano su confianza hacia nosotros por dejarnos acompañarla en su proceso de rehabilitación.*

*Para el inicio del año, quiso visitar a la Virgen de Zapopan, en la Catedral de este Municipio donde vivimos toda la familia. Ese día hizo un esfuerzo especial y caminó 3 o 4 cuadras, hasta el altar a la Virgen. Oímos misa. Ya en este año, con la terapia le mejoró a Ma su movilidad para caminar, pero al mismo tiempo le empezaron dolores en la rodilla. Alejandro habló con el Dr. Carlos Campos, Traumatólogo que le operó el hombro y Ma fue a consulta con él.*

*La valoré y de inmediato le suspendí las terapias, porque primero debía conocer por radiografías del estado de su columna, pierna, cadera, pelvis, rodilla, tobillos, para diseñar un programa de terapia acorde. Las radiografías presentaron algunos daños leves en tobillo y rodilla, y poco volumen en algunos músculos, todo derivado de la parálisis de la pierna, la falta de movilidad y le diseñé un programa de rehabilitación, para corregir huesos y fortalecer músculos, tendones, cartílagos, complementados con proteínas y colágeno.*

*Autorizó que la terapia la recibiera en casa y designó a la Licenciada en Terapia Física Fernanda Campos para encargarse de la terapia, y quien comentó lo siguiente:*

*La Sra. Rosa al conocerla presentaba una notoria falta de fuerza en el lado izquierdo de su cuerpo, que se hacía evidente en su caminar, ya que tenía el hombro caído, la curvatura de su espalda muy desequilibrada, su brazo izquierdo en flexión y pegado al cuerpo y su pierna casi no la levantaba y pegaba en los escalones porque además la posición de su pie era girado hacia dentro, y más cuando hacía fuerza.*

*Su falta de tono y fuerza muscular, estaban sobrecargando sus articulaciones, por eso ella sufría tantas molestias de espalda, cadera y rodilla.*

*Si bien ella ya había mejorado gran parte de sus movimientos más bruscos, le hacía mucha falta trabajar los movimientos finos, donde le permitirían controlar no solo su brazo, sino también mejorar su marcha para hacerla lo más normal posible y sobre todo más segura y estable.*

*Es súper importante ejercitar el cerebro en este tipo de terapias, a través de un espejo o simplemente mirar su mano o su pierna al momento de trabajarla, porque el cerebro no solo requiere recordar lo que es mover esa parte de cuerpo, sino que también requiere de una gran concentración para que éste pueda realizarse de una forma controlada y no como un movimiento de reflejo.*

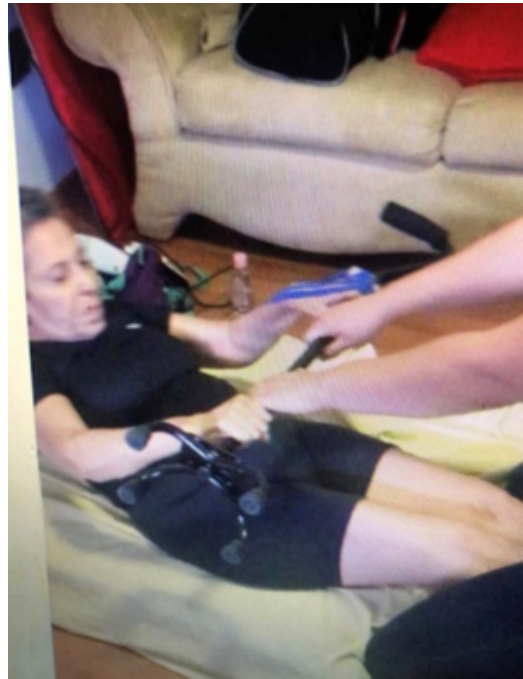
*En el transcurso del tiempo ella ha ido mostrando grandes avances, no solo en lo más notorio como su marcha sino también en su disminución de dolor, lo que le ha permitido caminar más, hacer mejor los ejercicios, descansar mejor, y no me cabe duda de que hasta mejorar su estado anímico.*

*Ha podido realizar movimientos que cuando la conocí no podía, como pararse en puntitas de los pies, hacer sentadillas de una forma más balanceada, levantar el brazo más arriba de su cabeza, abrir las pinzas de la ropa con sus dedos, abrir y cerrar toperas, etc.*

*Ha medida que su dolor ha bajado y su fuerza mejorado ella ha avanzado en la dificultad de los ejercicios en la distancia de su caminata y en su estabilidad. Quiero hacer mención importante que la disposición, esfuerzo y constancia del paciente el 70% de la terapia, y la Sra. Rosa ha mostrado eso y más en todo el tiempo que he trabajado con ella, no tengo duda que el apoyo de su familia y su tenacidad le ayudarán a mejorar mucho más.*

Ma avanza en su rehabilitación física y al paralelo, está retomando las cosas que dejó de hacer el año pasado y empezando otras.

