

FF S3 Ep. 4 (Spanish)

[00:00:00] Hola a todos y bienvenidos de nuevo a otro episodio de Fibro Friends, tu amigable barrio Fibro Friends. Como siempre, soy una de tus anfitrionas Caraline que también tengo conmigo a Mesha.

[00:00:12] Oye.

[00:00:12] Y Skye.

[00:00:14] Hola.

[00:00:16] Y estamos de vuelta para darles algunos datos más contundentes sobre la fibromialgia basados en la investigación y la ciencia.

[00:00:21] ¡Bum!

[00:00:21] Como siempre, ¿no? En su mayoría. ¿Quizás?

[00:00:26] Sí.

[00:00:27] Pero de todos modos, solo para dar inicio al episodio. Volveremos a gritar la Gala de las Mariposa porque va a ser octubre como pronto. Y ahí es cuando.

[00:00:37] Muy pronto.

[00:00:37] La gala se está celebrando. Y estamos muy entusiasmados. Los tres estaremos allí reunidos y unidos. Skye y yo nos veremos por primera vez en persona y va a ser trascendental.

[00:00:47] Sí.

[00:00:48] Así que si quieres presenciarlo con tus propios ojos.

[00:00:50] Lo grabaremos, tendremos que hacerlo.

[00:00:54] Pero sucederá el veintidós de octubre de las seis treinta a las diez y media en el local Loft Life en Newark, Nueva Jersey. Y toda la información de las entradas y el enlace están en las notas del espectáculo. Así que si quieres comprar un boleto, hazlo. Hay admisión general y VIP. Así que elige lo que quieras. Vete a bailar, si quieres. No ser bailando no podría ser ganar dinero, pero sal cuando vengas a la fiesta que depende de ti. Pero, también puedes donar. Así que si no eres un fiestero, si sigues como si esta pandemia estuviera ocurriendo y la fiesta no es la mejor idea, sabemos cómo se siente la gente. También puedes donar. Así que. Eso depende de ti, boo.

[00:01:35] Haces tu boo boo.

[00:01:35] Lo dejamos en tus manos, como siempre, pero para entrar directamente en el episodio de hoy, estamos muy emocionados de reunirnos contigo para conocer a nuestro

nuevo Fibro Friend. Es una de las únicas personas que no, la única persona que nos deja un mensaje de voz.

[00:01:52] Y estábamos muy emocionados cuando lo escuchamos por primera vez porque ella nos dio una sugerencia de la que hablar en nuestro podcast. Y yo estaba como, bueno, no voy a hablar de esto sin ella. Así que queremos que conozcas a nuestra nueva Fibro Friends Corinne. Bienvenido, Corinne.

[00:02:06] Hola.

[00:02:07] Hola!

[00:02:07] Hola a todos.

[00:02:09] Estamos muy contentos de tenerte.

[00:02:11] Estoy tan contenta de estar aquí. Qué honor ser el primer buzón de voz convertido en invitado.

[00:02:16] Sí. Y mira, ¿por qué crees que te seguimos diciendo que nos dejes mensajes de voz? Porque tal vez puedas estar en el podcast con nosotros y podamos divertirnos. No lo decimos solo para decirlo.

[00:02:24] Hazlo.

[00:02:26] Hazlo. Quiero decir, como recuerdo cuando todos decíais mi nombre que me gusta. Oh, sí. Gracias, Corinne, por el buzón de voz. Literalmente era como cocinar en mi cocina era como, eek ese soy yo!

[00:02:35] ¡Grita!

[00:02:36] Eso es increíble.

[00:02:38] Oh Dios mío. Bueno, siempre hacemos la misma pregunta a nuestros huéspedes. Así que vas a hacerte esa pregunta también. Y ese es el consejo más extraño que un médico profesional te ha dado a ti o a una mujer cualquiera en la calle sobre tu fibromialgia.

[00:02:55] Oh, chico. He estado pensando en esto, como cada vez que hacéis esta pregunta, ¿cuál sería mi respuesta? Hay tantas, tantas cosas extrañas. Al igual que tengo muchas personas de salud como woo woo en mi vida específicamente como miembros de la familia. Así que creo que una extraña que he tenido constantemente es como comer más cúrcuma y desaparece como, sí, eso ayudará con la inflamación. No me ayudará a que mi cerebro envíe señales al resto de mi cuerpo.

[00:03:31] Amén!

[00:03:31] Sabes, la inflamación es la parte más pequeña de lo que estoy pasando.

[00:03:34] Bien.

[00:03:36] Así que definitivamente es algo que me viene a la mente. Y luego la otra la tuve como el peor médico del mundo cuando empecé a tratar de averiguar por qué diablos estaba pasando, como antes de que me diagnosticaran, que básicamente me dijo que, no hay forma de que puedas estar deprimida. ¿Por qué tienes que estar deprimido? ¿Cuándo empezó tu depresión? Y yo estaba como, bueno, no sé, quizá como en la secundaria. Y ella dice, ¿qué tiene de deprimente estar en la secundaria? Estoy seguro de que no es así. Estoy como.

[00:04:09] Todo.

[00:04:12] Exactamente. ¿Alguna vez has ido a la secundaria? Sí. Así que esos son probablemente los dos que me gusta, ¿cómo cómo? Justo cómo. No.

[00:04:21] Como si no te acuerdas de una escuela secundaria como todo el mundo se ve raro, tus hormonas están furiosas.

[00:04:26] Justo bajo su lógica como doctora. Ella estaba como, tengo un hijo en el instituto. Está contento. Bien por él.

[00:04:34] Eso significa que todos los estudiantes de secundaria están contentos. Todo solo uno de ellos.

[00:04:38] ¿Verdad? Bien. Gracias por invalidar mi depresión.

[00:04:43] Bien.

[00:04:43] Oh Dios mío.

[00:04:43] ¡Me encanta eso!

[00:04:45] Quiero decir, así es como yo, um. Estaba viendo en TikTok como un clip que alguien había sacado del nuevo programa como Charlie Demilio, y ella estaba hablando de cómo estaba en terapia. Y su terapeuta es como, oh, mi hija es una gran admiradora de ti. Y ella está como, vale, pero sigo deprimida. .

[00:05:09] Al igual que, gracias. Pero también.

[00:05:12] Eso no me ayuda en absoluto.

[00:05:14] Bien. Bien. Así que no hace falta decir que ya no estoy con ese médico.

[00:05:19] Hurra. Gracias. Siguiente.

[00:05:20] Exactamente.

[00:05:21] No necesitas eso. Espero que se hayan retirado.

[00:05:24] Bien.

[00:05:25] Para cuidar a su precioso hijo que siempre está feliz. Así que, quiero decir, nos gusta empezar a medir como la historia de todos y no medir, pero al igual que me gusta

ver dónde empezó todo para la gente. Y creo que es muy importante escuchar la historia de todos, así que si quieres compartir tus pensamientos, adelante.

[00:05:47] Sí, totalmente. Por lo general, una de mis partes favoritas para escuchar en tu podcast es como escuchar a la gente hablar en sus historias. Así que, al pensar en ello, creo que podría ser el primer invitado al menos que he oído que tiene un diagnóstico de Fibro bastante reciente.

[00:06:05] Oh!

[00:06:05] Oh guau.

[00:06:06] Así que me diagnosticaron el veinte de diciembre.

[00:06:09] Guau.

[00:06:09] Así que hace menos de un año.

[00:06:10] Guau.

[00:06:11] Guau.

