



EXPERIENCIA CLÍNICA DE CARMEN

Cuando empecé a estar mal fue en 1º de carrera. Yo estaba muy estresada y compartía piso con mi hermana y un amigo suyo. En aquella época me sentí acosada por el amigo de mi hermana y desconfiaba de él. Pero ahora me doy cuenta de que todo era producto de mi imaginación. Algo característico de aquellos días eran los ruidos de tacones en el piso de arriba. Estos ruidos los volví a escuchar años más tarde cuando estuve mal de verdad.

A menudo, cuando estaba sola, me acordaba de alguna cosa graciosa y me daba la risa y me reía yo sola. Esto puede ser un síntoma también de la enfermedad. A medida que pasó el tiempo, también desconfié de uno de mis mejores amigos de la universidad, porque sentí como que en un instante dado se había burlado de mí junto con otros compañeros. Aquel día yo estaba como en una nube. Me llevé un gran disgusto. Yo se lo comenté a él pero este lo negaba. Así que dejé de hablarme con él poco a poco. Influyeron también dos amigos en mí, apartándome de él y llevándome a su terreno. Yo en ese momento era como una veleta y me dejaba influenciar (aunque cueste reconocerlo por ellos).

Estos dos amigos son homosexuales. Un chico y una chica. Ambos me lo confesaron y hacían como que estaban juntos para disimular delante de los demás.

Yo me creé una paranoia y pensé que la gente se creía que yo era también homosexual y les veía cuchichear, mirándome y diciéndome cosas por la espalda, nunca de frente a mí directamente. De esto puede haber parte cierta, porque algunos comentarios eran evidentes. Sin embargo, puede que fuera algo a pequeña escala, por parte de unos pocos, que mi cabeza magnificó y lo asigné a todo el mundo. Cuando me cruzaba con alguien y me saludaban, yo desconfiaba también.

Así que decidí poner una nota en clase, con lo que conseguí que la gente que ni siquiera me conocía, ahora se fijara en mí y aparté la situación. Pero yo, por el contrario, me sentí liberada y conseguí con ello que la paranoia desapareciera. Esto ocurrió en 4º de carrera. Yo estaba encerrada en mi mundo, no hablaba con nadie en clase, sólo cuando me encontraba con estos dos amigos, que eran con los únicos que yo me hablaba. A pesar de que me preocupaba un poco el qué dirán, nunca renuncié a la amistad de ellos por ser homosexuales.

Pasó el tiempo y también empecé a desconfiar de ellos, porque creí que ellos habían sido, un año antes, los que habían extendido el bulo. Con lo cual, hablé con el director de nuevo (cuando escribí la nota también hablé con él y acusé a mis compañeros, en concreto a uno e incluso a los bedeles, porque cuando pasé una vez por su lado cantaron una canción que creí que era para mí). Cuando hablé esta última vez, me acusé de mis dos amigos, echándoles a ellos la culpa de lo que pasó la otra vez y responsabilizándoles de que la gente me hubiera dado la espalda y de que yo no me llevara bien con nadie. Por su parte, el director hablaría con ellos, yo no lo sé. Lo que sé es que hablar con él complico mucho las cosas.

Aquellos días cuando iba por la escuela pensaba que tenía compañeros buenos, que estaban de mi parte y compañeros malos o menos buenos. Llegué a pensar que me querían atropellar a la salida, al cruzar la calle, pero que siempre había allí algún compañero “bueno” para evitarlo. Hubo dos días en los que tenía taquicardia y no dormía en toda la noche. Llegué a convencer a mi hermana para ir a la comisaría a denunciar que estaba siendo acosada por mis compañeros, a los cuales les creía compinchados con un profesor que tuve en primero. Creí que su interés era que yo no acabara la carrera y lo estaba consiguiendo. Fuimos a comisaría. Aquel día amanecí con la boca muy seca y echando una especie de espuma (creo que estos eran síntomas físicos de mi enfermedad mental). Llamé al director y quedamos para hablar un jueves. Esto era un martes. El miércoles, tras dos días sin ir a clase, decidí ir con la autoestima por las nubes, esa era mi actitud. Pensaba entonces que lo que querían era matarme y que incluso el director estaba detrás, pero que la policía estaba al corriente de todo y que lo impedirían.

