

# Recuperar la medicación

escrito por admin

Hace un par de meses he estado muy inquieto sobre el tema de la medicación, y me gustaría compartir cuatro momentos que han sido clave para poder entender el porqué de la curiosidad sobre esto.

En un primer momento, siempre vi como mi madre, después de perder a mi padre hace más de veinte años, estuvo medicada. Posiblemente lo estuvo desde antes, no lo sé, pero sí vi que luego de eso, su medicación siempre fue su compañera. Esto no le impidió ser una mamá presente (en todo sentido), amorosa y trabajadora.

Luego, durante su enfermedad (una leucemia) que duró alrededor de 2 años, siempre le decía a su oncólogo que no le quitase la medicación psiquiátrica para estar en paz durante largos meses de hospitalización y tratamientos invasivos.

En un segundo momento, hace unos meses estuve con dos personas en una charla sobre salud mental y emprendimiento. Una de las emprendedoras contó que estaba medicada. Al finalizar la charla, una persona del espacio se acercó y le agradeció y le dijo “yo también soy medicada y me daba pena decirlo, gracias por compartirlo”.

En un tercer momento y, cuando estaba de director del Club del 1%, visité a las beneficiarias de la fundación. En una conversación que sostuve con una de ellas, me confesó que estaba medicada pero como “la atontaba” y estaba en un proceso de custodia de la hija, prefería no tomarla para que el ICBF no se la quitara; o eso suponía ella desde su inocencia y desconocimiento.

Y un último momento lo viví recientemente cuando una amiga me compartió que iniciaría un proceso de medicación, luego de encontrarse en una depresión. Me agradeció por estar promoviendo el tema de salud mental, pero también me reconoció que le estaba dando duro asimilar esa noticia.

Una psiquiatra muy querida, Verónica Vargas, en una entrevista en

donde hablábamos sobre los mitos alrededor de la medicación me dijo: *“Si tienes dolor de cabeza, - migraña por ejemplo -pues te tomas un dolex. Si te tomas muchos dolex sin acompañamiento y tratamiento, puede ser nocivo para ti. El dolex por sí solo no te quitará tu migraña, necesitarás acompañarlo de alimentación, ejercicio y otros y hábitos que complementen la medicación”*.

Esa reflexión que ella me hacía me trajo a la mente los cuatro momentos que les comentaba anteriormente, y me dejó las siguientes reflexiones: no debemos satanizar o generalizar. La medicación y, particularmente la psiquiatría, nos la han vendido como “mala” ya que está asociada a la locura y a la dependencia.

Desafortunadamente hay mucha desinformación que evita que los pacientes entren realmente en un proceso integral que les permita aplicar diferentes herramientas de manera responsable en pro de tratar un problema psiquiátrico.

Necesitamos recuperar la psiquiatría desde una visión más humana, que aborde no sólo el problema médico per se, sino que vaya más allá, que no se quede solo en recetar. Y, lo más importante, normalizar la conversación. Los tabúes han alejado a la psiquiatría y a la medicación de nuestro día a día. Como cualquier enfermedad, necesita ser tratada y, una de las maneras, es a través de la medicina.

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/daniel-restrepo-2/>