En enero pasado, dirigió los trabajos de mantenimiento de la casa: la fachada, el cambio de piso en la planta baja, escaleras y estudio, la pintura de interiores, en puertas de madera, en barandal, cambio un par de ventanas de aluminio, cambio persianas por cortinas, etc.



**Figura 21**

Ella escogió colores, pisos, mueble de baño, cortinas, TODO. Comparó proveedores, precios, etc. E instruyó a contratistas.

Quitar el piso provocó gran cantidad de polvo y tierra y ellas estaba muy sensible por el tema de las vías respiratorias y la alergia. Así que tomamos nuestro burocrático y comodísimo ETN y nos fuimos a Nuevo Vallarta 5 días, descansando y ... comiendo.

Al regresar pues los trabajos todavía estaban lejos de terminarse. Nos fuimos una semana a casa de Paola y otra a la de Eduardo. Nos cedieron sus recamaras y la pasamos muy consentidos.

### **Regresamos a la casa aún con gente trabajando**

La casa le quedó muy bonita a Ma, a su gusto, como la había pensado.



**Figura 22**

Y también en los primeros meses del año, Ma fue invitada por dos vecinas de la misma calle, Marimar y Sofía, a escucharlas tocar tambores africanos (Djembe) y cantar con un



grupo de Señoras, con el Profesor Andrés y la Maestra de canto Ana.

En un par de semanas la involucraron en el grupo, y para el siguiente sábado estábamos comprando su tambor.

Disfruta mucho las 3 horas que va los martes a tocar tambor y a cantar. Marimar y Sofía son de las Señoras que se brindan generosamente con muchas personas y a Ma le han prodigado atenciones y cuidados admirables.

La Sra. Sofía pasa todos los martes por ella, la toma del brazo y con frecuencia le carga su tambor.

La reunión es en casa de Marimar, es un grupo de 8-10 señoras y 2 señores: Marimar, Sofía, Odette, Lilian, Lidia, Gloria, Graciela, Lucy, Andrea y Silvia, quien dió a Rosita sesiones de Terapia de la Risa, que según entiendo, son técnicas que ayudan a sacar el estrés, presiones, tensiones, preocupaciones, para llegar a la risa.

Y 2 hombres, Manuel y David, que es muy buen cantante y resultó mi compañero cuando coincidimos trabajando en Bancomer.

Terminada “la tocada”, Marimar y Sofía, llevan a Ma a la casa. Ma está muy entusiasmada con el grupo y también va avanzando en la tocada del tambor.

La última hora de las reuniones, la dedican a cantar en grupo y cada una. Ma tomó clases con la Maestra Ana, una hora a la semana, vocalización, cantar, y la corrige.

Tocaron y cantaron en grupo y luego cantaron solas cada una de las señoras.

### ***¡¡El sonido de muchos tambores, el ritmo que le dan el Grupo de Señoras en el Djembe es Hernoso!!***

Ma hace emocionada su tarea en la casa. Practica cantando con la ayuda de canciones en el Ipad. La Maestra de canto la ve cada día mejor, “eres muy musical”.

Las señoras Marimar y Sofía completan una parte muy importante en la rehabilitación emocional de Ma. No hay forma de agradecer tanta generosidad.

### ***¡¡LOS ÁNGELES SI EXISTEN!!***

Y así es como se desarrolla el día a día de Ma y la familia, consultas, terapia, medicina, alimentación, descanso; no puede, no podemos, descuidar un solo punto de aquella Receta de los Medico y de “LA OTRA RECETA”, con las que salimos del hospital cuando la dieron de alta, y que forman parte de nuestra vida, de nuestra familia, de nuestros sueños, de nuestra ilusión, de nuestra ESPERANZA.

Ma salió del hospital hace 19 meses con la mitad de su cuerpo inmóvil, con angustia, con tristeza...

Y es que no porque tenía una mitad de su cuerpo sana, quiere decir que pudiera hacer la mitad de las cosas; no. Lamentablemente estaba impedida prácticamente para todo.

Hoy Ma ya recuperó la movilidad de su pierna, brazo y parte de la mano. Ma ya camina, ya atiende su aseo personal en su regadera, ya se viste, se peina, se maquilla, cocina (regresaron a la mesa la cochinita pibil, el pastel de carne, los chiles rellenos, las crepas de pollo gratinadas, el pastel de elote, la lasaña), arregla sus plantas, vive, cuida, disfruta intensamente a sus nietos, toca el tambor, canta, hace ejercicio en caminadora, en bicicleta fija, revisa su cel, chatea, consulta el internet. Todo con un esfuerzo mayor.

