

LA PAREJA

y ●

Si mi pareja tuviera cáncer ¿yo que haría?... no sé. O tal vez sí. Me ha acompañado, me ha regalado su tiempo y su vida, comemos y dormimos juntos. ¿Su temor será mi temor? ¿Su dolor será mi dolor?

Si mi pareja tuviera cáncer creo que le miraría más a los ojos, acariciaría más su piel, no me alcanzarían los abrazos para que sienta que le puedo seguir ofreciendo mi vida, mi compañía, mi comprensión. Necesitaría que entendiera que está conmigo, que no le abandonaré, que es muy importante su presencia en mi vida. Que sus sueños son mis sueños, y que nuestros sueños continúan, en los buenos y malos momentos.

Nos tocaría aprender a vivir nuevas cosas, lo sé, cosas difíciles, lo sé. Pero también cosas bellas, porque por fin entendería que nuestras discusiones no tienen sentido, que nuestros enojos y nuestros disgustos tal vez fueron necesarios pero ya no valen la pena, entiendo ahora que tal vez nunca valieron la pena. Creo que entendería lo milagrosa que es su compañía, podríamos escuchar música juntos, podríamos ver una película juntos, podríamos disfrutar de un helado juntos. No sé porque pienso que en esos momentos sería maravilloso acompañarle, tomados de la mano.

Entendería que ha sido tan importante en mi vida su compañía que lo único que quisiera ahora es que no sufra. Pero tendría que

entender que no es así; tendría que confesar que sentiría mucho miedo, que sentiría tal vez rabia, tal vez impotencia, tal vez frustración, pensaría que todo es injusto. No sé si le contaría a mi pareja estos temores, pero creo que muy pronto me daría cuenta que mi pareja tendría esos mismos temores. Creo que sería mejor hablar, yo sabría que mi pareja estaría sufriendo, sé que mi pareja sabría que yo estaría sufriendo; si habláramos nos aceptaríamos, nos encontraríamos, nos entenderíamos, creo que hasta nos tranquilizaríamos. Querría conocer todo lo que piensa, me enteraría de todo lo que siente, le permitiría que expresara todo; le abrazaría cuando lllore, tomaría su mano cuando sienta dolor y le miraría a los ojos para que me vea, para que nos veamos, para que sepa lo que pienso, lo que siento.

Tendría que aceptar que estamos en una situación difícil, pero no perdería la esperanza. Haría lo posible por acompañarle a sus citas médicas, aclararía con el médico y su equipo todas mis dudas, todas sus dudas. Me enteraría de todo lo que pasaría con el tratamiento y reconocería



EL CÁNCER

Por César Augusto Arango D., MD. • Médico Psiquiatra
Clara Elisa Reyes P., MD. • Psico-Oncóloga

que tal vez por un tiempo las cosas no podrán ser como antes, pero se, que con nuestro amor, entre los dos, manejaríamos esta realidad. No sé porque pienso ahora que estaríamos mucho más cercanos, tal vez como nunca. Sé que decidiría disminuir mis horas de trabajo o mis ocupaciones para acompañarle.

Tendría que aceptar que por su enfermedad o por su tratamiento mi pareja este frágil. Tendría que entender que tal vez por algún tiempo no podamos tener relaciones sexuales, sé que esto ocurre algunas veces, pero sé, que entendería que nuestra sexualidad es tan amplia y maravillosa que los besos, las miradas, las

caricias, los abrazos, la compañía, los mimos, compensarían todas nuestras necesidades. Podría entender que la disminución de la actividad sexual no es un equivalente a la disminución del amor.

Si mi pareja tuviera cáncer ¿yo que haría?.... no sé. *[Tal vez nuestra relación se acabaría definitivamente, porque hace tiempo no nos entendemos, porque hace tiempo ya no estamos tan cercanos para afrontar algo como esto, porque han sido muchas las heridas. Porque, tengo que confesarlo: hace tiempo no nos acompañamos de verdad].*

PROBLEMAS MAS FRECUENTES EN LA RELACIÓN DE PAREJA QUE AFRONTA EL CÁNCER

Las enfermedades como el cáncer ponen a prueba a la pareja, cuatro de cada cinco parejas se acercan más mientras una de cada cinco entran en conflictos severos e incluso se separan.

- **Ansiedad y depresión:** con frecuencia estos sentimientos se presentan de forma equivalente en los dos miembros de la pareja. Son el resultado de la tensión, la incertidumbre, la amenaza causada por la enfermedad. Las personas con tendencia a sufrir de depresión, en una circunstancia como esta pueden presentar exacerbación de su enfermedad depresiva. Se requiere consultar al médico o al psicólogo.

- **Comunicación en la pareja:** por la connotación tan adversa que se tiene del cáncer, muchas parejas optan por no comunicarse sus temores y esto incrementa el clima de tensión. Es necesario que la pareja se comunique claramente tanto en lo emocional como en lo verbal, si no pueden hacerlo deben buscar ayuda. Implicaciones en el entorno social: la pareja debe enfrentar aspectos relacionados con la vida laboral, con el manejo de los hijos, con su situación económica, con los temores de los padres y otros familiares. Es necesario que se afronten todos estos aspectos en compañía y nuevamente se debe resaltar la comunicación.

- **Sexualidad:** El cáncer y los tratamientos afectan el interés, el funcionamiento, los sentimientos y la atracción sexual. Algunas veces hay cirugías muy extensas e incluso mutilaciones que afectan la imagen corporal. Las consultorías son necesarias para afrontar estos aspectos.

