

puedo comprar y yo no tengo seguro. Me compré unas de colágeno mientras tanto, pero aún así ese no es el tratamiento que necesito.

En el hospital las atenciones que me han dado es para procesos como resonancias u otros porque tienen las máquinas y por ley las personas con VIH tienen ese acceso; pero hay otras cosas como los medicamentos que no los brindan y de todas formas aún con seguro público hay escasez producto de la mala gestión de gobiernos anteriores al actual. Los exámenes por la parte privada son sumamente caros, recién me pude hacer unos porque gané un dinero en el sorteo de la lotería diaria.

Yo decidí quedarme en Tegucigalpa porque aquí están todos los hospitales. Actualmente alquilo mi propio cuartito y tengo un pequeño negocio con el que estoy sobreviviendo poco a poco. Tengo una chiclera donde vendo confites, cigarrillos, encendedores, gelatinas, churros, cosas así. El primero estaba cerca de mi casa, pero como había muchas ventas me tuve que ir a otro lugar. Ahora estoy en Comayagüela, en una zona donde se mueve más. Con eso me mantengo un poco, pero en medio de esto me he estado recuperando de una situación complicada.

He logrado mantenerme porque he tenido el apoyo de grandes personas. Por ejemplo, durante mi tratamiento de cáncer el FOROSIDA me ayudó con el pago del cuarto porque no podía salir a trabajar. También, del hospital me mandaban los medicamentos con una licenciada que trabaja con USAID<sup>12</sup> ya que no podía caminar y fue un tiempo muy difícil para mí. Sandra de la Casa Renacer es una excelente mujer que siempre que ha tenido recursos me ha ayudado. También, mi tía menor es la única de mi familia que nunca me discriminó y que me ayudó en mi recaída con los tratamientos durante el cáncer, entre otros, lo reconozco pese a que ahora estamos distanciados.

Entre mis mayores preocupaciones para la vejez es que necesito buena alimentación y carezco de ella. Además, el acceso a los medicamentos permanentes como el de la neuropatía que mencionaba es difícil y lo necesito de por vida. Estoy buscando

alternativas, porque en una farmacia me dijeron que del que me enviaron existe uno genérico y sale más barato porque serían 1300 lempiras<sup>13</sup> por 3 pastillas, es decir para tres meses.

Otro tema es el de vivienda, el poder conseguir un cuarto. En mi caso, mi familia no me ayuda en nada. Sandra (de Casa Renacer) en ocasiones me apoya y me ha apoyado, pero es muy difícil. En general, creo que necesitamos buena alimentación y trabajo y vivienda dignos. Es lo que merecemos y yo estoy bien fregado por eso.

Mirando hacia atrás, lo que me hubiera gustado cambiar son ciertas situaciones como el alcoholismo y la drogadicción porque perjudican mucho. Yo creo que a la larga eso es lo que tiene que ver con las repercusiones en mis enfermedades actualmente como la osteoporosis. Lo digo además porque aún con el VIH un doctor me dijo que la cepa era muy débil, esto porque la gente en mi tiempo se moría fácil y a pesar de mi ritmo de vida con el alcoholismo y las drogas y sin antirretrovirales duré 17 años en recaer.

A los jóvenes LGBT+ les diría que no comentan el error que cometí yo de no seguir una carrera universitaria. Yo no la continué porque me di cuenta del VIH y en aquel entonces era difícil porque no se conocía mucho. Ahora miro muchachos con VIH que están estudiando y les conviene porque como decía mi tía “Es lo único que te voy a dejar para que te defendás en esta vida”. Yo no hice caso, con esa situación me rebelé aún más y no sabía que me hacía daño a mí mismo. Deben seguir estudiando, aún si son positivos y jóvenes, les va ayudar en su vejez.

Y bueno... yo sé que mi historia parece inverosímil, a veces ni yo la creo pero ¡hay que ser positivo siendo positivo!

## 7. DEPORTISTA DE CORAZÓN



<sup>12</sup> Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional.

<sup>13</sup> Aproximadamente 52 dólares al tipo de cambio en abril, 2023

Mi nombre es Rebeca. Soy una mujer cisgénero y lesbiana. Esta es mi historia.

Nací en la ciudad de Panamá en el área del Casco Antiguo. Mis padres salieron de la ciudad y se trasladaron a las afueras, a un lugar llamado San Miguelito. Ahí viví desde los 6 años hasta los 22 años cuando hice mi vida independiente.

Mi familia estaba conformada por mi papá y mi mamá, que estaban casados por la iglesia católica. Yo soy la mayor de cuatro hermanos, somos dos mujeres y dos hombres. Mi mamá fue muy controladora y muy exigente, siempre estuve pendiente de nosotros. Mi papá no estaba muy presente, trabajaba como albañil y aunque llegaba a la casa no era un padre que atendiera a su familia.