### ***Forma parte de varios grupos de WA y los mensajes que recibe, son temas de platica entre nosotros***

Así se entera de las noticias de las familias Rodas y Portugal: las felicitaciones por los cumpleaños de más de 100 familiares, que alguna sobrina o sobrino andan de viaje en cualquier parte del mundo, o que las nietas de mis hermanos participan en triatlón o en conciertos de Violín, con apenas 7-9 años, Rubén salió bien de su operación, Irma y Ángel saludan desde el crucero en el Báltico, mi hermano Memo presentó su libro, o Mariana estrena obra de teatro, el Cocol está muy bien, Marthita y su esposo por toda España, fotos, fotos y más fotos. El cuento de hadas de mi hermana Laura y su esposo Jeff, que se la pasan entre Atizapán de Zaragoza y Glasgow, la joyería artesanal de La Ceci, y obviamente las noticias de El Jefe Mateo, con su abuela Blanquita.

Julio y sus maratones, varios familiares metidos de lleno en correr, correr y más correr.

¡¡Que Ale y María se van a Polonia a Olimpiada de Danza y Ballet, claro con su mami Paolita!! y que no vamos a ir por el frío de -18 grados, que Karla se tituló de Psicóloga, para orgullo de sus papás.

Y por teléfono, los saludos y pláticas tan gratificantes, varios días de la semana, de sus hermanas Margot e Irma.

Y ya no para: en 2017 se dio de alta nuevamente en el IMSS y este año inició su trámite para pensionarse; un derecho que generó por sus casi 20 años de trabajo.

A principios de agosto, Alejandro le pidió a Ma lo acompañará a un asunto, pero en el camino detuvo el auto y le pidió a Ma se pasara a su lugar para que volviera a manejar. Ma se opuso al principio, pero terminó “dándose una vueltecita”. Impresionante: a 16 meses de parálisis total de la mitad de su cuerpo.

Y en agosto, la cereza del pastel: para celebrar los 40 años de Eduardo, los hijos organizaron un viaje a Chicago, con 2 invitados especiales Ma y yo.

Un gesto de su generosidad y de sus familias: dedicarnos 5 días exclusivamente a nosotros. Y fue maravilloso.



Figura 23

Paseo por el muelle, el espectáculo de los juegos artificiales, el Museo de Arte, con la agradable sorpresa de pinturas de Rufino Tamayo, Diego de Rivera y José Clemente Orozco, que gran orgullo, el Millenium Park con su escultura Cloud Gate (Bean-El frijol), el paseo en Barco, el Mirador en el piso 100 de una de las torres más altas de la ciudad, centros comerciales, Ma y Paolita, bien para el shopping, lo bien aprendido no se olvida, caminar, caminar y más caminar. Obviamente con el apoyo de la silla de ruedas (Ma sigue tratamiento a lesiones en tobillos, rodillas y cadera). ¡¡Pizza y carnes!!

### ***Imborrable las imágenes de mis hijos a lado de Ma, de la mano, paseándose orgullosos***

El tratamiento médico continúa sin alteración: sus medicinas diarias, control de la presión, de los niveles de colesterol, análisis de laboratorio, ultrasonidos de arterias en cuello y cerebro, alimentación, ejercicio, descanso, sueño.



Figura 24

Y por la parte del Dr. Carlos Campos, su Médico Ortopedista y Traumatólogo, emitió el siguiente INFORME MÉDICO, respecto del estado actual de Ma en cuanto a su morfología ósea y muscular y el avance en su rehabilitación:

### ***INFORME MÉDICO Paciente: Rosa María Portugal Aguirre***

El día 9 de abril del año en curso, acude a consulta de revisión de primera vez, paciente femenina con antecedente de evento cerebral vascular hace un año, la cual fue oportunamente atendida, acude a un año posterior de múltiples terapias de rehabilitación en lugares distintos, donde se logró recuperar movimientos burdos de extremidad superior e inferior del lado izquierdo, sin embargo, limitados por secuela de evento cerebral vascular en todo hemisferio-cuerpo izquierdo, por lo que se recibe a paciente con actitud de ansiedad, depresión y comprensiva desesperación.

A su llegada se observó marcha lenta, pasos cortos, con ayuda para la marcha, poca coordinación, tambaleante hacia el lado izquierdo, inestable con apoyo incompleto sobre extremidad inferior izquierda, arrastrando punta del pie izquierdo, encorvamiento de la columna lumbar y torácica, se observa además a la exploración física de extremidad superior izquierda, que existe hipotrofia de músculos trapecio, romboides, deltoides, tríceps, extensos de la muñeca y propios de los dedos, con actitud en flexión de los mismos, muñeca caída, espasticidad de músculo bíceps y de probadores.

A la revisión de la columna, encontramos desviación de la columna torácica y lumbar hacia la derecha, con pelvis basculaste ( desviación hacia abajo), dolor importante en zona lumbar, cadera izquierda, rodilla izquierda la cual encuentro en valgo (actitud de desviación interna), con desviación contraria de tobillo izquierdo, con fuerza muscular de 3 de 5 según escala valoración muscular de Daniels, por lo que se toma radiografías de extremidad inferior, superior, columna lumbar y torácica, encontrando desgaste de las articulaciones de hemi-cuerpo izquierdo, así como una alineación anormal en el eje de su cuerpo, por lo que se concluye existe un desbalance muscular de todo hemisferio-cuerpo izquierdo, determinando se debe trabajar adecuadamente los músculos de forma específica, además de contracturas espásticas en extremidad superior, para mejorar el movimiento burdo y fino

así como la coordinación, reeducación de la marcha y fortalecimiento muscular por regiones de extremidad inferior así como de zona lumbar.

