



Gases

Yady Campos

“Que malayo dolor de barriga”, repite Carito todas las mañanas. Yo pienso que hubiera podido decir: “Que mardito dolor” o “Que dolor tan mollejuó”, pero no, Carito insiste en su “malayo” dolor y yo creo que malayo le queda chiquito a estos dolores de barriga tan coñoesumadres que nos atacan casi todos los días.

Ya no recuerdo cuándo me comenzó este suplicio. De Carito me cuentan que lo trajo desde su llegada a la oficina hace un montón de años. Pero en lo que a mí respecta, podría asumir que cuando me mudé a Caracas, pues a pesar de que acá ya no me puedo tapucear de pan dulce todas las tardes, debo reconocer que el cambio - geográfico y gastronómico- pudo haber incidido directamente en esta especie de calvario rocambolesco (ya luego entenderán que no es exageración). Independientemente de cuándo comenzó o se agravó, esta vaina no termina de darme una estocada final. Trataré de acercarlos a lo que siento.

Mi dolor de barriga no puede definirse como un “estirón” o un “apretón”, pues es mucho más complicado. Cuando me levanto paso directo a orinar y me asombra mi abdomen plano. No como el de una Miss, pero al menos no quedan signos del hinchamiento de la noche anterior. La *planitud* dura apenas unos pocos segundos porque apenas me bebo mi vaso de agua matinal comienzan a batirse las tripas como si tuvieran vida propia. Claro, todo es relativo, porque si soy franca las mañanas pueden ir de un salto a la poceta porque ya me estoy haciendo en los calzones hasta una decena de vueltas por la casa -con agua tibia, café oscuro o zumo de zanahoria con sábila- para que mi estreñido estómago pueda desahogarse (o al menos intentarlo, porque puedo pasar fácilmente del estreñimiento más pertinaz a la diarrea más insoportable). Yo intento decirme mil veces “mi cuerpo sabe lo que necesita para estar bien”; “mi cuerpo sabe lo que necesita para su bienestar”; “mi cuerpo sabe...” y zas: ya el dolor es insoportable.

Luego del desahogo estomacal -que por lo general nunca llega a ser completo pues si estoy estreñida me queda la sensación de que me falta más de la mitad; y si es diarreico entonces quiero quedarme pa ahorrar papel y agua- me hago la fuerte, tomo una ducha rápida y me como mi arepita. Le he intentado dar un toque “saludable” con ralladura de zanahoria, calabacín y ajonjolí. Cualquiera que me viera diría que mi régimen alimenticio es sinónimo de una vida plena; no obstante, no he terminado de llegar a la oficina cuando ya siento que la arepa y toda su carga “provechosa” me están volviendo añicos. Pienso en la dieta que me dio el decimocuarto gastroenterólogo que me ha visto y puteo madres porque la harina de maíz está vetada de la lista. Claro, es que tengo vetados tantos alimentos, que si me pongo a hacerles caso terminaré comiendo aire. Leche y sus derivados, huevos, harinas, dulces, panes, chocolate, grasas, carnes rojas, cubitos, cítricos, brócoli, repollo, cambur, pastas (jespagueti!), mermelada, refrescos, azúcar, miel, bizcochos, mayonesa, salsas, picantes, enlatados, embutidos, en fin, todo lo bueno y bello de la vida te lo borran de un plumazo. ¿Con qué coños quieren los galenos que uno cocine? Uno de los tantos que me ha visto indicó: “Preferir alimentos asados, horneados o salcochados”. ¿Qué cipotes significa salcochados? Al que deberían “salcochar” es al malayo dolor de barriga que ningún médico termina de curar. Pareciera que para ellos es un secreto deleite verte quejarte y retorcerte del dolor. Su frase predilecta es: “Usted no se ha cuidado, no ha seguido la dieta”. Yo quisiera verte coño e tu madre comiendo crema de auyama en Nochebuena. O celebrando el matrimonio de un hijo con un trozo de lechosa mientras toditicos tus invitados se jartan de pernil, tequeños, cupcakes y ceviche.