[00:06:12] Sí. Así que supongo que mi tipo de viaje empieza como todo en la infancia. Bien. Tengo muchos ases en mis experiencias anteriores adversas de la infancia. Así que definitivamente caí en el campo de tener un poco de trauma por el que he pasado de niña pero que en ese entonces no lo reconocí como trauma. Sabes, era la vida como si fuera como, ya sabes, dinámicas y situaciones familiares extrañas. Y, sabes, no fue hasta después de la universidad que empecé a darme cuenta, como, oh, que esto es un problema. Necesito terapia y debería empezar a desempacar esta cosa. Así que, en 2016, finalmente encontré el terapeuta adecuado y empezamos a trabajar juntos en veintisiete años. Y luego estaba en el más tóxico de los entornos corporativos, trabajos como lugares de trabajo tóxicos hasta la T. Mucho abusivo y largas horas y gaslighting y ya sabes, no realmente donde quieres trabajar nunca. Afortunadamente, esa empresa está pasando por momentos muy difíciles en este momento porque tiene algunos problemas sistémicos.

[00:07:32] ¡Karma!

[00:07:32] Exacto, exactamente. Es una de esas cosas en las que estuve allí solo siete meses, pero sigo pensando en ese trabajo constantemente.

[00:07:38] Bien.

[00:07:38] Oh no.

[00:07:39] Vamos a añadir otra capa de trauma. Y luego, ya sabes, en 2019, el tipo de incidente que me incitó a todo fue un accidente de coche.

[00:07:50] Muy común.

[00:07:51] Sí. Tuvimos un accidente automovilístico. Y ni siquiera fue severo, como si acabara de doblar una esquina. Así que probablemente iba como a veinte, veinticinco

millas por hora como mucho. Y un coche atravesó una señal de alto y no se detuvo y golpeó justo encima de mi lado del conductor. Lo haremos lo suficientemente despacio como para darme un latigazo y, como, hacer girar un poco mi coche. Y, afortunadamente, esta es la parte más divertida. Así que en ese momento, ya iba de camino a una cita con el médico. Por eso estaba en el coche. Iba a una cita con el médico por algunos síntomas como, oh, como mi depresión y ansiedad, al igual que no desaparezca. Y me siento constantemente tenso por lo que pasa, ¿sabes? Así que trataba de ser proactiva con respecto a mi salud. Sin embargo, tuve que cancelar la cita con el médico, después del accidente automovilístico.

[00:08:43] Bien.

[00:08:44] Afortunadamente, todo estaba cubierto por el seguro. Así que terminé siendo capaz de aprovechar cosas como las citas con el quiropráctico y la terapia de masaje y la fisioterapia y la acupuntura, todas esas partes de mi plan de recuperación para este accidente automovilístico. Y el plan era que durara unos seis meses.

[00:09:03] Sí.

[00:09:04] Pero claro, como cuando las cosas no empiezan a mejorar después de sufrir un accidente automovilístico, mi quiropráctico, acupunturista, masajista empezaron a mirarme como, ¿estás seguro de que no tienes nada más que hacer? Parece que no estás mejorando y sigues sintiendo mucho dolor y que tu tiempo entre consultas sigue siendo bonito, ya sabes, por lo general corto, como empieza a mejorar. Te estás retirando de él. Y yo, por supuesto, era como siempre iba, oh, sí, mi cuerpo no se siente mejor. Y luego comencé con algunos síntomas nuevos de entumecimiento en los brazos y las piernas mientras dormía y como poder gustarme fácilmente al caer un sombrero, tener acidez estomacal para cualquier cosa como todos esos síntomas. Bien. Y luego todos los síntomas digestivos similares que vienen con él.

[00:09:54] Sí.

[00:09:55] Y yo estaba como, esto ya no es solo estrés crónico y un accidente de coche. Algo está pasando aquí. Avance tan rápido hacia, ya sabes, otro trauma global llamado pandemia.

[00:10:08] ¡Bienvenido!

[00:10:08] Bien. Exactamente. Tan pronto. Veinte veinte. Tuve que dejar de ir a todas mis citas porque, ya sabes, tiempos de pandemia. Y eso es como cuando las cosas realmente dieron un giro fuerte para mí en términos de que la depresión estaba en su punto más alto, la ansiedad y luego como la fatiga y el dolor crónico que se movían por mi cuerpo, como constante, consistentemente y como no encontrar alivio con los analgésicos, ya sabes. De todos modos, así que, como, avance rápido a diciembre poniéndose como todos mis. Pruebas hechas, análisis de sangre, radiografías, bla, bla, con mi nuevo médico, que es mucho mejor que mi antiguo médico, estoy haciendo todas mis cosas con ella. Y luego, ya sabes, probablemente todos conozcas este sentimiento. Recibes la llamada de las buenas noticias. Todos tus informes son normales. Y estás como, ¿qué diablos? Eso es genial para ti. Ya sabes, así que probablemente tengas esta cosa llamada Fibromialgia. Y en ese momento, tenía un poco de experiencia con la fibromialgia simplemente porque mi madre también tiene Fibro.

[00:11:15] Oh.

[00:11:16] Así que estaba como, oh, no, genial. Sí. Eso fue el veinte y veinte de diciembre. Y desde entonces ha sido muy parecido a experimentar pruebas, tratar de averiguar, por supuesto, qué es lo que realmente ayuda a mis síntomas. Y lo más importante también es como reevaluar lo que el descanso y el trabajo significan para mí. Es como en nuestra sociedad capitalista en la que hablaremos un poco hoy mientras hablamos de mi trabajo y de qué hacer. Pero sí, ha sido un viaje salvaje.

[00:11:52] Sí. Así que quiero entrar en eso porque quiero decir, eso es todo sobre el tema de este episodio. Así que básicamente de lo que queremos hablar es de la fibromialgia y su papel o papel inexistente en la industria del entretenimiento. Y quiero que Corinne nos diga qué hace y por qué se aplica a este tema.

[00:12:12] Cien por ciento. Así que trabajo específicamente en la industria del teatro. Soy gerente de programas de entrenamiento para un teatro aquí en Portland, Oregón, y específicamente lo que eso significa cuando dirijo nuestro programa de aprendices. Así que superviso la programación, las clases y las oportunidades de establecer contactos para entre ocho y diez artistas jóvenes que están dando el salto desde el entorno educativo, ya sea la escuela secundaria o la universidad, al entorno profesional del teatro. Y además de eso, ejecutando toneladas de programación de secundaria, programación de secundaria, yadda, yadda, educación teatral y haciendo que los niños se entusiasmen con la expresión creativa.

[00:12:51] Me encanta.

[00:12:54] Sí, sí. Así que he estado haciendo eso durante aproximadamente. Quiero decir, este papel en el que llevo solo un año, pero he estado trabajando en la educación teatral durante unos diez años y luego he estado actuando en el escenario desde que estaba en segundo grado y mucho, mucho tiempo actuando tanto por diversión como profesionalmente. Y ahora también voy a dirigir.

[00:13:22] ¡Guay!

[00:13:22] Así que eso es otra cosa que puedo añadir a mi lista.

[00:13:27] Desde tu punto de vista, ¿qué has visto? Quiero decir, sé que recién te diagnosticaron una enfermedad crónica, pero ¿qué has visto en cuanto a dónde las enfermedades crónicas juegan un papel en la comunidad? Si ve a muchas personas que tienen enfermedades crónicas o.

[00:13:45] Oh, Dios mío, esta pregunta de quién, en primer lugar, quiero empezar diciendo, como, me moría por hablar de esto, tengo notas, ya lo harás.