Mi papá padecía de problemas de alcoholismo y por eso mi mamá tuvo que ingresar a trabajar como asistente de dietética cuando yo tenía 12 años aproximadamente. A partir de ahí, mis hermanos, mi hermana y yo nos quedamos solos en casa. Yo por ser la mayor me convertí en su segunda madre, me tocó poner el orden y velar por ellos. En ese mismo momento, mi mamá comenzó a asistir a la iglesia evangélica, nosotros la acompañamos y desde ahí practiqué la religión evangélica hasta que tuve 22 años.

Mis estudios de primer ciclo los realicé en un colegio de monjas hasta sexto grado. Después, hice el colegio cerca de mi casa y la formación de bachillerato la hice en la Escuela Profesional que era muy prestigiosa en ese momento y ahí me gradué de comercio. Cuando salí no quería saber nada de contabilidad, de comercio o cosas parecidas, así que me inscribí en la universidad en la Facultad de Arquitectura y ahí estudié Diseño Gráfico. Primero saqué un técnico con el que trabajé desde segundo año de la universidad. Eso hizo que me retrasara un poquito, pero me gradué de la licenciatura en 1994.

Cuando estaba en la universidad en el año 1989, Estados Unidos invadió Panamá para capturar a Noriega<sup>1</sup>. Esa época fue muy dura porque de verdad había mucho vandalismo, porque aunque sí podíamos salir no podíamos comprar porque todo

estaba destruido. Los soldados andaban siempre por ahí. Tuve que regresar a vivir con mi mamá porque sola no podía, económicamente fue muy difícil. Las cosas se empezaron a normalizar hasta dos años después.

Sobre mi vida laboral, seguí trabajando en diseño gráfico hasta el año 2002. Luego, tuve la oportunidad de dar clases en la materia en una universidad hasta el 2011. Gracias a ese trabajo me preparé y tengo un diplomado en docencia y educación superior. Después pasé a trabajar en una empresa en temas de mercadeo y promoción, acepté el reto aunque no tenía tanta experiencia en esa área. Por último, trabajé en una empresa transnacional de lleno en mercadeo y canales de distribución para una marca de alimentos de mascotas muy reconocida.

Cuando llegué a mis cuarenta y tantos años hicieron cambios, fusionaron la empresa. A todo el departamento en el que yo trabajaba nos liquidaron y quedé sin saber qué hacer. Me vi obligada a innovar y empecé a manejar taxi. Actualmente, lo mantengo pero como un emprendimiento de mensajería y traslado de personas.

Sobre mi orientación sexual, yo me descubrí desde pequeña pero no podía manifestarlo. Recuerdo que me expresaba con la ropa, yo era muy deportista y cuando jugaba con los niños lo hacía sin camisa cuando todavía no había desarrollado y la ropa que me gustaba era la que se ponían los varones. Yo jugaba súper bien béisbol y fútbol, si en ese momento hubieran existido oportunidades para las mujeres en el deporte probablemente hubiese destacado. Mi mamá, mi papá y personas cercanas podían ver esa inclinación.

Cuando llegué a la escuela secundaria, me di cuenta que no podía expresarme de esa forma, tuve que cambiar. Igual pasó cuando empecé a trabajar cambié mi presentación: comencé a usar falda, a maquillarme y a usar mi cabello diferente, me llegó a gustar el cambio. Actualmente, puedo decir que no me siento como con una identidad así muy muy marcada para lo masculino como antes. Ahora me gusta sentirme femenina. Me gustan los pantalones y las zapatillas, pero también me maquillo, me sacó las cejas, me hago las uñas y todas esas cosas porque

me gustan.

Desde pequeña me gustaron las mujeres. Yo soñaba con “La mujer maravilla” que en ese tiempo era Linda Carter, era súper guapa y con nadie lo podía compartir. Yo creo que no era una cosa sexual, sino que la admiraba y me gustaba verla. En la secundaria yo sí me di cuenta que ya la cosa era no era solamente admirar a las mujeres, sino que ya tenía otro tipo de sentimientos. No lo manifesté, no tuve un acercamiento con alguien hasta cuando ya estaba finalizando la secundaria que puedo decir que tuve mi primer contacto con otra mujer, quien curiosamente era familia mía, era una de mis primas. Después de ahí, entendí que si me gustaban las mujeres y ya no me lo podía quitar.

Después de eso, sabía que era malo por la imposición religiosa y para evitar el qué dirán en mi familia intenté cambiar mi orientación sexual con la iglesia. Incluso, estuve a punto de casarme, estuve comprometida, pero tenía una lucha interna porque algo me decía “¡No, no te puedes casar!”. A tres meses de casarme, con las cosas compradas y la casa casi hecha, decidí que no lo hacía.

