

¿HAY VIDA DESPUÉS DE LA ANOREXIA NERVIOSA?

Ésta es la pregunta del millón. Que haya vida o no después de la anorexia nerviosa (AN) es una cuestión que muchos se plantean, desde la propia sociedad estereotipada en la que vivimos (de lo que hablaré en otro momento...), a los profesionales que se implican directamente en el estudio y/o tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), a familiares y allegados de pacientes, y de forma muy particular a los propios pacientes que han padecido y los que padecen AN.

Concretamente a éstos últimos, la posibilidad de tener vida, una vida normalizada y encarrilada después de la enfermedad (con sol y lluvia muchas veces a la vez en altamar pero con un rumbo y al mando del timón) es algo que no sólo les genera grandes dudas, sino que además les lleva a experimentar un temor tan inmenso, tan acaparador, que se convierte en un handicap, en un impedimento más que en una dificultad a la hora de apostar interés, voluntad y esfuerzo cuando se trata de culminar, de llevar a buen puerto sus singladuras por la AN.

Durante la enfermedad, mi enfermedad (porque en esto no hay enfermedades sino enfermos...), esta duda se agarró tan fuerte a mi corazón, un sonido tan aterrador del silencio, que a modo de pensamiento utópico persistente (“hay una vida después...”) impidió que pusiera los medios necesarios para sobrevivir al naufragio. Una utopía inalcanzable, un sueño difícilmente convertible en realidad.

Y es que, durante el transcurso de mi viaje por la enfermedad, singladura que no sé a ciencia cierta en qué momento ni cómo se inició (pese a que fue un naufragio muy lento, en su mayor parte provocado por mí misma...), pero en el que “sin comerlo ni beberlo” me vi envuelta, pensar en el regreso a buen puerto es algo que generaba tanta duda como expectación.

En mi viaje por la AN sentía cómo poco a poco me iba adentrando en mares peligrosos, sintiendo cómo la embarcación se tambaleaba cada vez con mayor intensidad, al tiempo que veía a las demás que, serenamente, me rebasaban, navegando por bellos mares de aguas mansas y cristalinas. En muchas ocasiones quise, pero no pude unirme al rumbo de aquellas; me había acostumbrado a navegar sola y por turbulentos mares. Tanto es así que no me sentía capaz de retomar los trayectos mansos; ya me resultaban poco familiares y muy arriesgados en el fondo.

Metáforas aparte, lo que quiero decir con esto es que la AN es una enfermedad (sí, una enfermedad pese a los más críticos y escépticos) muy destructiva y despiadada,

tanto que te transforma en un ser irreconocible, un otro yo. Te convierte en un monstruo hecho persona, extremadamente dañino consigo mismo y con todos los demás que te rodean, capaz de hacer cosas tan horribles, impensables de imaginar y de haber hecho antes, cuando no existía la enfermedad o no se había manifestado (porque esa enfermedad, antes de la vida, ya está programada; diferente es que se manifieste o no).

Se trata de una patología ladrona que te va despojando de todo lo que has sido, de lo que te ha te ha caracterizado como ser humano y único en tu especie, de lo que has ido construyendo a lo largo de la vida, de tus sueños, de tus virtudes...de todo tu ser. Y una vez que te ha desplumado, muy cruel ella, te llega a hacer sentir tan a gusto, tan cómoda en su maléfico mundo, que volver a equiparse de la indumentaria que te había estado acompañado toda tu vida anterior, volver al mundo real, a reconstruir tu vida destrozada en mil pedazos, se convierte en algo casi imposible de alcanzar: de nuevo, en una utopía.

Regresar de un viaje llamado AN, con todo lo que volver de un viaje implica (deshacer el equipaje, reordenar y reubicarse el entorno, regresar a la rutina...), es decir, lograr que haya vida después la enfermedad implica un gran esfuerzo, dolor, sufrimiento, porque has visto pasar la vida por delante de tus ojos, has sentido cómo lo has perdido todo y no has hecho nada por impedirlo. Puede que hayas regresado, pero sin equipaje que deshacer, sin un entorno que reordenar ni en el que reubicarte, sin una rutina que retomar. Es como haber sobrevivido al caos, pero sin poder salir de él.