Se inicia programa de rehabilitación completa asistida y con aparatos, llevando controles en consulta en varias ocasiones para valorar avances y determinar necesidades para continuar trabajando en su recuperación de la forma más óptima posible, se realizaron dichos controles en las fechas del 02 de mayo, 20 de Mayo, 10 de junio, 15 de julio, 16 de agosto, 19 de septiembre, y el día de hoy 17 de octubre del 2019, se fue valorando una mejora paulatina de los problemas a corregir hasta el día de hoy, día en que se recibe a paciente con actitud sonriente, sin gestos que indiquen dolor, la cual llega caminando por su propio pie sin necesidad de ayuda externa, con marcha más estable con pasos firmes ligeramente basculaste hacia la izquierda, con un paso de mayor longitud, plantígrado (con apoyo total de la planta del pie), con apoyo completo del peso sin encorvamiento de la columna lumbar y torácica.

A la exploración física se observa brazo y antebrazo con actitud completamente en extensión, con mayor tono muscular tríceps, sin espasticidad del bíceps, con fuerza 5 de 5 en ambos en zona de deltoides y trapecio, logrando vencer resistencia parcialmente con los mismos, se encuentra muñeca sin actitud de flexión al igual que el codo, con ligera flexión entre tercero y quinto dedo a nivel de articulación interfalángica próximas y distan de los mismos, sin embargo se logra la corrección asistida en extensión completa de los dedos, no encontrando resistencia a la extensión por lo que ya no encontramos espasticidad, pero sí hipotonía muscular en palma y dorso de la mano izquierda, pero con control de movimiento voluntario el cual ha tendido hacia la mejoría, aún encontramos ligera desviación hacia la derecha de columna torácica-lumbar no mayor de 20 grados, con ligera báscula Ivón de la pelvis la cual va disminuyendo desde el inicio de la terapia física, se auto corrige al sentarse, se observa ambas rodillas con alineación ligeramente en valgo pero de forma fisiológica normal, tobillos con alineación normal, al estar parada completamente con sus dos pies con repartición de la carga del peso completamente uniforme, con flexión, extensión, aducción y abducción completa de las caderas, flexión y extensión de ambas rodillas normal, fuerza muscular 5 de 5 en extensión de ambas rodillas, 4 de 5 en flexión de las caderas, rotación interna y externa de pie y tobillo completa con extensión y extensión con fuerza muscular 4 de 5 a la flexión plantar y dorsal, logrando pararse de puntas con apoyo de ambas extremidades inferiores.

Se recomienda continuar trabajando en terapia física y ejercicios de coordinación, se considera un avance importante desde el mes de abril a la fecha con una evolución satisfactoria, se cita nuevamente en un mes esperando la evolución de su tratamiento continúe hacia la mejoría, hacia la independencia y siempre en mejoría de la calidad de vida.

**Dr. Carlos Jesús Campos Rodríguez, Traumatología y Ortopedia**

## MIS HIJOS APORTARON EL RELATO SIGUIENTE

**Alejandro:**

El domingo 22 de abril de 2018 nos cambió la vida a todos, sin embargo sería muy injusto intentar asumir un rol protagónico en la historia cuando solo hubo dos personas para quienes el cambio fue extremo, mi papá y mi mamá. La historia ya la contó mi papá en su relato, seguramente hay detalles que recordamos de manera distinta, en resumen era un domingo como cualquier otro en el que míos reunimos en casa de mis papás a comer, esta vez sin mis hermanos que tenían otro compromiso. Casualmente ese día no teníamos planeado ir con ellos, ya que habían salido la noche anterior a ver bailar a mis sobrinas.

Conociendo eso, mi papá me comentó que mi mamá estaba cansada y que había dormido hasta tarde, sin embargo, al escuchar la llamada tomó el teléfono y me dijo que fuéramos ya que había descansado en esas horas que durmió de más. Pasamos por unas ensaladas y nos fuimos a su casa. Una vez estando en la mesa la primera señal se dió cuando no pudo abrir una bolsa de chicharrones, en mi mente pensé que estaban resbalosos por lo que no le di mayor importancia. La segunda señal fue que tardó en iniciar a comer más de lo normal, parecía pensativa, sin embargo tampoco fue algo que me sorprendiera ya que Elías mi hijo menor no quería comer y ella decidió darle su sopa. Comimos todos y decidí subir a mi cuarto, cuando mi esposa me mandó un mensaje que decía “no te asustes pero veo mal a tu mamá”, baje enseguida y noté a mi mamá cabizbaja y algo inclinada hacia un lado, en ese momento le dije que deberíamos ir al hospital, nunca negocié, pero decía que estaba bien. Camino hasta el coche con algo de ayuda. Yo asumía que algo estaba mal sin saber lo que se venía, el camino fue largo, pero finalmente llegamos y mi mamá bajó por su propio pie, nos recibieron el domingo alrededor de las 5 pm los medicase guardia, doctores jóvenes que desafortunadamente no mostraron tener mucho conocimiento del tema, limitándose a suponer que era un evento transitorio.