Miré desafiante a la profesora que pensaba que era “de los malos” y salí de clase. Fui a hacer unas fotocopias y en la tienda había un muchacho con una mochila. Pensé que era el sicario, pero allí no me podía hacer nada. Salí y casi me tropezó con un hombre muy alto, lo que interpreté como una señal para irme a casa.

Así que de camino a casa vi la calle como muy rara. En un lado, gente apelotonada y el resto vacía. Sólo había una persona con una capucha porque lloviznaba, que me seguía. Pensé que era mi “guardaespalda”. Cuando llegué a mi calle, pensé que los barrenderos eran policías disfrazados de barrenderos y que estaban protegiéndome. Pero al subir la cuesta oí una furgoneta a gran velocidad. Entonces corrí a la puerta. La abrí y me giré para cerrarla. Fue cuando vi una furgoneta azul parada en frente del portal con un encapuchado que hacía el amago de coger una pistola. Yo subí corriendo las escaleras con las llaves. Tiré el bolso y los blocs y me encerré en casa con llave. Las persianas estaban bajadas. Interpreté que alguien las había dejado así porque había francotiradores en las ventanas de enfrente. Yo arrastrándome por el suelo, toda asustada, me metí bajo la cama y no salí. Los vecinos avisaron a mi hermana, mi hermana a mis padres y a Jaime, su novio. Este llegó y llamó a la puerta. Yo pensé que era de los malos porque creía que pretendía que saliera para matarme. Yo creía que aún estaban abajo esperándome. Cada puerta que se cerraba la interpretaba como un disparo entre la policía y los malos. Pasó un “tractor” o algo así y yo creía que era el helicóptero de la policía... Así un montón de ruidos como la cadena del water de los vecinos que yo pensaba que querían hacer un agujero para pasar a acompañarme, etc. **Mucha imaginación, tenía yo.**

Hasta que llegó la policía y luego mi hermana. Los policías que vinieron yo pensaba que eran corruptos, que los de verdad estaban en la casa del vecino. Así que no abría la puerta, hasta que llegaron los bomberos y la abrieron. Pensé que los policías habían dejado micrófonos en el piso y por eso cuando llegaron mis padres y con mi hermana, no hablaba con libertad. Mi padre avisó a la universidad para ver dónde podía estar o qué había pasado, porque no estaban seguros de que yo estuviera en casa, ya que no contestaba a Jaime cuando me llamaba.

De modo que por la tarde llegó el subdirector a casa y le contaron lo sucedido. Al día siguiente, fuimos a hablar con el director. Les contamos que yo había visto un encapuchado, etc.

Para todo esto, yo pensaba que eran malos y que me querían matar, pero que simplemente estaban disimulando. Creí que era una mafia dentro de la universidad y que iban contra mí. Me aconsejaron ir a mi ciudad a descansar y así fue.

La noche del jueves al viernes no podía dormir. Oía ruidos que relacionaba e interpreté que en el piso de arriba había gente de la mafia con perros (a los cuales tengo fobia) y oía disparos como los de los maquinistas. Yo pensaba que sonaban así porque tenían silenciadores. El caso es que pensé que había una especie de guerra afuera y no dejé dormir a mis padres. Cada coche que pasaba pensaba que eran coches patrulla.

El viernes mis padres me llevaron a ver al Dr., el cual me diagnosticó delirios y me dio un tratamiento. Cuando yo estaba allí, creía que él estaba amenazado y por eso decía que yo estaba mal, para salvar su vida y la de sus hijos. Pensaba que si me portaba bien y seguía la corriente tomándome el medicamento, podía salvar mi vida y que no me matarían. Pensaba que en la farmacia los policías dejaban medicamento falso, que no hacía nada, para que yo lo tomara y así seguir ellos sus investigaciones y atrapar a toda la mafia. Desconfié también de unos familiares de mi padre y pensé que ellos también estaban dentro de esa banda. Creí que me habían estado observando desde pequeña desde otras ventanas y que era una red de pederastas. Estuve un año sin ir a clase, desde noviembre hasta junio. No quise ver a Jaime, en todo ese tiempo, porque pensé que era malo y que su padre también lo era. Yo a mi hermana no se lo decía porque temía por su vida, ya que el padre de Jaime era cazador y bueno, se me apuntaban en la cabeza toda una serie de ideas.

Estuve la mayor parte del tiempo en casa y el resto de mi familia no se enteró. Pensaban que seguía estudiando en la universidad. Yo sólo salía cuando iba a consulta o cuando algún día iba a la piscina. Me aconsejaban hacer vida normal. Pero todo el medicamento que estaba tomando no me hacía nada. Mis paranoias iban aumentando cada día más.