[00:13:51] ¡Mírate!

[00:13:53] ¡Guau!

[00:13:54] Yo era como el cerebro de Fibro, el cerebro de Fibro da un paso atrás que no vas a tomar el control.

[00:13:56] Está preparada.

[00:13:56] ¡Está lista!

[00:13:59] Oh, sí. Así que al igual. Ha sido una locura ser diagnosticado recientemente con Fibro y seguir trabajando en esta industria. Y casi ha sido como un nuevo juego de gafas que he tenido que usar en términos como mi propia accesibilidad en la industria, pero también ver muchas de las trampas que existen en términos como este es la forma en que se hacen las cosas. Así es como lo haces, sabes. Así que creo que mucho de esto ocurre en múltiples disciplinas de la industria del entretenimiento. Pero obviamente hablo principalmente hacia el teatro porque es en lo que estoy inmerso.

[00:14:33] Bien.

[00:14:34] Pero es mucho. Quiero decir, hay específicamente que el programa debe continuar, la mentalidad es la forma más fácil de empezar. Bueno, vamos a pensar en lo que significa eso. Como, ya sabes, es como el capitalismo en pocas palabras, donde es como si tuvieras que gustarte, avanzar y ser productivo. Y, sabes, tenemos un plazo que cumplir y tenemos que levantar esto para estas fechas. Y, ya sabes, no es propicio para cosas como un brote. Y además, es como una bestia completamente diferente cuando hablamos de enfermedad invisible frente a discapacidad visible. ¿Verdad? Así que ustedes en la industria y sé que vamos a profundizar más en esto, pero al igual que en la industria específicamente, conozco a muchas personas que se identifican con algún tipo de discapacidad invisible o neurodivergencia que a menudo eligen no revelarlo debido a la industria en la que trabajamos y qué tipo de requiere que tengas éxito en la industria, que tengas éxito en las cotizaciones aéreas.

[00:15:38] Sí.

[00:15:39] Bien.

[00:15:39] Sí. Y creo que recientemente, al menos en los últimos cinco o diez años, las discapacidades visibles han pasado a primer plano. Creo que en el teatro. Quiero decir, como la versión más reciente de Oklahoma que tenía a Ali Stroker, que está en silla de ruedas o la producción de Spring Awakening de Deaf West, donde estaba medio en lenguaje de señas y cantada por artistas que no tenían problemas de audición. Pero eso es de estar realmente empujado hacia adelante. Y aunque me encanta eso, creo que es igual de importante asegurarnos de que prestamos atención y cuidamos también a las personas que padecen esas enfermedades invisibles.

[00:16:17] Es tan cierto. Bien. Y creo que eso viene de mirar el sistema en sí mismo de lo que la industria del entretenimiento te pide que participes exactamente. ¿Verdad?

[00:16:28] Exactamente.

[00:16:28] Al igual que los ejemplos que estás enumerando, Caraline son tan importantes y válidos, pero también suelen caer en este tipo de modelo profesional de teatro, que es como ensayamos durante un mes. Estas son las horas de ensayo y luego actuamos durante al menos un mes, ya sabes, lo que sigue siendo mucho pedir, especialmente si estás contando historias que no solo son agotadoras físicamente porque te mueves como

salvajes, sino que a menudo implican algún tipo de narración traumática, como te preguntan como artista para ser vulnerable y dejarte ir a lugares bastante intensos. Y oye, ¿qué desencadena la fibromialgia? Trauma y estrés.

[00:17:10] Eso es tan cierto. Ni siquiera lo pensé de esa manera, pero sí, tienes toda la razón.

[00:17:13] Sí.

[00:17:13] Es salvaje.

[00:17:15] Claro que sí.

[00:17:16] Y también creo que ya lo habíamos discutido antes. Lo que la última vez después de que terminamos de grabar, solo pensando en lo que queremos hablar para este episodio, pero solo pensando en los términos de la industria del entretenimiento en general, cómo hay un puñado de personas que hablan de celebridades para diferentes enfermedades y enfermedades. Y aunque no hay un portavoz oficial de Fibromialgia, no sé si quiero que lo haya porque cualquiera que hayan sugerido no está haciendo un gran trabajo.

[00:17:47] Bien, bien.

[00:17:47] O en realidad no quiero hablar de ello. Tal vez lo hayan mencionado una vez en una entrevista y eso es todo lo que hacen. Así que.

[00:17:55] Bien.

[00:17:56] No sé, no sé si necesariamente necesitamos uno. Creo que sería mucho más importante si la gente, solo la gente, la gente normal se sintiera lo suficientemente cómoda y confiada como para hablar al respecto. Y así es como estaba llegando a primer plano. Definitivamente no creo que necesitemos que alguien hable de ello solo porque sea una celebridad, porque así es como Lady Gaga no está haciendo un trabajo maravilloso representando a la comunidad de Fibromialgia.

[00:18:27] Por desgracia, no.

[00:18:28] Y no es que tenga que hacerlo, pero si ella va a hablar al respecto, entonces realmente necesitas pensar en lo que estás diciendo antes de decir, porque literalmente ni siquiera una hora antes de que nos pusiéramos en marcha estaba desplazándose por TikTok y apareció un clip de su entrevista con Oprah y. Y estaba diciendo que no está con narcóticos, no está en ningún Xanax, bla, bla, bla. Genial. Pero también estás haciendo que las personas que no pueden pagar tus tratamientos mágicos se sientan mal y estás meneando a las personas que sí necesitan esos medicamentos y les va bien con esos medicamentos. Así que no ayudas a nadie. Pero solo tratas de aumentar tu propio ego. ¡Como, vamos!

[00:19:06] Sí, y es salvaje.

[00:19:07] Disparos. No, es real, es real.

[00:19:09] Parte de eso a través de una parte también es que apestas es como. Hay un gran estigma que creo que el ableismo interiorizado es, en última instancia, a lo que se reduce, de saber que si vocalizas que necesitas esas cosas o que tienes ciertas peticiones especiales que necesitas para que, de nuevo, afecte el sistema de cómo siempre se ha hecho en el entretenimiento. industria que la gente querrá trabajar menos contigo o la gente te verá difícil. Así que, como, hay esa pieza, también, donde entiendo que Lady Gaga sea como, no necesito ninguna de estas cosas porque está tratando de gustarle, en cierto modo, también abogar por su carrera. Y es un lugar tan estúpido para estar como persona en el que tienes que minimizarte para tu carrera.

[00:19:56] Sí.

[00:19:58] Y otra cosa de la que hablamos, también, es como la representación general de la fibromialgia y las enfermedades crónicas en el cine y la televisión, porque como todos sabemos, de ahí es de donde mucha gente obtiene información, desafortunadamente, porque así es como toman esa forma de medios de comunicación y entretenimiento. Y desafortunadamente, nos han utilizado como comunidad, como pacientes de fibromialgia. Nos han usado mucho como chiste. Y es descorazonador porque, en primer lugar, solo quiero saber quiénes son estos escritores que están investigando esto y siendo como, bueno, sí, Fibro es de quien nos vamos a burlarnos. Hay millones de otras enfermedades y vas a elegir la nuestra para molestarla, como, realmente no lo entiendo.

[00:20:51] Sí.

[00:20:52] Porque había hecho una lista de algunos de ellos. Así que uno de los más notables fue un episodio de House y un tipo entra y dice, creo que tengo fibromialgia. Y entonces House va al departamento de medicación, a la farmacia, y va a la máquina de dulces, saca caramelos blancos, los pone en un frasco de pastillas, y toma los opioides que se suponía que debía darle al paciente. Y estoy como, vale, de nuevo, nos estás representando como un reventón de píldoras. Como drogadictos.

