

PROYECTO MEMORIAS DE UNA PANDEMIA: TESTIMONIOS, REFLEXIONES Y ANÁLISIS DESDE LAS VIVENCIAS DE AMÉRICA LATINA

**PANDEMNESIS: ARCHIVOS TESTIMONIALES, DIARIOS DE LA EXPERIENCIA,
CRÓNICAS Y FUENTES DESDE AMÉRICA LATINA**

FICHA PARA ARCHIVO TESTIMONIAL

Lugar y fecha: Bogotá, 19 de junio de 2020.

Código: AT20EM03

Nombre de quien testimonia: Anónimo.

Actividad que desempeña: Estudiante (20 años).

Entrada: Enfermedad

Ítem: Mental 03.

Hola, [...] primero que todo pues autorizo el uso de mi testimonio para este proyecto. Tengo 20 años me encuentro viviendo en la localidad de Kennedy, [...] respondiendo a la primera pregunta mi salud mental antes de la pandemia diría que estaba [...] relativamente bien, yo sufro de un trastorno depresivo recurrente diagnosticado hace dos años, [...] durante esos dos años no fui muy juiciosa con el medicamento, pero a principios de este año [...] pues empecé a llevarlo más juiciosa. Otro factor que me impedía digamos que ser juiciosa con eso, es que el proceso para reclamarlo es un poco tedioso [...] las filas son muy largas, hay que esperar mucho tiempo. Bueno [...] aparte de esto a principio de año también inicié digamos que un tratamiento por parte de psicología, [...] esto fue un cambio positivo para mí ya que el tratamiento psicológico que me venían dando era por parte de la EPS y pues las citas en la EPS, en mi EPS, que es Sanitas, [...] las psicológicas se demoran aproximadamente 3 meses, cada cita igual que las psiquiátricas, [...] eso me afectaba pues bastante ya que aparte de que era un tiempo muy largo en ocasiones me cambiaban el terapeuta y eso hacía que tuviéramos que retomar la historia desde el comienzo, entonces ya con la nueva terapia que estaba tomando que era muy constante [...] pues fue muy bueno porque mi psicóloga ya como que conocía más o menos mi patrón de comportamiento, entonces tenía como más detalle de [...] cómo podía reaccionar y qué cosas debía hacer, incluso, [...] como también podía darme consejos para que mi familia me ayudara a llevar todo esto.

Bueno, ya [...] el proceso me ayudó mucho, sentía realmente que estaba bien, me sentía pues anímicamente bien, [...] al entrar la pandemia, al empezar la pandemia, [...] mi salud mental se vio un poco afectada por muchos factores, [...] uno de ellos es que pues me [...], me afectó mucho como empezar a convivir todo el día, todos los días con mi familia, porque a veces chocamos bastante, aparte tengo una hermanita de cuatro años, [...] y pues los niños de cuatro años son muy, como muy hiperactivos, entonces eso a veces me chocaba bastante, no me dejaba estar en mis clases virtuales, me molestaba mucho. Otro de los factores fue que estaba saliendo con un

chico y pues [...] claramente la pandemia afectó eso ya que pues no, no podía verme con él ,habían muchos problemas, muchas peleas y realmente a mí las relaciones de pareja me afectan mucho [...] la salud mental, [...] no me estaba tomando las pastillas juiciosa pero a pesar de que estábamos en pandemia el proceso de reclamar mis medicamentos fue mucho más [...] fácil ya que, los, pues las farmacias estaban realmente como muy vacías un proceso que antes para mí duraba al menos hora y media, ahora duraba unos diez minutos, entonces [...] eso fue algo positivo de la pandemia, [...] pero bueno [...] volviendo al tema de mí, de mi salud mental con estas relaciones, [...] ese fue uno de los factores que más como que más influyó para que volviera a [...] digamos que a tocar fondo, [...] aproximadamente el 13 de mayo, [...] pues intenté suicidarme tomando pastillas. Mi mamá me llevó al día siguiente, bueno ese día me hizo vomitar, al día siguiente, me, me llevaron a Urgencias y me tuvieron cuatro días en observación, en esos días toda la gente, absolutamente toda la gente me preguntaba qué factores habían intervenido en mi decisión, entonces [...] aparte de la relación que tuve también influyó mucho el tema de la Universidad ya que el tema virtual a muchos nos ha chocado mucho y también porque voy digamos que atrasada, entonces a veces siento que no voy a lograr las cosas y pues bueno, [...] eso fue un factor muy importante, también siento que de los más fuertes, pero lo que, lo que digamos, lo que detonó mi acción inmediata porque no fue algo premeditado sino espontáneo fue una pelea con mi mamá. Bueno como venía diciendo antes ella me hizo vomitar el otro día me llevó, me llevó [...] Urgencias, estuve cuatro días allí, durante esos cuatro días como sólo me tenían en una cama [...] estuve, pues, como muy estresada, muy ansiosa, me dio un ataque de ansiedad, tuvieron que darme medicamentos, [...] y ya luego de eso me trasladaron a una clínica que se llama Campo Abierto [...]. Contrario a lo que uno pensaría pues nosotros teníamos muchos espacios digamos que libres teníamos un lugar, una zona verde para salir a caminar, para tomar el sol, nos hacían muchas actividades y pues bueno [...] el tiempo que estuve allá que fueron dieciséis días me ayudó bastante con mí, pues con mi salud mental, [...] me ayudó como a dejar atrás esa relación mala que tenía, [...] y pues a replantearme mejor lo que quiero, lo que necesito para mí, para ayudarme a mí misma. Y pues bueno, por último [...] lo que pienso o sea, cómo pienso que va a estar mi salud mental luego de la pandemia, [...] yo creería que, pues como voy va a estar muy bien, porque estoy siendo muy constante con mis medicamentos, [...] con el tratamiento, el tratamiento que me dieron en la clínica Campo Abierto, también me ayudó bastante ahora tengo una rutina y eso ha sido de gran ayuda para mí [...] y pues creo que así, digamos que empezaré a construir algo mejor para mi futuro [...] y pues es por eso que pienso que, pues que el proceso va por buen camino y que todo va a estar bien.

Anexa: Audio Enfermedad – Mental 03. Entrada: Enfermedad.

Código: AT20EM03

Levantamiento: Brayan Alexander Paredes Sánchez.

Revisión: Adrián Serna Dimas y Carlos Reina Rodríguez.

Citación: Archivo Testimonial DESUD/CLACSO (2020). Testimonio AT20EM03, 2 fls.

Entradas relacionadas: Cuidado, Enfermedad, Medicina, Profesión (Salud), Relaciones sociales (Familiares).