Nos preguntaron si teníamos algún Neurólogo y les pase el dato de un doctor que me había atendido hace algunos años y que le tenía toda la confianza. El doctor no podía acudir por lo que solicitó le realizaran una tomografía y el video se lo enviaran por WhatsApp, supongo fue el primer error. Con ese video el doctor reiteró que era algo transitorio y nos pidió que la lleváramos a la casa, que la vería el lunes a primera hora. Mi mamá salió de pie, mejor de lo que entró, de ahí fuimos a la casa y pasó un tercer suceso, recibió una llamada y cuando colgó dejó su brazo flexionado.

Hasta ese momento mis hermanos no sabían, hasta que me pidió mi papá que les marcara llegando a mi casa, según yo ya teníamos todo controlado. Una vez que les marqué para platicarles y tranquilizarlos, mi hermano Eduardo que siempre ha sido como una especie de ángel de la guarda (me salvó

al menos un par de veces), hablo con un amigo doctor quien nos dijo que mi mamá tenía que regresar al hospital para hacerle una resonancia magnética. Los resultados se fueron haciendo cada vez peores, por un lado el daño de lo que era un infarto cerebral, pero por otro y aún más complicado, la incertidumbre médica de haber encontrado una arteria completamente tapada, lo que provocaría que una intervención quirúrgica podía empujar el trombo con resultados fatales, pero dejarlo así también pudiera ser mortal.

Así que, de un día para otro, mi mamá quedó paralizada de un lado de su cuerpo. Sin embargo las esperanzas y buenas noticias también empezaron a llegar, mi mamá pudo mover sus pies y sus dedos, lo que indicó a los doctores que volvería a caminar. Después llegó otra buena noticia su vida ya no estaba en peligro al menos no como algo inminente, los médicos decidieron tratar el coágulo con medicinas y dejar la función de irrigar sangre al cerebro a la arteria que estaba solamente un 40%.

En ese momento el escenario cambió, y al menos de mi parte entendí que tenía la oportunidad de mostrarle a mi mamá, todo lo que la quiero, algo que no había hecho desde los 6 años que según recuerdo no me le despegaba.

Y así, regresó a la casa y el proceso de rehabilitación empezó y los cambios en la vida de mis papás también.

### De mi papá

Durante mucho tiempo mi papá estuvo fuera de la casa, trabajo en México durante muchos años en los que logró muchos éxitos en el plano profesional, pero en el que la soledad jugó un papel importante, ahora que lo pienso la vida estaba preparando a mi papá para el reto aún mayor. Ese reto convirtió a mi papá en cocinero, rehabilitador, camillero y doctor, pero principalmente alguien que está dando la vida por su esposa, y que sigue demostrando como lo ha hecho desde que tengo memoria, que la familia está por encima de todo. Su amor por mi mamá la ha hecho cuidar cada detalle de su vida, facilitarle su proceso de recuperación, regalar a las personas que no aportan, pero sobre todo tomar el control como lo hace un verdadero jefe de familia de todos los detalles que se deben cuidar para que mi mamá siga con nosotros. Sin duda nunca dejare estar agradecido por ello.

### De mi mamá

Si algo me ha enseñado en estos meses, es que debemos valorar la vida y que nunca es tarde para trazarse metas. Al día de hoy lleva como trescientas terapias, en las que sus avances han sido maravillosos.

Hace poco me pidió que la encomendara en una visita a Fátima para que le hiciera el milagro de recuperarse al cien, claro que lo pedí, sin embargo, ore más porque no pierda las ganas de estar aquí y de seguir mejorando, paso a paso hasta que llegue a su objetivo.