[00:21:23] Hipocondríacos.

[00:21:24] ¡Sí!

[00:21:25] Sí, y los hipocondríacos no sabrán la diferencia entre un placebo, ¿qué diablos?

[00:21:31] Sí, y según Internet, hay como un puñado de otros episodios de programas de televisión que han hecho exactamente lo mismo, es como copiar y pegar de otros programas de televisión que ven. Bueno, se burlan de la fibromialgia. Yo también podría hacerlo. Así que es un momento divertido. Una buena. Bueno, al menos dos buenas representaciones de la enfermedad crónica de la fibromialgia que había visto era que no sé si ustedes conocen el programa Face-Off donde les gusta el, quiero decir, es una buena representación de la industria del entretenimiento también, como el arte del maquillaje para películas y televisión. Pero había una concursante que tenía Fibromialgia y le permitieron hablar de ello en la televisión, dejaron que contara su historia, lo cual es bonito. Y luego hay un episodio. Hay como un episodio de dos partes de Golden Girls donde ¿por qué nunca puedo recordar el nombre de este personaje? Es el personaje de Bea Arthur.

[00:22:22] ¿Es Bea?

[00:22:24] Y ella está teniendo síntomas similares a los que tenemos nosotros. Tenía la fatiga y el dolor y todas estas cosas, y estos médicos no la toman en serio. Y lo raro es que sea una mujer mayor. Así que, por alguna razón, pensarías que a medida que envejeces, quizás tu dolor sea mejor recibido por los médicos, porque normalmente somos los jóvenes los que tenemos problemas para tratar de convencer a la gente de que estamos sufriendo. Pero sí, quiero decir que ella explota en el médico en una parte del episodio, ella es como, no me estás escuchando. Estoy enfermo y cansado. Y creo que así es literalmente el nombre del episodio.

[00:22:58] Tan identificable.

[00:23:00] Sí. Y es como si quisieras seguir siendo profesional porque quieres que alguien te tome en serio. Pero es como si hubiera muchas veces en las que quería gritarle a la gente.

[00:23:10] Bien.

[00:23:12] Interpretó a Dorothy.

[00:23:13] Sí, Dorothy. Así que, Dorothy se adelantó a nuestro tiempo.

[00:23:14] Sí, es una trampa veintidós, es como una captura total de 22 en la industria del entretenimiento específicamente. Claro, porque no quieres tener ningún tipo de prejuicio en tu contra porque afecta a las cosas del casting. Por desgracia, vivimos en un mundo en el que el sesgo es inevitable. Y especialmente con cosas como Hollywood, hay tanto sesgo en decir que existes como alguien con fibromialgia. Por eso no escuchamos a gente como Morgan Freeman hablar de su fibromialgia.

[00:23:41] Te queremos, Morgan Freeman.

[00:23:41] Eso es lo que iba a mencionar.

[00:23:43] Bien. Como, no significa que no le importe y que no le guste hablar de ello. Pero es un gran riesgo para tu carrera reconocerte a ti mismo como alguien con una enfermedad crónica, porque entonces también tienes que preocuparte por ser encasillado. Quiero decir, obviamente, Morgan Freeman, se preocupan por encasillar porque es Dios, no puede hacer nada malo.

[00:24:02] Dios, literalmente.

[00:24:04] Pero tienes que preocuparte por encasillar, claro, donde la gente te va a poner como la persona con discapacidad que es como el caso de mártir para que el héroe diga o le guste a la persona que, ya sabes, es un villano. A menudo, las personas con discapacidad desempeñan papeles que son como el villano y que eso no es apropiado en absoluto. Tan equivocado o como dijiste, el estereotipo de la derecha hipocondríaca.

[00:24:31] Esa es la peor.

[00:24:33] Hay tan pocas veces como en cualquier tipo de habilidad o enfermedad crónica, que es tan raro que te guste interpretar a una persona con problemas complejos y traumas y como, ya sabes, como un personaje normal de un programa de televisión que luego también tiene fibromialgia, que es la realidad para la mayoría de nosotros.

[00:24:53] Bien.

[00:24:54] Como si no todos estuviéramos consumidos por este diagnóstico. No es de lo único que hablamos todo el tiempo, pero es así de raro, como en medio de dos. Si no hablas de ello, no hay representación. Pero lo mucho que hables de ello puede afectar totalmente la representación que hay.

[00:25:11] Correcto. Oh, como una piedra y un lugar duro. Realmente lo es, es justo.

[00:25:17] Sí.

[00:25:17] Bueno, entonces te pones salado cuando ves estas películas como Five Feet Apart con fibrosis quística consigue esta representación romántica de la enfermedad y donde hay información precisa sobre qué es la enfermedad, pero también como una comedia romántica. ¿Para dónde está eso?

[00:25:35] ¿Fibro? Sin embargo, algunas de ellas son inexactas. Y Five Feet Apart como un amigo muy cercano de la universidad que tiene fibrosis quística. Y como ella publicó esta larga cosa básicamente sobre lo que estamos diciendo. Es como, ¿por qué no puede ser como es en realidad? ¿Por qué tenemos que idealizar esto?

[00:25:52] Bien.

[00:25:53] No todo es lindo.

[00:25:54] Sí.

[00:25:54] No lo es. En realidad no lo es.

[00:25:57] Es como, ¿dónde está la chica con fibromialgia e IBS?

[00:26:02] ¿Verdad?

[00:26:02] Y no nos importa.

[00:26:03] ¿Dónde está la chica huyendo de la fiesta porque se caga en los pantalones?

[00:26:06] No nos importa como atravesamos a la mayoría de la gente. Espero que la esperanza esté atravesando la vida con enfermedades crónicas a través del humor. Porque si no te ríes de cuántas veces casi te has cagado en un Wal-Mart, entonces no lo vas a pasar bien. Como si no lo fueras.

[00:26:24] Bien.

[00:26:26] Bien. Como, si no puedo sentirme como un dragón que escupe fuego cuando mi acidez estomacal se inflama y siéntate ahí y ve a mi compañero. ¿Qué tiene de divertido?

[00:26:34] No es nada divertido.

[00:26:34] Exactamente.

[00:26:34] Bien, ¿qué tiene de divertido?

[00:26:36] Y otra película en la que pensé también, porque la había visto porque quería ver de qué se trataba todo el bombo. No es que haya mucha publicidad, que se haya hablado de ello en la comunidad de enfermedades crónicas. Pero hay una película llamada Cake con Jennifer Aniston en ella, y tuvo un evento desencadenante traumático que desencadenó dolor crónico. Y luego la mayor parte de la película trata sobre cómo ella es como una persona psicótica y tiene que conseguir drogas del otro lado de la frontera de México. Y Jennifer Aniston, podrías haberlo hecho mejor.

[00:27:08] Oh, hombre.

[00:27:09] Típica. Eso es lo que hacemos todos.

[00:27:11] Sí, así es. Eso es lo que hacemos todos. Esa es nuestra historia.

[00:27:15] Ojalá hubiera un video para este podcast solo por esa reacción de todos nosotros, la cantidad de ojos en blanco y suspiros que acaban de suceder.

[00:27:21] Oh, tengo que ir a México ahora y coger mis drogas.

[00:27:26] Bien.

[00:27:26] Lo sabes como lo haces.

[00:27:28] Y es como.

[00:27:28] Es inapropiado en muchos niveles.