Sin embargo, puedo decir que yo me acepté cuando era más grande, más o menos en mis treinta. Cuando le dije a mi familia se formó un problema. Mi mamá vivía conmigo y yo no dependía de nadie, entonces yo dije “¡Ahora es el momento!”. Además, tenía una relación en ese tiempo y me animé a confesarlo. Fue en la fiesta de un cumpleaños que lo dije. Mis hermanos me pegaron a mí y a la chica que estaba conmigo. Una de las que más me apoyó fue mi jefa en ese entonces y que sigue siendo mi amiga, me dijo que me fuera a vivir con ella, que no me preocupara y que ella me iba a apoyar en todo. Siempre voy a estar agradecida y ella lo sabe. Fue muy feo, porque no es lo mismo que la familia sospeche a que tú les digas.

Con el tiempo mis hermanos me pidieron disculpas. Se había cumplido un año de ese acontecimiento y llegaron a hablar conmigo. Me dijeron “¡Perdóname hermana, te queremos así como eres! ¡No te preocupes!”. Si tengo pareja ellos lo saben y la aceptan. Mi mamá y mi papá me aceptaron también, solo que mi madre siempre me dice que hubiera preferido tener nietos míos, pero ya está resignada. Me decía “¡No me gusta lo que

estás haciendo pero eres mi hija. Te acepto así!”.

La época de nosotros era muy difícil. Si decías que eras lesbiana tenías que parecerte a un macho y afrontar la manera en la que te molestaban. Yo fui una mujer lesbiana súper oculta. En el transcurso de lo que yo viví encontré muchas personas así, las conozco y hay algunas que todavía siguen ocultándose y se casaron. Antes era común decir “¡Cásate y nosotros podemos seguir con una relación como amigas, entonces mientras somos amigas tenemos nuestra relación!” Para mí eso no estaba bien, pero sí hay mucha gente que conozco de mi edad que está viviendo ese tipo de situación.

En mi vida he tenido varias parejas mujeres. He tenido dos o tres relaciones que han durado cinco o seis años. La última duró casi siete años, ella tenía una niña y un niño que criamos mientras estuvimos juntas. Aunque terminamos, ellos me ven como una tía; de hecho, el varón me dice tía y la mujer me llama por mi nombre.

En la actualidad no tengo pareja, ahora estoy tranquilita sola. Cuando era jovencita la sexualidad era más importante. No sé si será la menopausia, pero he experimentado una recesión muy grande, ya no es lo mismo. Antes tenía esas sensaciones que de repente podía conocer a alguien y tener relaciones. Ahora prefiero escuchar a las personas, ya lo sexual no es tan importante.

En temas de salud, yo siempre he sido muy sana. Sobre las enfermedades, mi papá y mi mamá han sido un ejemplo para no caer en eso. Mi papá tuvo muchos excesos de alcohol lo cual le ha afectado a nivel mental, porque padece demencia senil. Mi mamá tiene una cirugía de corazón abierto, le reemplazaron dos válvulas y ahorita mismo ella está delicada; además, es hipertensa y diabética porque tuvo una vida donde no se restringía su dieta. Con estas referencias he tratado de cuidarme.

También desde pequeña fui muy deportista, yo era ciclista y tenía una bicicleta montañera. Ahora no hago tanto deporte, solamente camino. Como mi trabajo es hacer diligencias, aprovecho para caminar. Dejo el carro distante, subo y bajó las escaleras, trato de evitar la parte mecánica lo más posible, creo que eso me ha ayudado. También tomo mucha agua.

1 Manuel Antonio Noriega Moreno, dictador panameño en el poder de 1983 a 1989.

No obstante, los controles ginecológicos no han sido fáciles por mi orientación sexual. No es fácil para mí tratar de buscar doctoras porque cada vez que me preguntaban tiene relaciones y yo me quedaba pensando “¿le digo o no le digo?”. No entienden cuando les digo que sí tengo relaciones pero que no hay penetración, es difícil. Pocas veces he encontrado doctoras sensibles con este tema y hasta ahora que estoy grande puedo decir con naturalidad mi orientación sexual en consulta. No he sido muy constante, mi último papanicolau<sup>2</sup> fue en el 2020 al igual que mi mamografía<sup>3</sup>, pero todo estaba bien gracias a Dios.

De ahí no me he atrevido a tener citas médicas por todos los problemas para obtenerlas en el sistema de salud de acá. Antes no tenía seguro médico debido a que había dejado de trabajar para empresas, hasta el día que me jubilé lo volví a tener. Como trabajé desde muy joven, casi comenzando en la universidad, pude cubrir las cuotas y por el tema económico solicité mi jubilación anticipada a los 55 años. Pero, obtener una cita es espantoso; tú puedes pedir una cita en abril, te la dan hasta agosto o setiembre y si es una revisión te la pueden dar con mucha suerte en uno o dos meses. Hay demasiado retraso y burocracia en el sistema.