Por eso en lo que apenas me siento en mi escritorio corroboro que el pantalón me va a estallar. Los gases se han subido y empiezan a burbujear entre el estómago, pancreas y lo que asumo debe ser el ¿colon? Pareciera que, en vez de ascendente, transversal y descendente tengo cinco hippies tripeándose una Hora Loca.



Apelo por mi Simeticona. A los pocos minutos comienzo a temer que alguno se me escape y termine sacando a todos mis compañeros por la escalera de emergencia. Hay días en que siento tantos, que me creo socia mayoritaria de PDVSA Gas Comunal. En esa materia soy la más eficiente; y no solo me refiero a la cantidad, sino a la calidad. Los olores devenidos de estos problemillas gástricos van desde los más discretos (disimulables si vas caminando rápido por la calle) hasta los más asquerosamente podridos (imposibles de ocultar y capaces de clausurar un piso entero). No sé dónde leí que todo ello es normal; de hecho, “el hombre promedio lleva alrededor de cinco libras de carne roja non-digerida y putrefacta en su sistema digestivo”. ¿Será que estoy fuera de las estadísticas?

Hace ya algunos años, la diferenciación en los niveles de podredumbre era mucho más sencilla. Si comía caraoatas por ejemplo, era seguro un tipo de gas sulfatado que me daba quemonazos¹. Pero si comía Corn flakes, entonces los hedionditos parecían una mezcla de vómito de bebé con leche podrida. Claro, ustedes dirán ¿quién no se ha echado un pedo podrido en su vida? Todos. Pero su producción excesiva, esa sensación de llenitud, esa angustia de que pueda salirse uno delante de todo el mundo no es vida para nadie.

Después de que he saltado al baño de la oficina unas cinco o seis veces para disimular mi malestar, he bajado a comprar una manzanilla, bebido muuucha agua, hecho ejercicios de relajación y hasta repetido ochocientos cincuenta mil veces más “mi cuerpo sabe lo que necesita para estar bien”, llega la hora del almuerzo. Me tomo mi medicamento para preparar a la boca del estómago (debería al menos hablar y decirme qué le pasa). Espero quince minutos y bajo al comedor para masticar mil veces cada bocado porque “es necesario para una buena digestión”. Si por los médicos fuera no podrías ni hablar durante las comidas. Encima de que te prohíben cuanta verga se les antoja, pretenden que mastiques los alimentos como si por eso te fueran a dar una medalla. No bebas jugo de melón, sino el melón picadito; eso sí, fuera de las comidas. No mezcles las frutas; olvídate para siempre de la tizana aunque la recuerdes con mucho cariño porque era lo que te daban año a año el Día de la Alimentación. Come cinco veces al día; tres comidas completas y dos merienditas (como si las “merienditas” fueran vainas deliciosas y en realidad no pasan de una fruta carísima como manzana o pera).

En fin, termino de almorzar y vuelvo con la Simeticona; un paliativo que a la larga te vuelve el estómago lento y te hace tan, pero tan dependiente de él que si no te lo tomas no puedes procesar ni un vaso de agua. Con mi componente de enzimas pancreáticas comienzo a experimentar una tormenta gasífera muy extraña. Si comí algo de complicada elaboración, como pasticho o enrollado de carne, me burbujan hasta saturar mi barriga. Llega un momento en el que no puedo respirar. Es como si se me alojara entre pecho y espalda. Horrible. Malayo dolor. Mientras que, si aumenté la dosis de fibra, son como más vívidos, intensos y aunque no lo crean dolorosos.

Lo más paradójico de todas estas horas es que ya no puedo distinguir cuando tengo hambre o solo antojos. Pareciera que comer, digerir y cagar están enrevesados sin remedio. Mi barriga y su malayo dolor no tienen un orden concreto de nada. Un día puedo levantarme de un feliz envidiable y otro retirarme de una reunión con los jefes porque no soporto la urgencia. Una tarde puedo compartir unas papitas fritas en el cine y otra tengo que correr para algún terrorífico baño público porque ya se me están saliendo los cursos.

