

**MI
DÍA
NEGRO**

Eugenia Debayle

MI
DÍA
NEGRO

*La historia oculta
que transformó mi vida*

Diseño de portada: Diseño & Arte Planeta
Fotografía de portada: Óscar Ponce Photo
Diseño de interiores: María Alejandra Romero Ibáñez
Fotografías de interiores: Colección personal de la autora, Paco Díaz, Ana Blumenkron, Gudinni Cortina

© 2019, Eugenia Debayle

Derechos reservados

© 2019, Editorial Planeta Mexicana, S.A. de C.V.

Bajo el sello editorial PLANETA M.R.

Avenida Presidente Masarik núm. 111, Piso 2

Colonia Polanco V Sección, Miguel Hidalgo

C.P. 11560, Ciudad de México

www.planetadelibros.com.mx

Primera edición en formato epub: octubre de 2019

ISBN: 978-607-07-6134-8

Primera edición impresa en México: octubre de 2019

ISBN: 978-607-07-6135-5

No se permite la reproducción total o parcial de este libro ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.

La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Arts. 229 y siguientes de la Ley Federal de Derechos de Autor y Arts. 424 y siguientes del Código Penal).

Si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra diríjase al CeMPro (Centro Mexicano de Protección y Fomento de los Derechos de Autor, <http://www.cempro.org.mx>).

Impreso en los talleres de Litográfica Ingramex, S.A. de C.V.

Centeno núm. 162, colonia Granjas Esmeralda, Ciudad de México

Impreso y hecho en México – *Printed and made in Mexico*

ÍNDICE



Primera parte

Fotos en la pared	11
Cuarenta y tres minutos	13
«Ya despiértate»	19
Un presentimiento	24
¿Qué talla de pie eres?	32
Botas, <i>jeans</i> , <i>blazer</i> y un chongo	38
¿Por qué tienes brazo de Skippy?	43
La vida sin mí	47
Como a un perro	53
Misión cumplida	59
El Everest	64
La ciencia de la paz	69

Segunda parte

¿La luz al final del túnel?	79
Vómito rosa	87
Mira qué increíbles todos esos árboles	90
Estás sola	95
Mi(s) día(s) negro(s)	100
Ctrl + Alt = ¿?	109
Esta vida ya no tenía mucho sentido para mí.	118
Todo es cuestión de perspectiva	127

Tercera parte

Llorando y caminando	135
«La perra»	141
El límite es mental	146
El duelo	153
Y... ¿cómo es?	161
La vida de otra manera	169
<i>Inner beauty</i> , belleza que viene desde adentro	174
Escapes en un tren	181
Algo necesario	186
Te hablo a ti	190
Agradecimientos	195
Fotos	199

PRIMERA PARTE

FOTOS EN LA PARED



Mi hermana y yo, en una fotografía que nos tomaron para la revista *Hola*. Mi papá y yo, abrazados. Mi esposo Servio. Mi mamá. Mis sobrinas. Mi familia completa. Hasta mi perro Romeo está ahí, imagínate. Todos, en esas fotos que hay pegadas en la pared, frente a mí.

Abro los ojos y lo primero que veo son esas imágenes. Recordatorios de que estoy viva, de que estoy rodeada de gente que me cuida. Respiro. Mis ojos funcionan. Mis oídos, también. ¿Terminó por fin este mal sueño? Lo de pegar imágenes en el cuarto fue ocurrencia de mi hermana Martha (¿de quién más iba a ser?). La imagino perfectamente. Su tono de voz, su decisión: «Vamos a llenar la pared de fotos, para que cuando Eugenia despierte, nos vea y recuerde quiénes somos».

Entonces despierto, y tal cual: lo primero que veo son postales de mi familia. Pero ¿sabes qué es lo más curioso? Que las fotos no me inquietan ni me llaman la atención. Yo ya sabía que mi familia las había pegado. Entendía perfectamente por qué estaban ahí, en la pared. No fue ninguna sorpresa.

Aunque yo estaba en coma, sí me enteraba de lo que sucedía en el mundo exterior. Ya sé que parece difícil de creer.

Dile como tú prefieras: *ida, ausente, dormida...* Mi coma duró varias semanas, sí, pero esos días no fueron completamente perdidos. Mi cerebro encontró la manera de asimilar todo lo que sucedía alrededor, al mismo tiempo que me preparaba para lo que vendría a continuación: una rehabilitación larga, dolorosa y extremadamente cansada, con la que logré recuperar casi todas las habilidades que había perdido.