Dentro de mis pasatiempos, me gusta leer. Estoy constantemente leyendo, no libros específicos sino mucha información. Leo muchas revistas, muchos documentos sobre todo. He estado tratando de retomar lo que me gustaba como ir al teatro, ir al cine. También me gusta escuchar música. Eso es mi entretenimiento sumado a lo que nos dejó la pandemia, el streaming<sup>4</sup>, siempre paso como unas 5 horas a la semana viendo video series, me gusta ver cosas así.

Mis padres ahora están mayores y yo estoy encargada de proveerles a ellos todo lo que necesiten. Mi mamá se separó de mi papá cuando yo estaba en la universidad, pero el destino los volvió a unir. Ahora están juntos en la misma casa, pero no revueltos. Entonces, los dos están ahí y están con una persona que los está cuidando. Mis hermanos y yo suministramos todo y le pagamos a

esa persona.

Sobre el envejecimiento pienso que una de las necesidades más importantes es contar con buena salud para no depender de nadie. También el trabajo, las personas después de los 50 todavía somos muy funcionales y el trabajo permite adquirir una propiedad o algo para que pueda sostenerte. Yo creo que eso es para mí lo básico.

Una de las cosas que me ha impulsado a aprender mucho más de esto y ayudar a las personas es ver la condición de otros. Yo me veo fuerte, pero veo otras compañeras más que ya están abuelitas, pero han tenido otra vida donde han sufrido mucho y eso las ha debilitado. Ellas quisieran salir adelante, pero piensan cosas como “¿quién me va a dar trabajo? ¿Ya nadie me quiere?”. Me parece que si tuvieran una buena salud que las impulsara podría darles un motivo para seguir adelante. Por ejemplo, yo ahora tengo más ideas, tengo más organización, sé cómo hacer las cosas más rápido; pero la gente piensa que soy una señora que ya no tiene que aportar. Es curioso porque nuestros dirigentes siempre son personas mayores de 60 o 70 años y yo pienso “¿Como tú no me das trabajo a mí que tengo 45 y tú tienes un gobernante que tiene 72 años?” ¡No entiendo!

En mi vejez, yo me veo trabajando en lo que me gusta: ayudar a otros. Me gusta ayudar a otras personas y seguir hasta donde yo tenga fuerzas. Seguir ayudando a la gente, estar trabajando en el voluntariado en la parte de la fundación donde estoy y seguir en esto hasta donde la fuerza me dé.

Mirando al pasado, yo hubiese querido ser visible desde antes. Quizá me hubiese ayudado para llegar a otras instancias. De repente hubiese sido una de las precursoras de toda esta revolución. Yo sí tenía la intención, pero como no tenía el apoyo preferí encerrarme en el tema de la iglesia y todo lo demás para ver si lograba cambiar. También, me hubiese gustado prepararme un poco más para ayudar a la gente más de lo que les puedo colaborar ahora. A las personas jóvenes LGBT+ les aconsejo que estudien, eso es fundamental. No solamente la

preparación académica, hay que aprender cosas técnicas. A muchas de nosotras nos enseñaron que solamente la cocina y la costura, pero las mujeres también podemos cambiar las llantas de un carro, podemos arreglar una tubería, podemos armar un mueble, esas cosas básicas que sabes que cuando vivas sola te va a tocar hacerlo. Podemos involucrar a las personas jóvenes en eso para que sean autosostenibles.

También, es importante que tengan algo que ayude a generar dinero para poder costear nuestras vidas, porque muchas no van a tener una pensión. Yo tengo una pensión que no me permite cruzarme de manos y pies y no seguir trabajando. A mí me toca seguir trabajando. Por eso hay que seguir preparándose para cuando ya uno no pueda continuar laborando.

A las personas de mi edad me gustaría decirles que debemos ser sinceras con nuestro propio ser y aceptarnos tal cual somos. Cuando uno se queda encerrado, no se es feliz, tienes una vida amargada, viviendo la vida que los demás quieren. En la medida de lo posible tratar de reunirte con personas que compartan tus ideas y compartan tu forma de ver la vida.

¡Sigán adelante, que la vida todavía sigue! ¡Vivan un día a la vez y no se preocupen por el qué dirán, ya estamos muy grandes para eso!

2 Prueba para detectar células precancerosas o cancerosas en el cuello uterino.

3 Radiografía de senos.

4 Contenido audiovisual ya sea en vivo o grabado, que se puede disfrutar en computadoras u otros aparatos a través de internet en tiempo real.