Al día de hoy he tratado de abrazarla cada que puedo, he tratado de que mis hijos la disfruten cada día, es una lástima que uno entienda esto hasta que pasan estas cosas, sin embargo, en lugar de molestarme por lo sucedido doy gracias por tener esta oportunidad. Así la vida de mis papás ha cambiado, no creo que, para mal, al contrario, me parece que somos una familia más unida, más solidaria y sobre todo enfocada en disfrutar cada día. Finalmente, y espero esto llegue a los doctores dándoles una recomendación de profesionista a profesionista. Como abogado me han comentado muchos que uno no debe vincularse con los clientes, ya que asumir las cosas como personales puede viciar la razón en perjuicio del cliente, sin embargo, una de las enseñanzas que me deja estoy luego de ver las reacciones de mi papá y de mis hermanos es que siempre actuarás mejor cuando tienes que tomar decisiones por la gente que quieres y te preocupa. Esto lo digo, ya que en muchas ocasiones mi familia y yo sentimos una falta de rumbo al no saber qué doctor tomaría las riendas de la situación de mi mamá, y no se malentienda, todos y cada uno de los doctores que participaron fueron parte indispensable para que ella esté el día de hoy con nosotros y estoy infinitamente agradecido, sin embargo, también debo decir que en ocasiones la frialdad con la que pueden tratar a un paciente, el molestarse por una tabulación injusta de una aseguradora o simplemente ver al paciente como uno más, me lleva pensar que han dejado de amar su profesión. Por favor doctores mantengan esa actitud de servicio, comprendan y ustedes que en ese momento de duda ñ, incertidumbre y tristeza son las s únicos que pueden reconfortar al paciente y a los familiares con su inteligencia, su positividad y sobre todo con su empatía.



Figura 25

### *Eduardo:*

Domingo 22 de abril de 2018. Parecía un domingo normal, desayunamos en la casa con los niños, salude por WhatsApp a mis papás y hermanos tenemos un chat donde todos los días sin falta nos saludamos, nos deseamos buen día y si es fin de semana aparece la clásica pregunta de mi papá: ¿qué plan? ¿Quiénes vienen a comer a la casa? Siempre alguien se apunta, ya sea Paola, Alex o yo con nuestras respectivas familias. Ese día Ruth y yo decidimos no ir, ya que estábamos desvelados y nos quedamos en la casa, jugamos con los niños dormimos, vimos el fut y en la tarde recibí la llamada de Alex diciéndome que había llevado al hospital a Ma, pero que no me preocupara, que ya la habían revisado, le hicieron estudios y todo estaba bien, que parecía ser una parálisis facial, nada grave.

El Neurólogo les comentó por teléfono que la vería al día siguiente a las 9 am. Llamé a mis papás y pa me comentó los síntomas y no me gustaron nada, le pedí hablar. No ma pero no recuerdo si hablé con ella o estaba descansando, en cuanto colgué llame a mi amigo el cardiólogo Ricardo García, él venís llegando de un viaje de trabajo y estaba en escala en la CDMX, platicué con él y me comentó que tenía que verla inmediatamente un neurólogo y le tenía que hacer otros estudios, además de los que ya le habían hecho. Me dijo que el me hablaba en unos minutos y después de un tiempo me llamó y me dijo que nos llevamos a Ma a urgencias del mismo hospital que ya nos estaría esperando la neuróloga Alexandra, le avise a Alex y a pa y quedamos de vernos en el hospital, ma ya estaba acostada y con pijama, yo aun no entiendo como le hicieron para cambiar a Ma, bajar las escaleras y subirse a la camioneta. Cuando ellos llegaron al hospital, ya estábamos esperándolos la Doctora, Alex y yo, un camillero nos ayudó a subirla a una silla de ruedas, ella ya prácticamente no podía sostenerse en pie por si sola y tenía su cara descuadrada, en cuanto la vi sabía que algo estaba mal. La Dra. la valoró, le tomó pulso, presión, reflejos, algunas preguntas y de inmediato solicitó hacerle una tomografía, pa y yo la acompañamos por un pasillo largo y solo, calculo que eran 10.30-11pm. ¡¡Íbamos con sentimientos de tristeza, miedo incertidumbre y a la vez esperanza de que todo iba a estar bien, pero no, no estaba bien!!

Fue muy rápido en lo que la doctora salió del estudio para decirnos que Ma tenía un infarto cerebral, lo peor que podíamos escuchar.

Cuando alguien sufre un infarto cerebral el tiempo de atención es sumamente importante para tratar que el daño sea lo menor posible y evitar secuelas, en las dos primeras horas de que ocurrió el “accidente” se pueden dar anticoagulante para destruir el coágulo y así evitar daños, después de este tiempo pero dentro de las primeras cuatro horas se puede hacer un cateterismo y retirar el coágulo, los daños serán mayores pero no tan graves, después de ese tiempo ya no es recomendable ni una ni otra, el coágulo ya se incrustó y es mucho riesgo tratar de quitarlo, ahora si solo queda rehabilitación, habrá secuelas. Algo así es lo que yo entendí por las pláticas con los doctores y lo que leí estando ahí.

Bueno, ma tenía un infarto cerebral, ok. ¿Ma se va a morir? ¿Va a empeorar? ¿Unos días y va a estar igual que antes? Son algunas las dudas que te salen cuando te acaban de decir que tu mamá sufrió un infarto cerebral y ya pasó el tiempo en el que se podía hacer algo.