[00:27:31] Ven a hacer un documental y habla con personas reales que viven con estas enfermedades. Es como pensar en todas las veces que los actores han asumido un papel y se trata de una persona a la que le gusta Stephen Hawking o de todas estas personas que han vivido ciertas vidas y les han ocurrido estas cosas traumáticas. Y hacen toda esta investigación y todo este trabajo para desempeñar realmente ese papel de la manera blanca. Y a veces es brillante. Cuando la vemos, dicen, vaya, realmente sentí que esa historia cobraba vida cuando es como, hazlo con nosotros y ve cómo es. Vas a tener una representación mejor.

[00:28:08] Y eso también es parte de ello, ¿verdad? Como existen actores que tienen estas discapacidades, ¿por qué no los hacemos papeles? Como, sí, Theory of Everything fue una película hermosa, pero como Eddie Redmayne.

[00:28:22] No deshabilitado.

[00:28:23] No está deshabilitado de ninguna manera. Entonces, ¿por qué interpretaba ese papel? Porque es guapo y actor. E hizo el moolah bien. Como si todo se trataba de las ventas de taquilla. Y desafortunadamente, como lo que vemos con demasiada frecuencia, incluso en el teatro, ni en el escenario principal, ni siquiera en el teatro de Nueva York, ni siquiera en el teatro de Chicago, como estas grandes escenas. Incluso en estos mercados más pequeños, vemos que las decisiones de casting se toman en base a alguien que puede interpretar a una persona discapacitada en lugar de elegir a una persona discapacitada en ese papel. Y no recuerdo quién era. Había un artículo realmente impresionante que leí del teatro estadounidense, y básicamente estaba derribando la industria del teatro ableismo. Pero alguien había mencionado esta increíble cita sobre cómo es un actor con discapacidad y cómo cuando interpretan un papel, solo están interpretando un papel. Y al igual que la discapacidad es un subconjunto de ese rol porque eso es lo que son como persona. En comparación con cuando se le asigna un papel a alguien que no está discapacitado, va a dramatizar la discapacidad porque en realidad no está discapacitado. No hay opción. No saben cómo hacerlo, no porque tengan que añadir eso más adelante para que no obtengas una historia fáctica. Incluso si hubieran entrevistado a un millón de personas con fibromialgia y sabían todo sobre los entresijos de lo que parece. Si no estás discapacitado, no deberías jugar papeles discapacitados.

[00:29:50] Sí. El final.

[00:29:52] Estás soltando gemas ahora mismo.

[00:29:57] Sí.

[00:29:57] Lo juro. Pero sí.

[00:29:58] Te lo digo yo.

[00:29:59] Sabes, cuando mencionaste que también se reduce a gustarnos nuestros gestos y la forma en que nos llevamos a nosotros mismos como hace un tiempo, ya sabes, conocí a una mujer y ella estaba como, dolor crónico, ¿no? Estaba como, ¿cómo lo sabes? Ella estaba como, bueno, mira cómo te sientas. Ella dice, lo sé por la forma en que te sientas. Porque siempre me mudo.

[00:30:22] No sé si debería haberte halagado o insultado.

[00:30:26] ¡Bien!

[00:30:26] ¿Verdad? Me pareció increíble. Ahora, como, puedo captarlo en la gente también, porque estoy como, oh, miro la forma en que caminan y miro cómo están sentados y cómo se mueven. Y todo se reduce a nuestros gestos y, como las pequeñas cosas que me gustan, los actores que no tienen estos problemas ni siquiera pensarían. Así que para nosotros, son como, vale, bueno, eso no es nada convincente porque caminas con la columna vertebral completamente recta. No es así en absoluto, hermano.

[00:30:49] Sí.

[00:30:49] No estás sentado como un bicho raro en una silla, estás sentado y sentado con tu trasero sobre los pies del asiento en el suelo. Absolutamente no. No es así como funciona.

[00:31:01] Tu espalda no está encorvada, eso no está bien.

[00:31:04] Bien. Absolutamente no.

[00:31:05] Bien. Y luego está la otra cara de la moneda, ¿no? Somos como personas discapacitadas que intentan desempeñar papeles no discapacitados. Hay tanto estigma alrededor, de nuevo, hacer las cosas de la manera correcta entre comillas, ya sabes, de que los directores sean como, bueno, en este momento, ¿puedes, como, estar quieto o como sostener tu cuerpo de cierta manera o usar tacones altos para este papel y dices, no, literalmente puedo eso y así y así como que no te echen en las cosas porque eres difícil cuando en realidad es como, no, mi cuerpo no hace las cosas que quieres que haga mi cuerpo, como. Y creo que eso es algo muy importante en el teatro, específicamente donde hay mucho movimiento en este momento en la industria para hacer que la gente piense en la accesibilidad cuando se trata de la audiencia, ya sabes, y cómo presentamos actuaciones para personas sordas o personas ciegas y diferentes, ya sabes, niveles de capacidad física también. Pero cuando se trata de los actores que están retratando estas historias, a menudo es como una situación de «puedes, ah, no puedes». Es tan blanco y negro, como a veces, afortunadamente, tienes directores que estarán como, bien, geniales. Vamos a repensar lo que estamos haciendo aquí entonces. Pero si tienes un set como imagino que algunas personas lo saben, pero probablemente no todo el mundo. Así que cuando miras un set en un escenario, a menudo hay una inclinación muy pronunciada en la parte trasera. Si tienes que llegar a un segundo piso y parece una escalera normal en la parte delantera. Bien. Pero si tienes que subir esto como una pendiente súper empinada o a veces una escalera para llegar al otro lado y así, no puedes hacerlo de forma consistente durante sesenta días. Bien. Porque hay un mes de ensayo y normalmente un mes de espectáculos. Y eso es solo un promedio. Bien. Si no puedes asegurarte de poder hacer eso todos los días durante sesenta días, oye, no, podemos ir Fibromialgia a nuestros cuerpos, no podemos predecir nada como si nos vieras como un inconveniente para el proceso o como necesitar un. Tensión adicional y desafortunadamente, como si no estuviéramos en un lugar como sociedad en el que eso no tenga algún tipo de impacto en ti y luego conseguirás trabajo la próxima vez, ya sea por ser como el director o por no ver el valor y hacer acomodaciones o incluso literalmente por tiempo, energía y dinero. Bien. Como pensar en tu ejemplo de Lady Gaga. Bien. La razón por la que es capaz de interpretar esos como Hella, un concierto de baile fenomenal, cualquier espectáculo es porque tiene, como, la capacidad de repartido para todos estos tratamientos para el dolor. Bien. Y la prevención del dolor fue como los teatros no son capaces de muchos de ellos, de invertir financieramente en los mismos recursos para mantener el cuerpo y el cerebro de las personas. Bueno, y hay tantas cosas que hay que hacer, especialmente un actor actor en el escenario que, como, no tengo cucharas. Si estoy en un espectáculo, no tengo cucharas para ir al espectáculo, hacer el show, volver a casa y luego hacer la cena.

[00:34:08] Y hazlo todo de nuevo al día siguiente.

[00:34:08] Y luego limpia la casa como, no, no, no. Como, si estoy haciendo un show, como, mi compañero sabe que soy como directo, como si volvía a casa y soy una patata, no puedo hacer nada más que patata por el resto del día. Y es como si fuera una realidad.

También somos un lugar privilegiado en el que tienes que estar porque muchas otras personas que trabajan en teatro o en la industria del entretenimiento, no es así como obtienen sus ingresos. Es como un pequeño ingreso extra. Si es porque la mayoría de la gente que conoces, no somos celebridades que reciben millones y millones de dólares, sino, ¿cómo diablos haces para un segundo trabajo?

