Lo más importante eres tú

Carmen Lorenzo Prado

Image not found.

Capítulo 1

LO MÁS IMPORTANTE ERES TÚ

Carmen esperaba sentada en una sala a que la llamaran para la entrevista. Estaba un poco nerviosa pero contenta de estar seleccionada para el puesto de auxiliar de ayuda a domicilio.
Una mujer de mediana edad salió por la puerta y pronunció su nombre invitándola a entrar.
"Hola Carmen, mi nombre es Claudia. Bienvenida al equipo de **CERCA**, voy a explicarte en qué va a consistir tu trabajo. Como ya mencionamos en la oferta necesitamos una persona para cuidar a una señora de unos 70 años, su nombre es Herminia.
Vive sola, hace 3 años perdió a su marido. No tuvieron hijos, pero él tenía una hija de otro matrimonio. Al morir su marido su hijastra se desentendió de ella, al final quedó sola y entró en una gran depresión, de tal manera que no sale para nada. Sus vecinos fueron quienes nos llamaron para solicitar nuestros servicios para poder ayudarla a salir.
Tu misión será ayudarla en las actividades de la vida diaria: asearla, darle de comer, darle la medicación a sus horas, y limpiarle la casa, porque según los vecinos hace tiempo que no se limpia la casa, ya que al pasar por su puerta no huele bien.
¿Te ves capacitada para el puesto? Sería para empezar mañana mismo"
Carmen aceptó encantada. Después de escuchar la historia de aquella mujer quería empezar para poder ayudarla cuanto antes.
Al día siguiente Claudia y Carmen acudieron a la casa de Herminia. Abrieron la puerta y un fuerte olor las invadió por completo. Claudia no podía soportar ese olor, en cambio Carmen entró sin problema.
Llamaron por Herminia pero no contestaba. Se dirigieron a su habitación y allí estaba, durmiendo plácidamente en su cama, la cual tenía las sábanas sucias de orina.
Al volver a llamar por ella, la mujer despertó y se sobresaltó al ver a aquellas extrañas en su cuarto.
"No se asuste Herminia. Yo me llamo Claudia y somos del grupo **CERCA**, nos encargamos de cuidar a personas que necesitan ayuda para sus actividades de la vida diaria. Sus vecinos están muy preocupados por usted. Ella es Carmen y a partir de ahora será su cuidadora"
Claudia se dirigió a Carmen entregándole unos papeles muy importantes como el tipo de dietas y la medicación que debe seguir, y después de desearle mucha suerte, se fue del piso.
Carmen se quedó mirando por un instante a Herminia. Era una mujer ancha de piel clara, melena blanca y ojos claros, unos ojos que transmitían mucha tristeza.
Sabía que lo primero, antes de nada, era darle una buena ducha.
"Muy bien Herminia. ¿Cómo se encuentra hoy? Con todo mi compañera

se olvidó de preguntárselo- le preguntó con una sonrisa.
Herminia seguía callada.
Pero Carmen siguió hablando
“Bueno. ¿Qué le parece si le ayudo a darse una ducha? No sé si se puede levantar, veo que hay una silla de ruedas aquí cerca si quiere la puedo levantar y llevarla al baño sin problema.”
Herminia quedó pensando unos segundos pero al momento asintió. Así que Carmen acercó la silla a la cama y con la ayuda de Herminia la levantó colocándola.
Mientras la duchaba, Herminia intentaba recordar cuándo fuera la última vez que se duchara ella sola. No se acordaba. “¿Tánto tiempo había pasado?” Le gustó volver a sentir caer el agua en su arrugada piel y en su melena blanca como la nieve, y de repente tenía ganas de llorar. Pero no quería hacerlo delante de aquella extraña, que aunque la estaba ayudando, no la conocía.
Carmen se dio cuenta que Herminia no se encontraba bien. Así que le dijo “Herminia, si quiere llorar no se reprima. Llorar no es malo, deje que salga todo ese dolor que tiene dentro y que no la deja respirar. Yo no la reñiré, al contrario, la escucharé y luego la secaré y a sus lágrimas también”. En ese momento Herminia empezó a llorar, y al acabar se sintió mucho mejor.
Después de ducharla y secarla la vistió con la única ropa que tenía limpia en ese momento, un camisón. Había mucho trabajo que realizar.
Mientras Herminia desayunaba, Carmen sacó las sábanas sucias de la cama y ropa para el día siguiente y las puso en la lavadora. Abrió la ventana de la habitación para que aireara un poco.
Herminia se tomó el desayuno junto con la medicina que le tocaba. Y se sentó en el sofá, y se quedó mirando por la ventana durante mucho tiempo.
“¿Qué hay ahí afuera que la tiene tan concentrada Herminia?”- preguntó Carmen.
"El sol. Hacía mucho tiempo que no veía el sol, y me había olvidado lo brillante que puede llegar a ser. Tan brillante que deslumbra.”
Era verdad, en su habitación había una ventana que daba al patio de luces por lo que no entraba el sol en su habitación.
Después de limpiar su habitación y la cocina Carmen se acercó a otra habitación más grande que solo tenía una mesa de planchar y un pequeño sofá. Era muy soleada. Se le ocurrió preguntarle a Herminia si quería pasar su habitación tan oscura a esa habitación tan soleada. Carmen la convenció diciéndole que levantarse y ver el sol cada mañana le daría más fuerzas para arrancar el día.
Cuando terminó el día Carmen se fue muy contenta. Había conseguido levantarla y cambiarla de habitación. Pero sabía que había mucho trabajo. Y Herminia pasaría su primera noche durmiendo en unas sábanas limpias y secas.
En los siguientes días Carmen poco a poco conseguía que se levantara sin problema, y hacía que Herminia la ayudara en las tareas de la casa, hasta que un día limpiando una estantería Herminia encontró un álbum de fotos