Gracias al trabajo de los doctores, al apoyo de mi familia y a mi propia fuerza de voluntad y trabajo constante estoy aquí ahora, y no solo eso: estoy en muy buenas condiciones. Si nos encontráramos en la calle, no distinguirías a simple vista que he pasado por un proceso devastador. Que estuve en coma durante veinte días. Que reviví de entre los muertos. Que recuperé la capacidad del habla y la fuerza para caminar. Que salvé todas mis extremidades cuando estuvieron en riesgo. Que estoy mejor que nunca. Que le agradezco a Dios haberme regalado este reto. Que veo la vida de otra manera. Que hoy soy otra.

Y esa es la historia que quiero contarte.

CUARENTA Y TRES MINUTOS



Estuve muerta por tres minutos. Muerta. *Out*. No hubo túnel, no vi una luz, ninguna de esas cosas que cuenta la gente que ha estado cerca de la muerte: que alguien te habla, que un miembro de tu familia viene por ti, que ves pasar toda tu vida delante de tus ojos... Para mí no fue eso. No hubo imágenes ni sonidos. Únicamente sensaciones: una paz muy grande y una liberación. No sé cómo explicarte esa tranquilidad espiritual; estar en comunión con la fuerza más poderosa que existe. Yo la llamo Dios, tal vez tú la llares de otro modo. Al final, es una gran energía que nos rodea a todos.

La línea del monitor que reflejaba mi ritmo cardiaco se detuvo en seco. Tres minutos... y nada, mi corazón había dejado de responder. De inmediato, los doctores que me atendían entraron en acción. Trataron de resucitarme durante cuarenta y tres minutos. ¡Tanto que es difícil dimensionarlo! Un trayecto en coche. Una comida. Un episodio de una serie de televisión. *Cuarenta y tres minutos*. Yo creo que los doctores dijeron: «Esta no se nos va». Y no se rindieron. Sé que en

otros países hay protocolos fijos: intentan revivirte por siete, a lo mucho diez minutos. Son profesionales y se entregan al máximo, pero, si no respondes, no respondes. No hay nada más por hacer. Pero aquí no se rindieron. Cuarenta y tres minutos aplicándome respiración cardiopulmonar, la famosa CPR, y al final lo lograron. Volví.

Estoy aquí, contándote esto, gracias a la perseverancia de mis doctores. ¿Qué fuerza o energía los habrá impulsado a seguir luchando? Porque estoy segura de que algo fue. Ellos estaban cansados, fatigados. Llevaban ya demasiados minutos intentándolo, comenzaban a perder la esperanza. Y dale: otra, y otra y otra vez. Hasta lograrlo. Me devolvieron la vida. Todavía me parece increíble.

Volví. Cuarenta y tres minutos después del hecho estuve de regreso. Me mandaron a terapia intensiva. Mi familia, en *shock*. Todavía no alcanzaban a cazar qué sucedía. Más adelante me contaría mi esposo Servio uno de los recuerdos que me sirven para reconstruir mi historia. Cuando acababa de ingresar a terapia intensiva, salió el doctor del cuarto y mi hermana Martha lo detuvo por un momento para hablar con él. Es un doctor a quien yo quiero mucho, lo conozco desde niña. Y mi hermana le dice: «Jaime. A ver...». Respira, se aguanta el dolor. Imagínate lo que debe ser este proceso para una hermana. «¿Eugenia se puede morir?».

Prácticamente, una escena de suspenso. En una serie de televisión habrían acercado la cámara a la cara de mi hermana, llorando. El doctor también estaba soltando algunas lágri-

mas, sinceras; conoce a toda mi familia desde hace muchos años y hay cariño.

«Sí. Sí se puede morir».

Entonces Martha pregunta: «¿Puedo entrar a verla?». Se lo permiten. Martha recuerda que en ese momento la vio muy difícil; su ánimo se derrumbó por completo.

Quiero que me imagines. Pausa por un momento, porque la escena es muy fuerte: tengo las manos inflamadas como tortugas, realmente gigantescas. Los ojos, como dos bolas de billar, enormes y desorbitados. Parecía que iban a explotar. Toda, toda, toda entubada y totalmente fuera de mí. Dice Martha: «Eugenia, estabas ida, en otro plano». Y no podría haber sido más cierto.

En cuanto me estabilicé, la gente empezó visitarme. Uno por uno, entraba mi familia al cuarto y todos me veían así: completamente inflamada, era muy *shockeante*. Las visitas eran cortas, diez minutos por persona, una a la vez. Así era el protocolo del hospital. La gente me iba a ver, pero yo no estaba... No sé cómo explicarlo, como que mi alma no estaba conmigo. Estaba yo, presente, pero solo mi cuerpo... Faltaba la otra mitad de mi ser.