[00:34:47] Esto es literalmente un problema en tiempo real para mí porque.

[00:34:51] Sí. Lo mismo.

[00:34:51] Antes de que ocurriera la pandemia, estaba a punto de audicionar para algo en un teatro local y tenía una audición para algo como la secundaria. Y luego ocurrió la pandemia. Pero recientemente empezaron a tener audiciones de nuevo, audiciones de nuevo para cosas con conjuntos que quiero hacer. Quiero ser una persona de fondo. No quiero líneas, ponerme en la parte de atrás. Quiero ponerme un disfraz y cantar las canciones y bailar. Pero miré el cronograma y dije, oh, moriría. Nunca vería a mi marido. Nunca iría al baño ni cenaría. Como de dónde vendría de un trabajo, me iría a otro, me iba a dormir, volvería al otro. Digo, este es un teatro comunitario.

[00:35:29] Tortura.

[00:35:30] Ni siquiera me van a pagar por esto. Así que tuve que decir que no a eso.

[00:35:34] Y eso es y es como si eso fuera la norma. Esa es la norma del teatro. Y como se ve como, ya sabes, se manifiesta de muchas maneras diferentes, como pagar tus cuotas, como si tuvieras que trabajar duro si quieres los créditos y el dinero eventualmente y bla, bla. Y como, ya sabes, tenemos una semana literal que se llama en el proceso de ensayo, cómo se llama semana. Somos humanos capaces que lo llaman la semana del infierno. ¿Cómo es para nosotros?

[00:36:03] Semana del infierno extra.

[00:36:04] Demon Satan Underworld para siempre?

[00:36:05] Semana del súper infierno.

[00:36:09] Así que cuando te pones como para aquellos que no saben en el teatro la semana antes de que estrene tu espectáculo, normalmente estás haciendo ensayos de tecnología de doce horas, lo que implica detenerte y empezar mucho de pie, como, ya sabes, accesorios de vestuario, cheques de Mike, comprobaciones de IT, todo lo que sucede una y otra vez. otra vez. Es mucho oye, repite eso una y otra vez. Vuelve a ejecutarlos. Vuelve a correr eso. Y tu cuerpo está doblado como si estuvieras muerto. Estás acabado, terminado y así es tan común y así, sí, vamos a ir a la semana del infierno. Y estoy como, cómo, cómo estamos todavía en un mundo en veintiún años donde la gente es como kosher con una semana que es literalmente como la muerte dedicada a empujar tu cuerpo más allá de sus límites.

[00:36:55] Cuando hacemos eso con regularidad.

[00:36:58] Sí.

[00:36:59] Bien.

[00:36:59] Bien. Piensa en cómo sabes, como los actores o especialmente en el ambiente del teatro son realmente atletas como ustedes están actuando muy físicamente como, sí, ustedes deberían poder tomar baños de hielo o algo entre bastidores cuando terminen.

[00:37:19] Sí.

[00:37:20] Sí.

[00:37:20] Ya sabes, recibir masajes, algo que alguien te ayude, ya sabes, ayuda a desestresarte.

[00:37:28] Recuperación.

[00:37:28] Sí, sí, y afortunadamente, algunas empresas están empezando a hacer algo de ese trabajo bien, como la empresa para la que trabajo ahora mismo, Portland Playhouse, piensan constantemente y creo que es parte de eso porque tenemos algunos miembros del personal que se identifican de manera diferente, como neurodivergentes y discapacitados. y, ya sabes, tener experiencias diferentes. Y una cosa que hacen ahora mismo y que acabamos de empezar a hacer es como tener opciones para los días de terapia de masaje. Como si este fuera el día que hemos pagado para que un masajista venga al elenco, se apunte a tus bloques y puedas venir como una vez a la semana y hacer tu terapia de masaje con alguien como parte de estar en el show.

[00:38:12] Nos encanta.

[00:38:12] Así que sí, es genial que pensemos en las personas como atletas, pero creo que también la pieza que quiero ver más y de la que soy una defensora tan feroz, especialmente como directora, es como el bienestar mental de la derecha, como tú. Quiero decir, hoy es como una gota en el balde. Pero es un ejemplo perfecto. No sé si alguien conoce el programa. Titus Andronicus de Shakespeare. Es un espectáculo intenso. Hay muchos asesinatos. Es una historia de venganza sobre asesinatos y violaciones y drama familiar y, como cruda, es espantosa, espantosa y traumática. Y ese es el objetivo del espectáculo, es ser como si nadie ganara cuando las venganzas del centro de las cosas. Pero tuve una audición esta mañana para un papel en el programa donde, como, mi escena de audición iba a ser básicamente como la escena justo antes de que violaran a este personaje. Y tienes que ir a esa experiencia así. ¿Qué... qué? Es una audición. Y no sé si la gente lo sabe. Cuando estás audicionando para algo, eres como si tuvieras diez minutos de tiempo típicamente como se espera que entres, seas burbujeante, bromees de ida y vuelta, hables de programación, hables de cualquier cosa que necesites saber sobre el guión que estás a punto de hacer y luego entrar en cosas, correr la escena y luego terminarla y ser como, oh, genial hablar contigo. Sí. Como lo que es normal. Es normal que una audición dramática tenga que hacer algo así. Tener que hacer algo tan pesado.

[00:39:51] Y eso ya es bastante difícil, como si no has experimentado lo que estás actuando, pero como a la gente le gusta cómo, cómo cambias de un lado a otro. Es similar a cómo creo que los reporteros de televisión se encienden y apagan.

[00:40:05] Sí.

[00:40:06] Están como, OK, esto es esto es traumático. Pero tengo que estar en esto y lo que sea que tenga que preguntarle a esta persona sobre lo que acaba de pasar y va a ser horrible y luego tengo que salir de ello. Es horrible.

[00:40:17] Sí.

[00:40:17] Bien.

[00:40:18] Y tu cuerpo no sabe la diferencia.

[00:40:20] Sí, claro.

[00:40:21] Bien. Como cuando estoy sentado en el suelo suplicando por mi vida, como si mi cuerpo estuviera como, oh, estamos en peligro. Alerta roja alta. Así que salgo de mi sala de audiciones y mi cuerpo sigue atravesando esa respuesta de estrés como, oh, oh, nos estamos muriendo, nos están atacando. Así que soy como sentarme en el coche con mi variabilidad de frecuencia cardíaca, como la tecnología encendida y como tratar de calmarme y cantar canciones felices en el coche. Así que estoy como, calma el nervio vago, estamos a salvo, estamos seguros, estamos a salvo, lo mismo una y otra vez. Bien. Pero, en verdad, no fue hasta. Como una hora antes de empezar a grabar, así que fueron como tres, dos o tres horas después de esta audición que mi cuerpo se sentía como, oh, creo que estamos bien. Oh guau. Oh, vale.

[00:41:09] Y es bueno que haya llegado allí porque a veces no es así.

[00:41:13] Lo sé. Y todavía estoy en el punto en el que estoy como, voy a estallar mañana por esto.

[00:41:17] Maldita sea.