A todas estas ya ha llegado la hora de irme para la casa y estoy a punto de explotar. Mi abdomen es un globo amorfo. Pareciera que llevara instalado un salvavidas en la cintura, listo para cualquier emergencia. Hago de tripas corazón y emprendo rumbo a mi casita. Allí al menos tendré chance de desahogarme. Una vez acomodada en mi cama, a la que en esos momentos percibo como la gloria, comienza una batalla campal de pedos que a ratos ni yo puedo soportar. Claro, ustedes estarán pensando que si yo misma los produzco no tendría ningún problema en soportarlos, pero es pura paja porque hay algunos que hasta a mí misma me resultan inaguantables. Además, hay unos en los que siento que puedo ensuciarme encima. Trato de concentrarme en el programa televisivo del momento, pero la Dra. Mónica y sus enredos leguleyos no evitan que me sienta miserable.

¹ Ahora me pasa con casi todo; y, sin derecho a réplica, mi gallardo ano aguanta con valentía los más torrenciales chaparrones diarios.



Analizo qué coños me preparo de cena para aliviarme el malayo dolor, los gases, la hinchazón, el hambre y la ansiedad. Apelo por la manzanilla. ¿O mejor celery? Cifro todas mis esperanzas en esas hierbas milagrosas. Una vez terminada mi cenita ligera, me zampo mi digestivo (a pesar de la adicción y efectos secundarios) más la pastilla de la tensión y las varices.

El día no acaba y recuerdo que lo peor de esta rutina de pedos y dolores es la vida sexual, pues termina irremediamente afectada por el colapso. Es que piénsenlo: no hay nada más arrecho que un orgasmo en medio de un duelo *tripal*. A ratos he creído que en vez de venirme voy a cagarme.

Bien, con todo y todo, ese fue un día medianamente bueno. Hay otros en los que me debato en quedarme a morir deshidratada en mi casa, acudir a urgencias o aparecerme en la oficina a pesar de la cara de zombie. Si me decido por la jornada laboral, tengo que asumir con valentía la manera de darle la cara a mis compañeros. La primera vez que me atacó una diarrea así, todos tenían en el rostro una mezcla de asco y temor ante la posibilidad de una amebiasis colectiva. Con los meses han terminado de aceptar como “normal” mis ataques repetitivos y absurdos. Del asunto bromean de vez en cuando y hasta me hacen reír.

A los únicos a los que no les han resultado absurdos han sido a mis doctores. No sé a cuántos he ido ni cuántas veces he estado hospitalizada. Me han explorado hasta mi árbol genealógico y no han podido hallar más explicación que “usted no ha seguido la dieta”. Cuando me agravo, los procedimientos galenos son más o menos los mismos: hidratarme, desinflamarme, comerse mi póliza de HCM y prohibirme alimentos que produzcan gases. Casi todas las indicaciones son por un mes, como si en ese tiempo se fueran a borrar todas las cicatrices.

Siendo ecuánimes, pero sobre todo pragmáticos, las tripas deberían ser como los cauchos: reemplazables. Sin duda las mías necesitan ser sustituidas por unas más eficaces. Yo misma me encargaría de todo el trámite burocrático. Desde colocar el aviso “Se solicitan tripas tamaño estándar, de primera calidad y con garantía”; hasta firmar el acuerdo con el vendedor de esa vaina pa que se comprometa a pagar los daños si su producto trae fallas de fábrica o materia prima de segunda. Me buscaría a la propia abogada del tele-show pa que gestione las cláusulas del contrato.

Por eso cuando me reaparecen las diarreas yo misma me pago el coproanálisis; me saturo de suero oral e Hidrasec; reduzco al mínimo las grasas; retomo el Colypan y la Simeticona; y, vuelvo a la bendita dieta. Prefiero eso a escuchar el mismo sermón medicamentoso.