y sentándose en el sofá se echó a llorar.
¡Herminia! ¿Qué ocurre?- le preguntó mientras miraba el álbum que tenía en sus brazos y que lo agarraba como si fuera un tesoro
Carmen cogió el álbum y mirando a Herminia le preguntó "¿puedo abrirlo?". Ella asintió. Al abrirlo se encontró con las fotos de una boda, de la boda de Herminia con su marido. Carmen entendió por qué se pusiera así. "Era muy guapo" le dijo Carmen y Herminia esbozó una media sonrisa mientras las lágrimas no paraban de salir.
Carmen la animó a ver el álbum entero y que le explicara quién salía en la foto. Así supo que su marido se llama Ramón y que lo conoció en una Romería, que tenía una hija que tuvo de otro matrimonio que, desafortunadamente, ella muriera por enfermedad.
Después de contarle todo eso Herminia se sintió un poco mejor, pero estaba muy cansada. Así que decidió echarse un rato.
En verdad Herminia amó tanto a ese hombre y cuidó a la hija de este como si fuera suya. Sabía que a su hija nunca le gustó que se volviera a casar con otra mujer, pero aún así la cuidó mucho. Ahora que ella está sola, esa "Hija" le había dado la espalda, y la pobre mujer se encontró tan sola, que a Carmen no le extrañaba que tuviera depresión.
A los pocos días Herminia se sintió un poco mejor. Y Carmen la animó a salir de casa a dar un paseo. "¡Venga vayamos al parque!" le decía Carmen. La mujer no estaba muy convencida, pero tenía ganas de saber cómo estaba su barrio así que accedió. Cogieron la silla de ruedas por si se cansaba mucho al andar.
Al salir del portal de la vivienda Herminia sintió algo que hacía tiempo que no sentía, la brisa. Esas caricias en la piel y en su cabello que ahora le hacían cosquillas. Pequeñas cosas, que para el resto de la gente sería una tontería, para ella era algo increíble, Y no pudo impedir que se escapara una lágrima.
"¿Se encuentra bien Herminia?"- preguntó un poco preocupada, Carmen.
"No te preocupes. Es que hacía tiempo que no salía del edificio y el poder hacerlo me hace muy feliz. Muchas gracias. Me estás ayudando tanto.
Carmen le contestó con una sonrisa. La salida estuvo bien, se encontró con vecinos que se alegraban de verla fuera de aquellas cuatro paredes, y Herminia les dio las gracias por preocuparse tanto por ella. Sabía que no estaba sola.
Los días fueron pasando, incluso meses. Y Herminia se fue sintiendo mejor pero sabía que debía hablar con una persona a la que hacía mucho tiempo ayudó tanto y que al final ésta le diera la espalda. Se lo comentó a Carmen.
"Creo que deberías hablarlo con la psicóloga. Yo te puedo ayudar en otras cosas pero en ese tema, no sé. Tengo miedo de darte un mal consejo. Lo que sí puedes hacer, si quieres, es llevarle flores a Ramón".
No le pareció mala idea. Fue su muerte la que hizo que se encerrara. No podía vivir sin él, pero ahora sabía que no le quedaba más remedio que vivir sin él, y que debía seguir viviendo sin él. Pero sobretodo podía seguir viviendo sin él, pero siempre con él, en su memoria.
Herminia siguió el consejo de Carmen y acudió a la psicóloga. Quien la

animó primero a escribir una carta dirigida a su hijastra, la cual no la tenía que mandar. Solo debía poner en ella como la hizo sentir cuando perdió al amor de su vida y el haberla abandonado de aquella manera, cuando más la necesitaba, y después de haberla cuidado como si fuera su hija.
Así que Herminia tenía deberes. No sabía cómo empezar la carta. Estaba tan dolida. El haber perdido a Ramón fuera un duro golpe, pero que su hijastra, a la que adoraba, le hubiera dado la espalda y abandonado….
Herminia estuvo mucho tiempo llorando antes de escribir esa carta. Pero sabía que debía escribirla, porque una parte de su depresión la había provocado ella, porque no tuvo su ayuda cuando la necesitó. Aunque por otro lado, ella también había perdido a un padre.
Carmen la veía concentrada y resoplando a la vez. Y no pudo evitar sonreír. Herminia se percató y al principio se enfadó pero luego miró el papel y vio que estaba en blanco y empezó otra vez a llorar.
Carmen se acercó a ella y le dijo: "no tienes por qué escribirla ahora, ni mañana, ni pasado. Las palabras saldrán cuando tengan que salir. Solo debes tener en cuenta una cosa, lo más importante en tu vida eres: TÚ"