[00:41:19] Bien. Pero es como si fuera una porción de lo que es. Es una audición en un programa. Y cuando piensas en cómo tienes que protegerte como actor con Fibromialgia específicamente, hay muchas cosas como, ¿puede mi cuerpo soportar hacer el contenido de este programa? ¿Puede mi cuerpo aguantar cuando se suponía que iba a ser la ejecución del espectáculo? Sabes, si un espectáculo está programado para un proceso de ensayo de dos meses y luego tres meses o lo que sea, eso es algo completamente diferente a ser como, oh, vamos a ensayar durante dos semanas y luego actuar durante una semana. Bien. Y entonces, ya sabes, voy a ser un poco tangente como si hubiera todo este estigma, sobre si tienes lagunas en tu currículum como actor, es mucho más difícil conseguir trabajo porque la gente mira tu currículum y dice, oh, ella no ha estado trabajando. Tal vez sea porque no es muy buena. Quizá sea porque es difícil trabajar con ella y la gente no quiere trabajar. Conectan los puntos. Y tantas formas extrañas que, como, si eliges tomarte un descanso, te ven como perezoso, te ven como poco confiable. Y es como, no, solo estoy tratando de cuidar físicamente de lo que estoy pasando. Y a veces quiero que me guste en la parte superior de mi currículum y que me gusten las letras en negrita. Tengo una enfermedad crónica.

[00:42:38] Bien.

[00:42:39] Es como si fuera salvaje que eso sea una ramificación. Y creo que esa es parte de la razón por la que no vemos a más personas con enfermedades crónicas que estén en este tipo de enfermedades. Comenzando la etapa profesional de trabajar en la industria del entretenimiento, claro, es por eso que solo escuchamos hablar de los Morgan Freeman y Lady Gaga que son diagnosticados después de que ya son famosos. Sí. Y es como si no hubiera un punto de referencia en la industria a menos que estés creando tu propio trabajo, a menos que puedas, como, ocultar tus síntomas y fingirlo hasta que lo consigas, cosa que Dios odio tanto esa frase.

[00:43:13] Lo odio demasiado.

[00:43:13] Lo mismo.

[00:43:15] Oh, o como si la alternativa fuera como si fueras realmente atrevido y le hicieras la designación clara a la gente. Es como, no, no puedo hacer eso. No es porque no quiera hacerlo, es porque mi enfermedad crónica no me deja. Y este es el precio que pago si hago esas elecciones. E incluso entonces, tienes que rezar para que tengas un director, un diseñador escénico o una compañía de teatro en general que esté dispuesta a decir, oh, sí, hay diferentes cuerpos y habilidades diferentes en el mundo.

[00:43:46] Oh, Dios mío. Sin embargo, has acercado tantos puntos buenos. Por eso me gustaba ser un tema y no podemos hablar de ello sin Corinne.

[00:43:55] Ahora entiendes por qué dejé ese buzón de voz y dije, chicos.

[00:43:57] ¡Escucha!

[00:43:59] Esto es importante.

[00:44:03] Sí, lo es. De verdad lo es. Sí. Todo este tema es la razón por la que me obligué a no intentar más que me vendan solo porque quería ser un artista y repertorio como un artista y repertorio totalmente en la industria de la música o incluso como tener mi propio sello. Y como si pasara dos cosas. Una, me di cuenta, ya sabes, que mi personalidad no encaja en eso, como si no lo fuera. Asertivo o mezquino o no, mientras que todos son más asertivos o agresivos y luego también. He visto a gente glorificando la cultura de la rutina.

[00:44:48] Oh, sí.

[00:44:49] Oh, sí, me levanta. Veinticuatro horas seguidas, ya sabes, yendo a todos estos espectáculos, bueno, no voy a dormir. Eso es genial.

[00:44:58] Sí.

[00:44:59] Así que tenía miedo de eso. Tenía miedo de lo que pensaría la gente, cómo es la gente en general. Así que, sí, esto es definitivamente así que se le dio mucha perspectiva.

[00:45:12] Sí.

[00:45:14] En ejemplos del mundo real, porque no sabía que era, en realidad podría ser así, como si me estuviera volando por mis especulaciones.

[00:45:22] Sí, es verdad. Quiero decir, como pensar en lo idealizada que es esta idea de, como, el artista torturado. Bien. Y cómo es eso, oh, es una pintura tan buena. Qué alma tan torturada. Sea cual sea la forma de arte, es como, por qué la tortura forma parte de la narrativa de que algo es bueno o que vale la pena.

[00:45:44] Bien.

[00:45:44] Tal vez podamos ser como, oh, esa persona debe haber descansado tan bien. Mira qué bien les va.

[00:45:50] Dormían tanto. Y por eso pueden trabajar duro.

[00:45:55] Bien. No sé tú, pero no quiero salir con gente torturada. Quiero salir con personas que quieran dormir lo suficiente y cuidarse a sí mismas. Y estoy como, sí, quiero estar cerca de ti.

[00:46:06] ¡Dispara!

[00:46:06] Sí.

[00:46:07] Al igual que Mesha. Y cuando salía de la secundaria, quería trabajar para Disney como intérprete de personajes. Fui a dos audiciones y fueron solo un día. Y yo estaba muriendo de ellos y al final no acabé entrando. Pero entonces tuve que cambiar mi especialidad a la cambié a las comunicaciones y las artes mediáticas porque entonces estaba como, oh, quiero ser asistente de producción o trabajar en la industria de la televisión. Y tuve la oportunidad de ser asistente de producción en un programa de televisión que se estaba filmando en nuestra ciudad natal. Por extraño que parezca, fue un día de 12 horas y no fui a la escuela ni al trabajo al día siguiente. Porque es decir, estoy de pie todo el día. Era ir, ir, ir. Has hecho lo que te pido porque eres como un peón en esta cadena de mando. Y así es como, OK, puede haber algo más en esta industria que podría hacer y. No.

[00:47:04] No.

[00:47:05] Sí, es salvaje. Creo que ese es un gran punto también. Creo que hay mucho de esto porque la fibromialgia es una enfermedad que abarca todo en términos de no solo dolor corporal y capacidad, sino también la niebla cerebral. Y como todas las piezas cognitivas hasta donde es literalmente, hay como un diagrama de Venn que es como, un círculo correcto, en términos de semejante.

[00:47:29] Todo se superpone.

[00:47:31] Lo que las artes. Qué te piden las artes y te gusta cómo utilizas tu cuerpo y tu voz en tu cerebro y luego qué efectos tiene la fibromialgia. Es como si todo estuviera perfectamente superpuesta, ¿verdad? Como memorización. No lo sé. Haré lo mejor que pueda, pero quién sabe si mi niebla de Fibro me va a permitir recordar la palabra como a ti te gusta. No lo sé.

[00:47:54] Creo que tienes que sentarte en una silla. Creo.

[00:48:01] Sí, muchas de mis pesadillas son literalmente como si yo subiera al escenario para este espectáculo y como que las palabras del guión se me cayeran de la cabeza o como no saber mi bloqueo, así que no saber dónde se supone que debo caminar en el escenario y a la gente le gusta empujarme en el escenario y decir, oh no.

[00:48:19] Es por eso que debería unirme a una compañía de comedia de improvisación porque entonces.

[00:48:22] Sí.

[00:48:23] Entonces puedo hacer lo que esté pasando por mi cabeza si es silencio y ese silencio y luego la otra persona tiene que decir que sí, y me encanta tu silencio.

[00:48:31] Exactamente. Exactamente.

[00:48:33] Por eso Amy Poehler y Tina Fey se convirtieron en mis héroes personales.

[00:48:37] Verdadero verdadero.

[00:48:39] Corinne, ha sido maravilloso tenerte puesto. Me alegra mucho que hayamos recibido tu buzón de voz.

[00:48:43] Sí.

[00:48:44] Y tenemos que conectarnos contigo. Y me ha encantado toda esta conversación.