Un día invité a mis padres y hermana a comer y salimos. Me pasé toda la comida moviendo la cabeza porque pensaba que me estaban apuntando desde algún sitio. Hice el ridículo.

Cuando estaba en casa, oía ruido de tacones, de ordenadores y yo creía que la policía estaba en el piso de arriba (porque la mafia ya no estaba allí, claro). Me podían rastrear con un perro y sabían en qué posición estaba yo. También lo hacían con una máquina. Así que, si me acercaba a la ventana, daban golpes para que me alejara, etc.

También los destellos de luz me afectaban y creía que eran para preparar las armas y apuntar hacia mí, con lo que quería estar todo el día con las ventanas bajadas.

Cuando salía a la calle y oía pitar a un coche, pensaba que eran contraseñas que se hacían entre los coches patrulla, que estaban protegiéndome constantemente.

Una vez trajo mi hermana chocolate que había comprado Jaime, y yo antes de eso había olido chocolate, con lo que pensé que era una señal que los policías que habían hecho para que no lo

tomara porque estaba envenenado. Así que lo mío lo tiré y advertí a mis padres que no lo tomaran. A pesar de que vi que no les había hecho efecto, yo seguía con mis paranoias. Veía un número y creía que era una fecha del día en que todo iba a acabar (las investigaciones, etc.) y que me darían una indemnización por todo. Pero cuando llegaban esas fechas, no se acababa nada. Yo aún así, seguía con mis creencias.

Dr. me preguntó si la radio o la tele me hablaban. Yo le dije que no (en la 1ª consulta) pero lo interpreté como que a partir de entonces me iban a hablar, porque los policías tenían la antena de mi casa controlada. Con lo cual, cosas que decían en la tele, yo las interpretaba a mi forma, como mensajes que me largaban a mí. Tuve siempre esa actitud egocéntrica. Al ver que yo estaba apática (no me apetecía arreglarme ni hacer nada, sólo comer), mis padres me llevaron a la consulta de Dra., la cual me cambió la medicación y me di cuenta entonces (o empecé a darme cuenta) de que a lo mejor todo era una enfermedad y con ayuda de ella, O, P, mis padres y mi hermana he logrado salir adelante y aunque a veces vienen a mi cabeza desconfianzas a la gente, yo las rechazo. Empecé a ir a clase en septiembre y he conocido a María y Pedro con los que me llevo muy bien. Además aprobé dos asignaturas con muy buena nota, lo cual no lo esperaba porque antes de los exámenes estaba muy pesimista.

He ido consiguiendo metas poco a poco, como dice P, he ido subiendo escalones de uno en uno. Cuando estaba mal me sentía deprimida, porque pensaba que todo el mundo o muchas personas estaban contra mí, sin yo haber hecho mal a nadie.

Había muchas veces que estaba triste pero luego otras veces iba por la escuela con mucha autoestima, como creyendo que así les “daba en los morros” a esa gente. Es decir, tenía altibajos.

También me sentía aislada del resto del mundo, como si yo fuese distinta de los demás y no pudiera llevarme bien con nadie por la razón de no ser como ellos. Me sentía como un bicho raro.

Además iba acomplejada y sentía como si los demás estuvieran esperando a que yo quedara en ridículo, para reírse de mí.

Solía estar de mal humor a veces porque la tensión y el aislamiento que yo vivía en la universidad hacían que descargara mi ira contra mi hermana con la que vivía entonces. Tenía cambios de humor bruscos. Unas veces estaba muy optimista y otras veces lo contrario.

Cuando estuve peor, que fue cuando vi al encapuchado, sentí terror en el momento pero luego cuando me metí debajo de la cama se me pasó el miedo y estaba esperando a que todo pasara, pero con tranquilidad. Después, cuando me acordaba de aquel día, también sentía miedo pero menos. Luego cuando empecé a pensar que había estado siendo observada desde pequeña me sentí muy mal. Era cuando estaba apática, sin ganas de hacer nada y sólo me consolaba pensando que había personas peor que yo y que no me tenía que quejar, que pronto acabaría todo y me darían un dinero con el que yo podría ayudar a esas personas. También a veces me sentía culpable por alguna cosa que había hecho en el pasado, aunque hubiera sido sin yo quererlo, pero cosas que

hubiesen estado mal. Incluso recuerdos de hacía mucho. Me atormentaban los pensamientos sobre todo de haber sido observada, de lo que hubiera podido decir de mí, de si alguien hubiera colgado en internet montajes con mi casa, de si hubieran podido poner cámaras en los baños de la universidad... Vamos, que en esa época lo pasé mal, porque me atormentaban esas cosas.