La Doctora nos “tranquilizó, nos explicó que Ma había perdido la movilidad de todo el lado izquierdo de su cuerpo y ahora el trabajo era hacer que otras neuronas empiecen hacer el trabajo que las neuronas dañadas hacían, mediante rehabilitación diaria durante muchas horas al día, mientras más pronto empecemos es mejor. Pasaron a Ma a su habitación, Alex y yo ofrecimos quedarnos a dormir con ella pero pa no quiso, nunca se separó de ella mientras estuvo en el hospital (ni después). Me despedí de ella, la bese, la abrace, ¡le dije

que la amaba y que íbamos a salir de esta todos juntos! Llegué a mi casa, desconsolado, me dormí llorando como niño y me desperté igual, además de la tristeza, con mucho coraje e impotencia de saber que, si el primer doctor hubiera actuado de forma profesional, el daño de Ma hubiera sido mucho menor.

En la mañana al hospital, tratando de entender que había pasado, que iba a pasar y como iba estar Ma, de los días de hospital no recuerdo mucho, algo coque recuerdo es que platicué con otro amigo neurólogo y me comentó que es algo común y existía el riesgo que en las próximas 36 horas le pudiera dar otro infarto y eso sería todavía mucho peor, quizá fatal, por lo que la angustia siguió mucho tiempo más.

Después de esos días de pesadilla, todo empezó a mejorar lentamente, tristes, pero a la vez felices de llevarnos a Ma a casa y empezar a trabajar en su rehabilitación, pero ya más tranquilos de que “estaba bien”. Gracias a su esfuerzo y el apoyo de pa empezó a verse la mejoría, recuerdo cuando empezaba a poder mover su pie izquierdo, luego a doblar su rodilla, llorábamos de felicidad con “sus primeros pasos”, por aquí se lee muy sencillo pero fueron días y noches de mucho sufrir, mucho dolor físico y mental, muchas dudas, preguntas y seguramente lloraron solos y juntos muchas veces, eso sí, cuando llegábamos los hijos o nietos fingían muy bien, para tratar de que no nos diéramos cuenta de lo difícil que estaba siendo, por protegernos o cuidarnos cómo siempre lo han hecho. Yo de esta experiencia, que ha sido la peor que me ha pasado en la vida, he confirmado los grandísimos seres humanos que Dios me dio como papás.

De Ma resaltó esa fortaleza que tiene, esas ganas de vivir, esa alegría que transmite.

De pá que es incansable y te agradezco pa con todo mi corazón como has cuidado de Ma, la mujer que me dio la vida y que más amo, de verdad nunca voy a olvidar como has cuidado de Ma, y de todos nosotros y el amor que nos das, ¡eres el Mejor!

Gracias a los dos por enseñarme el amor de pareja y de familia a siempre estar en las buenas y en las malas.

A mis hermanos Paola y Alejandro, gracias por dar siempre lo mejor para que este equipo que somos siempre salgamos adelante juntos.

A Dios le doy las gracias porque a pesar de la gravedad de lo que pasó, nos dejó aquí a má para seguirla disfrutando y espero que por muchos años más.

Los amo familia Rodas Portugal.”

**Paola:**

Más de un mes me ha tomado el poder empezar a escribir estas líneas, el sentimiento agri dulce es inevitable.



Figura 26

No había "tenido tiempo" por el trabajo, las niñas, la casa. . . siempre hay un buen pretexto.

La realidad es que me cuesta trabajo revivir momentos tristes de mucho miedo, de mucha incertidumbre, momentos de los que, aunque he tratado de asimilarlos prefiero dejarlos olvidados.

Y aunque durante estos 19 meses he intentado no pensar mucho en esos días recuerdo perfecto cada día, cada sentimiento, cada olor. . . del hospital, de los medicamentos, de todo.

Recuerdo muy bien ese domingo, mis hijas estaban con su papá pues teníamos ya algunos meses separados y justo ese fin de semana les tocaba estar con él.

No era un buen día emocionalmente bueno para mí, era parte del proceso que estaba viviendo de esta nueva vida después de una separación y tomé la decisión de no comer con ellos como regularmente lo hacemos.

Por lo que a las 7 de la noche que me avisaron que habían llevado a mi mamá al hospital para una revisión por una parálisis facial (quizá por estrés) no dude en correr a asegurarme que todo estaba bien como así me quisieron transmitir mi papá y hermanos. Recuerdo muy bien cuando llegue con mis papás y Ma estaba acostada, sintiéndose perfectamente, pero con cada palabra y gesto que hacía yo sentía que las cosas no estaban bien, también recuerdo la serenidad y positivismo de Pa, el mismo que se ha mantenido hasta el día de hoy, incluso en los momentos más complicados.

El paso de los días, semanas y meses nos ha demostrado que un diagnóstico no ha sido ley, al contrario: la voluntad, la fe, la perseverancia, el trabajo en equipo, pero sobre todo el amor se ha manifestado y Ma ha logrado cosas maravillosas. Cada pequeño avance de Ma ha sido admirable, con un nudo en la garganta inevitable de emoción que provoca

un gran logro. Ella siempre con la mejor actitud, paciente (o al menos eso ha querido transmitir), serena, incluso bromista de su situación, nos ha hecho aprender que las adversidades siempre van a aparecer pero la actitud con la que la enfrentes determina el resultado.