[00:48:49] De vuelta a ti. Estoy tan agradecida.

[00:48:51] Bueno, terminamos cada episodio con nuestras victorias visibles y nuestros puntos de licitación, así que si quieres empezar, puedes seguir adelante.

[00:49:01] Claro, veamos, creo, ya sabes. Lo dije antes sobre esa audición. Creo que tanto mi Tender Point como mi Visible Victory fueron como Visible Victory. Pude llegar a tiempo y hacer la cosa y sentirme relativamente bien con el trabajo que hice en la sala, lo cual, ya sabes, independientemente de lo que pase en esa audición, de ser elegido o no, Como la mitad del éxito de ser actor es como sentir que fuiste a una audición. Así que definitivamente fue una victoria visible de, oye, eso es genial. Mi cuerpo no me puede sujetar ahora. Pero también, como el Punto Tender de, ya sabes, tratar de regular después, es como, ya sabes, hablé un poco sobre esto, pero como. Al igual que el ensayo y el error en este momento para mí, especialmente estando tan temprano en mi viaje de, bueno, ¿cómo sostengo una vida haciendo esto? Y como, definitivamente tengo un poco de miedo a entrar en la temporada de audiciones y las restricciones de covid se iluminan como, oh, yo cómo hago que esto funcione ahora, ya sabes. Sí, soy yo.

[00:50:13] Mesha. ¿Qué hay de ti?

[00:50:14] *sopla una frambuesa* ¡Oh, no!

[00:50:19] Sí, oh.

[00:50:21] Su punto tierno es *sopla una frambuesa*.

[00:50:22] Eso es todo. Chica, sí, estoy en un brote ahora mismo física, emocional, mentalmente, todo eso, ya sabes, todos saben que me estoy moviendo, de ahí el lío el caos. Mudarse la próxima semana. Tengo que ponerme al día con muchos deberes que no he podido hacer. Debido a, de hecho, en los últimos días o semanas, y es como si estuviera realmente abrumado, pero. Supongo que por otro lado, una victoria visible es como si me hubiera estado obligando a tomar, creo que lo mencioné la última vez para tomarme tiempo por la mañana, por la noche para hacer meditación y, como, yoga en la cama. Había algo más que olvidé la niebla de Fibro. Así que eso es. Sí, eso es todo. Supongo.

[00:51:33] Eso está bien. Me alegro de que sigas siendo el cuarto, aunque te obligue a tomarte el tiempo para cuidarte. No importa mientras ocurra. Skye, ¿qué pasa con tu amigo?

[00:51:47] Supongo que mi Tender Point fue ayer, fue como el 10 peor dolor que he tenido en mi vida, mi útero decidió ser como, oye, perra, pensabas que estabas teniendo un buen día. Y oh, Dios mío, sentía tanto dolor. Fuimos a una fiesta y tuvimos que irnos. Tuve que dejar mi coche allí, Hunter me llevó a casa, volví a casa, me senté en la bañera durante una hora y luego me bajé y me metí en la cama y tenía la almohadilla térmica puesta. Pero apesta porque entonces algunos de nuestros amigos vinieron a nuestra casa, nuestro piso de arriba gimiendo y llorando de dolor y escuchándolos a todos abajo, como riendo juntos. Es como si una de las cosas que te golpeara porque eres así es lo que hacen las enfermedades crónicas. Esto es lo que me tengo que perder cuando me siento así.

[00:52:41] Sí, especialmente cuando no son las grandes cosas, es como pequeños momentos de la vida que te estás perdiendo.

[00:52:45] Exactamente.

[00:52:46] Exactamente bien. Pero en una nota más positiva, esta próxima semana, conduciré a Kentucky para ver la boda de una de mis mejores amigas.

[00:52:59] ¡Bodas yay!

[00:53:00] ¡Awwe!

[00:53:00] Y sé que estoy muy emocionada por eso. Y espero que mi cuerpo funcione conmigo porque el viaje dura unas doce horas.

[00:53:08] Uf.

[00:53:10] Oh.

[00:53:10] Y mi madre sí. Mi mamá y yo iremos conduciendo porque ella va a ir a ver a algunos de sus amigos en Tennessee mientras estoy en la boda, así que será agradable

escaparse. Pero doce horas en coche cuando tu cuerpo está así de difícil y luego cuando bailas toda la noche, al día siguiente lo voy a sentir. Pero ya sabes.

[00:53:29] El baile vale la pena.

[00:53:30] Sí, no puedo esperar.

[00:53:35] Mi punto de inflexión y mi victoria se superponen esta semana. Tengo que tener una cita de seguimiento sobre que me diagnosticaron activación de mastocitos durante el verano y es como la primera cita que he tenido desde que me diagnosticaron que descubrí qué hacer al respecto. Acaban de darte el diagnóstico a través de mi MyChart. Y luego he estado como, ¿y ahora qué? Así que tengo un plan ahora. Pero odio ver esto como algo negativo porque no creo que la medicación sea negativa. Es que no prefiero estar tomando medicación. Y me gusta ahora que tengo algunos más añadidos a mi lista. Y me estaba abrumando mucho porque había instrucciones específicas y muy específicas para algunos de ellos. Y cuando te dicen que un medicamento va a tener mal sabor, como si dijeras, no, no puedes, no hay otro medicamento. Pero, por suerte, era opcional. Así que eso es solo como si fuera necesario. Pero luego mi otro resultó ser insípido. Así que estoy convencido de que solo bebo agua en tubos pequeños. Pero ella era muy agradable y de hecho recomendó ver a un acupunturista. Así que y con suerte le daré un chapuzón en el agua, a ver cómo va eso. Pero sí, preferiría quitarle los medicamentos de mi régimen que agregarlos. Pero si son necesarios, es genial. Es solo que siempre apesta cuando es así. Por algo que no sea Fibro, estoy siendo tratado por POTS porque me están tratando y todavía no tengo nada para la Fibro que depende de mí. Sigo tan esperanzado de que algunas de estas cosas ayuden. Y ella dijo que algunos de ellos con suerte tal vez podrían hacer algo para disminuir mi dolor, pero ya veremos. Nunca se sabe. Pero, Corinne, gracias de nuevo por acompañarnos. Estamos muy contentos de tenerte.

[00:55:38] Absolutamente.

[00:55:39] Tienes un Instagram, así que si quieres.

[00:55:41] ¡Lo hago!

[00:55:41] Podemos añadirlo en nuestras notas del programa y la gente puede ir a seguirte. También tienes un sitio web realmente magnífico que me encantaría compartir.

[00:55:48] Sí!

[00:55:51] Así que lo pondré también en la nota de presentación. No olvides ir a Apple Podcasts y revisar y suscribirte. Si te suscribes, automáticamente descargarás nuestro podcast en tu expediente todos los viernes cuando publiques. Y si nos dejas revisar, siempre hace que nuestro corazón se sienta feliz.

[00:56:06] Claro que sí.

[00:56:06] Así que si quieres un poco de calor y pelusa. Nos encanta.

[00:56:10] Y llama y deja el buzón de voz para que puedas ser invitado.

[00:56:13] Mira qué pasa cuando nos escuchas.

[00:56:16] Sigue sus pasos.

[00:56:18] Sí.

[00:56:19] Muy bien. Bueno, muchas gracias por escuchar. Y nos vemos de vuelta para nuestro próximo episodio.

[00:56:23] Te queremos y adiós.

[00:56:25] ¡Fuera la paz!

[00:56:25] ¡Te amamos!

[00:56:25] ¡Adiós, irás!

[00:56:25] ¡Adiós!