Había días que sólo me apetecía estar en el sofá tumbada, de pura tristeza que tenía. Me tranquilizaba dormir con mi madre. Como le decía al Dr. que estaba deprimida, pues me daba Cipralex, pero esto no me hacía nada porque estaba deprimida por los pensamientos que tenía, y esos el Risperdal no me los quitaba. También tomaba Artane para los efectos del Risperdal porque tenía temblores, etc.

Yo llegué a pensar que los medicamentos me los daban para otras enfermedades que yo tenía en realidad.

Incluso creí que Jaime, el novio de mi hermana, me había pegado el sida a través del cepillo de dientes. Cuando creí eso me eché a llorar, pero de forma contenida, no en llanto. Fue la única vez que recuerdo que lloré. Al verme llorar, mi padre también se emocionó, pero no le dije por qué lloraba, porque no quería darle un disgusto. Porque se me había metido en la cabeza que mi hermana tenía también el sida y a mis padres no quería darles un disgusto. Una de las veces que fui al Dr. me dijo que yo estaba bien, así que lo interpreté que no tenía el sida y parece como que me llevé una alegría (esto lo interpreté porque pensaba que el doctor estaba de parte de la policía y que estos por la noche bajaban a nuestra casa y nos tomaban muestras de sangre, nos vacunaban, etc.).

Yo también me dedicaba a pensar en lo que haría con el dinero que me iban a dar. Le quería comprar una casa a mi hermana, apadrinaría a muchos niños, ayudaría a los niños heridos por la pederastia, a los enfermos de sida, etc.

Muchas ideas que se me venían a la cabeza eran consecuencia de la televisión, porque yo pensaba que estaba manipulada por la policía, que eran los que querían informarme, como la idea del sida, que coincidió con el día mundial del sida y salían hablando de ello en la tele, etc. Con esto quiero decir que ver la televisión tal vez no sea nada bueno para un enfermo. Que lo mejor sea salir.

En vista de que yo estaba apática y sin ganas de nada, hizo a mis padres reaccionar y me cambiaron de médico. Al cambiar de médico yo empecé a reaccionar y vi que sí estaba enferma. Porque a los de la mafia no les detenían nunca y pensé que podía ser porque no existían. Al tomar el nuevo medicamento fui a mejor y los malos pensamientos fueron poco a poco desapareciendo. P y O me han ayudado mucho a superar mi enfermedad. Una vez que me di cuenta de que yo había estado enferma, ya no me atormentaban los pensamientos de antes, sino pensamientos como el ridículo que hice con la nota que puse en clase, las cosas que hice y que no hice, sin ser consciente de ellas, la gente a la que acusé injustamente... Me cuesta hacer memoria porque me han ayudado tanto que casi he olvidado todas esas cosas del pasado. Gracias a ellos he logrado volver a la escuela como una persona normal, sin tener que mirar hacia abajo. Me hicieron muchos tests para saber mi estado y ayudarme de la mejor manera. Me acuerdo que, con lo de la nota, me dijo P "pues ya tienes algo que contarle a tus nietos"; con lo que me hizo reflexionar y decir de qué me quejo si es una tontería.

Al no darle ella importancia, yo automáticamente se la quité. Luego, poco a poco he ido saliendo con mis amigas, he ido a la universidad, he hecho amigos (dos de momento, aunque el otro día hablé con una chica y la he dejado unos apuntes y otra vino a hablarme y así no estuve sola en las prácticas de urbanismo...). **Son pequeños detalles que yo valoro mucho porque poco a poco siento que soy igual al resto de las personas.** Me siento más sociable, abierta a hablar con la gente porque tengo como más seguridad en mí misma.

Es difícil pensar en cómo pueden mejorar O y P, porque conmigo están haciendo un trabajo excelente. No sé si lo estarán haciendo ya, pero a los enfermos podían mandarles escribir, como lo estoy haciendo yo su experiencia y sus alucinaciones para entenderlos mejor y poder arrancarles esos pensamientos de la mente. Pero bueno, eso, en los casos que lo vean viable, seguro que ya lo están haciendo.