Por otro lado es imposible no reconocer el incansable y admirable amor que mi papá le ha demostrado a Ma, como ya lo escribí algún día, desde aquel domingo él se ha vuelto el mejor chef, el mejor doctor, el mejor terapeuta, puntual cual inglés para sus medicinas, gran ejemplo de hombre, pero sobre todo, el gran aprendizaje que yo he tenido es que el amor si es incondicional y cualquier situación por más negra que parezca con amor se lleva mejor.



Figura 27

Si algo además de todo lo anterior me ha dejado este "accidente", es una unión familiar invaluable, desde mis cuñadas Rosy y Ruth, a quienes estaré eternamente agradecida por todo el cariño con el que han tratado a mi mamá, a mis hijas que con todo el amor del mundo han ayudado o acompañado a Ma en sus terapias y han llorado por ella, a todos mis sobrinos que con su cariño y amor hacia Ma le han sacado mil sonrisas en momentos difíciles, mis tíos que han viajado de diferentes lugares o estado al pendiente con una llamada o

mensaje, mis primas, las grandes amigas de Ma que han estado cerca pero sobre todo el poder estar cerca de dos grandes seres humanos que son mis hermanos Eduardo y Alex, que sin ellos nada habría sido igual, siempre protegiendo siempre al pendiente de cada detalle para que mi Ma y Pa y todos en esta familia estemos bien. Y hoy después de varias semanas que empecé el escrito con el mismo nudo en la garganta de todas las emociones vividas, solo me queda agradecer a Dios por el camino recorrido, por la vida de Ma, de Pa, por un camino de mucho aprendizaje y sobre todo de mucho amor.



**Figura 28**

La ilusión, la esperanza en la recuperación de Ma, sigue intacta, desde el mismo día del infarto.

Si, Ma ha tenido un entorno favorable: Los Médicos de diversas especialidades, Terapeutas, Laboratorios, Estudios, las Familias Rodas y Portugal, medicinas, alimentos, cuidados, caminadoras, bicicletas, alberca, etc.

Pero su rehabilitación, la mejora de su salud, el fortalecimiento de sus músculos, cartílagos, huesos, su movilidad, su marcha, son únicamente resultado de su dedicación al ejercicio, al esfuerzo, a su disciplina, su dolor, sus incomodidades. Ella tuvo en buena parte que reconstruir la parte de su cuerpo dañado y luego, decían los médicos, reeducarlo, encontrar la armonía con la otra mitad.



**Figura 29**

Mas de 300 horas de ejercicio, muchas de las cuales, soportando dolor en alguna parte de su cuerpo; es lo grave de la parálisis de medio cuerpo, en algún momento se presenta dolor en todo el organismo.

## Y ESTO ES LO QUE ESCRIBIÓ MA...



**Figura 30**

Hoy tengo que dar gracias, primero a Dios por permitirme seguir gozando de mis hijos, nietos, esposo y toda mi familia y amigos, pocas personas tienen esta oportunidad. Gracias infinitas a Eduardo, que ha dedicado su vida a mí, ya aprendió a cocinar y a mí me ayuda en todo. A mis hijos que sin su insistencia en regresar al hospital aquel domingo, yo no estaría aquí, al cariño del Roy durante este año y medio y también al Dr. Murillo que ha estado vigilando mi salud, a todos los Terapeutas que me han ayudado a recuperar la movilidad.

El tiempo que me han dedicado mis hijos, qué con su amor y apoyo, me han ayudado a seguir adelante y todo el cariño de mis nietos para darme sus manitas para ayudarme a caminar.

A mis amigas por su apoyo y oraciones para seguir adelante. A mis vecinas que me invitaron a su Grupo a tocar tambores y cantar todos los martes y que me ha dado alegría, además que me sirve al cerebro el tocar tambores y cantar.



**Figura 31**

Todo este año y medio ha sido una bendición para mí, que, de amanecer un día paralizada del lado izquierdo, hoy tengo buena movilidad y solo espero hoy ser una mejor persona. Hoy recibo mucho amor y doy amor. Finalmente deseo de todo corazón que mi experiencia sirva de alerta para tomar las medidas preventivas que recomiendan los especialistas.

**BUENO, HASTA AQUÍ LLEGA EL RELATO, PORQUÉ YA NOS VAMOS CON MA A OTRA SESIÓN DE TERAPIA**

*Guadalajara, Jal. Noviembre de 2019.*



**Figura 32**



**Figura 33**



**Figura 34**



**Figura 35**



**Figura 36**



**Figura 37**



**Figura 38**





**Figura 39**



**Figura 43**



**Figura 40**



**Figura 44**



**Figura 41**



**Figura 45**



**Figura 42**



Figura 46

---



Figura 47

---