Hollywood nos engaña. Las películas nos mienten. En la televisión, vemos historias de policías que entran en coma durante varios días y cuando despiertan casi se arrancan el suero y salen disparados a perseguir al asesino. Ah, y además recuerdan todas las pistas del caso; de hecho, analizaron la evidencia entre sueños y descifraron quién era el culpable. O qué tal las actrices en las películas, que abren los ojos después

de varios meses en coma y es como si solamente hubieran tomado una siesta, igual de hermosas que siempre.

El coma no es así. Para nada. Las primeras semanas, el cuerpo comienza a defenderse con lo poco que puede. Como cuando necesitas dinero para pagar algo y empiezas a revisar todas las bolsas de tus pantalones, la bolsa de mano, la puerta del coche..., buscando donde se pueda. El cuerpo hace lo mismo. Y lo primero que utiliza en su defensa es la masa muscular. Poco a poco la vas perdiendo. Tus órganos también comienzan a rebelarse. Un día falla el riñón, otro día falla el estómago. Hasta las manos de pronto amanecen como muertas. En mi caso, lo que más problemas me dio..., mejor dicho, lo que más problemas *les* dio a los doctores fue mi corazón. Esto me lo contaron más adelante. Pero sí. Según entiendo, mi corazón quedó agotado. Fue el que más sufrió porque, de hecho, fue la razón por la cual pasó todo esto. En pocas palabras, me dio un paro cardíaco. Mi corazón dejó de trabajar. Un infarto, que después derivó en una falla multiorgánica. Fue tan, tan, TAN grave lo que pasó que me provocaron un coma inducido. En los expedientes lo manejan así: muerte clínica.

Blanca, una amiga, me dijo más adelante: «Eugenia, he visto a gente muerta y, cuando te vi, estabas muerta». Sin duda, perdí esos veinte días que estuve en coma. ¡Veinte días! No por nada la llaman «muerte clínica». Y no solo me «congelé», sino que además me fui para atrás. Cada segundo que pasé así, para mí fue un retroceso. Todos esos días empezaron a suceder cosas muy complicadas. Los riñones ya no estaban

funcionando. El cerebro dejó de recibir oxígeno. ¡Ya te imaginarás el daño que le causa eso al cuerpo de un ser humano! Yo tenía un doctor para cada cosa. Neurólogo, angiólogo..., *you name it*. Hasta un especialista que se encargaba de mi pierna, que se empezó a gangrenar por falta de irrigación. Toda negra, realmente negra, calcinada... Mi corazón se hace pequeño de solo pensarlo.

Fueron días muy difíciles, en verdad. Mi familia tuvo que mantenerse muy unida y con mucha esperanza. Mi hermano Enrique, que es supercreyente y tiene mucha fe, rezaba. «Les prometo que se va a poner bien». Obviamente no lo sabía de cierto, él solamente se quedaba con la fe. ¡Pero de verdad algo en el fondo de su ser se lo decía! Estaba seguro de que me iba a recuperar. Dice que se ponía a orar y al día siguiente, casi como magia, empezaban a suceder milagros chiquitos. Como que se me componía el riñón que estaba fallando o de pronto la pierna se veía menos negra..., cosas así.

Cuenta mi familia que uno de los días más *shockeantes* fue cuando el doctor les dijo abiertamente: «Hay dos opciones: o Eugenia se muere o se queda en estado vegetal». Había que hacer frente a la realidad de la situación... Difícilmente volvería a incorporarme. Además, yo soy la más chica de mis hermanos. Y Enrique seguía rezando.

De pronto, un día, mis órganos vitales se empiezan a recuperar; mi cuerpo empieza a responder muy bien al tratamiento. Claro, pero queda la gran duda: ¿cómo va a quedar cuando despierte? Habían pasado varios días. ¡Veinte! Capaz que queda en un estado así, en cama y sin siquiera poder hablar. Era

mucha información volando todo el tiempo. Muchas dudas, mucha incertidumbre. Para todos, menos para mi hermano que, con todo y lágrimas, siempre tuvo fe.

Que quede claro: el coma está lejos de ser «un sueño», o «una siesta que se prolongó». Está más cercano a la muerte. Una persona en coma es un cadáver que respira. Eso fui yo, durante días. Y luego, desperté. Madreada, flaca, ojerosa, débil, confundida, adolorida..., pero desperté. Nada que ver con las películas.

En un coma real, vas despertando poco a poco. Estás sedada, adormilada y sin fuerzas. Te atropelló un camión. Todavía no eres tú, aunque parezca que sí. A lo mejor la gente te ve más o menos «normal». Dicen: «Ya despertó, ya todo está resuelto, qué tranquilidad». Pero no saben que lo más difícil está por venir. Y que esa persona en realidad está a medias. Se comporta como siempre, pero adentro está en mil pedazos. Funciona en automático, pero quizá no está registrando nada de lo que pasa a su alrededor.