En un artículo de opinión leí que el último grito de la moda es fijarse en el tamaño, cantidad, color y olor de las heces. A través de una observación precisa, minuciosa y sistematizada de esos “detalles” podrían detectarse las razones por las cuales uno se la pasa tan enfermo del estómago. Yo he intentado hacerlo, pero la vaina no está fácil. Si al menos pudiera decir que tres días seguidos mantienen características similares, pero nada. No puedo hallar patrones que esclarezcan mi caso y me ayuden a superar mis dolencias. En lo que va de enfermedad he podido ver desde enormes tubos con forma de intestino hasta un caldo hiperlicuado parecido a las cremas Maggi. Las representaciones pueden ir de una manguera enrollada hasta unas plastas parecidas a unas tortitas de avena. Si de olores se trata, pudiera acotar que cuando estoy en plenas crisis diarreicas pueden variar de una fetidez alcalina hasta una medicinal; pero si estoy hiperestreñida, la cosa es más complicada aún porque puedo convertirme en un arma de destrucción masiva.

Yo no me he atrevido a preguntarle a Carito qué observa ella en las suyas. Capaz y no lo hace. Se conforma con quejarse de su malayo dolor y punto. Porque hay algo que debe reconocérsele a esa maracucha: es una vergataria². Se queja casi todos los días, pero no se obsesiona con el temita. A diferencia de mí, ella se pega sus atracones en Subway y se bebe su coca cola grande sin remordimientos. De vez en cuando la veo llegar con un tequeñote y siento una infinita envidia. Y saber que mi vida estuvo hasta hace muy poco llena de grandes delicias. A lo mejor por eso mis intestinos están en huelga indefinida. Es que yo vivía de fiesta en fiesta: morcillas, mondongos, arepas de chicharrón, bollos, helados, brownies, café (en sus diferentes presentaciones), pizzas, hallacas, hervidos, parrillas, pasapalos, milhojas, juhm que rico! Yo creía que todos esos excesos se superaban con los depurativos de rigor. Esa mezcla asquerosa de sábila, pepino, piña y naranja dos veces al año

² Traducido al español, vergataria es una mujer valiente, arrecha, decidida. Es casi como nosotras las Gochas, pero en vez de acento andino tienen un cantadito marabino medio pajúo.



deberían no solo dejar todo “limpiquito como un sol”, sino desinflamado y listo para recibir otra descarga de colesterol y triglicéridos.

Carito llegó hoy sonriente. Creo que pronto cumplirá años y eso la tiene muy contenta. No se ha quejado de su malayo dolor de barriga. Yo trato de concentrarme en mi Círculo de Realización Personal, mientras mi orquesta sinfónica interior se prepara para una demostración magistral. Abro mi Gmail para ver si alguna transnacional se interesó en mi perfil y me llevará lejos a ganar en dólares con que pagar una cura definitiva a este mal. Pero nada, el único correo nuevo tiene un título poco alentador: “Resultados en archivo adjunto. Esperamos haya sido de su agrado el servicio prestado”. El remitente es la última Unidad Gastroenterológica a la que acudí con la esperanza de hallar una solución a mi karma. Se suponía que llegarían en dos semanas. ¿Será que tengo algo malo? Al mal paso darle prisa -diría mi mamá- así que abro el documento y lo leo ansiosa: “Válvula ileocecal y orificio apendicular de aspecto y coloración normal, patrón vascular conservado, buena peristalsis sin lesiones evidentes”. Respiro profundo tratando de contener la rabia e impotencia. Mis vísceras tienen armada la megarrumba. Creo que es cuestión de minutos para que una asquerosa *Tormenta del Desierto* haga su aparición. Uno de mis colegas protesta molesto:

- Fof, se cagaron, y no de la risa.

Desde nuestros puestos de trabajo nos alcanzamos a ver unos a otros buscando quién tiene más cara de culpable. Sonríe triunfadora porque esta vez, contra todo pronóstico, no fui yo.