Percibes que te has convertido en una auténtica piltrafa humana; tan frustrante como vergonzoso es, con tanto arrepentimiento y sentimiento de culpa, tan impotente, que prefieres morir a tener que empezar de nuevo, enfrentarte a la realidad. Porque muchas veces no es como subirse a tu antigua embarcación y seguir navegando sin más; aquella ya habría naufragado. Así que tendrías que construir una nueva y eso ya no sería lo mismo; ¿“segundas partes nunca fueron buenas”?

UN ÁNGEL ME TRAJÓ A LA VIDA

Una vez que mi ángel me salvó del naufragio y me proveyó de buenas cartas de navegación, fui dada de alta, y sabía que tenía un duro trabajo personal por delante. Una labor en la que ya nadie podría intervenir: reconducir el rumbo, reconstruir mi vida. Lograr que hubiera vida después de la AN se convirtió en todo un reto que se llevó más esfuerzo y tiempo que el desarrollo de la enfermedad en sí y la lucha para sobrevivir a

ella. Se podría decir que aún no estaba curada, en absoluto. Sólo estaba a salvo del peligro, no debía bajar la guardia, hasta hoy, un sólo instante...No podía ser “tan fácil”. Una vez que el ángel cumplió con el cometido principal para el que fue enviado- que no el único, ahí no acabó su labor...- y el equilibrio biopsicosocial se había reestablecido en gran medida, se emprendieron nuevas rutas. Pero era imposible olvidarse de todo lo acontecido en mi vida, mandar callar a ese sonido del silencio. En todo caso, sí atenuarlo.

Con muchas dificultades desde el primer momento, finalmente terminé mis estudios de enfermería. Entonces debía empezar a construir mi currículum vitae y reorientar mi carrera profesional (la que me vi obligada a elegir por las circunstancias) si quería formar parte del mercado laboral.

Mientras, la historia de amor que se inició poco antes de mi alta médica, se iba afianzando. Se trataba de un chico al que conocía desde la infancia (cuando “la chata” iba con su hermano y amigos a jugar a fútbol...) y que luego, pasados muchos años, el amor nos hizo encontrarnos de nuevo. Nada es casualidad en esta vida.

Decidí marchar un tiempo a Francia, allí había buenas perspectivas de trabajo, que para comenzar a adquirir experiencia y poner a prueba a la profesión para la que me había formado, no estaría mal (había que probar). Además, no había salido nunca antes de casa (salvo aquel fatídico viaje de estudios...); un reencuentro conmigo misma en un lugar desconocido, con gente desconocida y un nuevo idioma por aprender.

Primero estuve en un pueblecito de la región de Borgoña junto al Loira, en medio de la campiña francesa. Tuve la posibilidad de elegir destino, y París era uno de ellos, muy tentador, por cierto, pero no sabía si sería capaz de vivir allí, me traía a la mente muy malos recuerdos, sólo pronunciar su nombre hacía despertar el sonido del silencio que me acompañaba desde la adolescencia.

Después de un viaje turístico que me animé a hacer con otras compañeras, tuve un “flechazo”, un reencuentro con la ciudad de las luces. Esta vez tan iluminada ante mí... Ya no parecía la ciudad sombría que recordaba. Le quise dar otra oportunidad y allí me trasladé. Los paseos junto al Sena, el asombro ensalzado a los pies de la Torre Eiffel y las plegarias en la irremplazable Notre-Dame (de la que ya queda poco más que cenizas...). Fue un reencuentro que reanimó un episodio casi muerto de mi vida, y del que dejé constancia cuando entonces se escribían cartas y postales. La primera fue

remitida a mi doctor, a mi ángel, para que supiera que no me olvidaba de él y lo tremendamente agradecida que le estaba.

Fueron las últimas señales de vida que le envié entonces... Pero que algún día mucho después regresarían, como el mensaje que en una botella se lanza al mar y que mucho después en la orilla se encontraría.

Meses después regresé a casa. Llegaron nuevas y buenas amistades; decir sólo amistades ya era mucho. Haber perdido el contacto con todas las antiguas me entristecía, pero debía equilibrar la esfera social de mi vida. Eso corroboraba lo que alguien en alguna ocasión me dijo con intención de animarme por la pérdida de todas las anteriores: “las amistades son cíclicas”. Y yo añado: hay que disfrutar de cada ciclo.

Mi peso se mantuvo dentro de la normalidad. Seguía sin interés por controlar este aspecto, huía de las básculas. Pero no eran necesarias para saber que no había alteración. Me sentía bien con mi imagen corporal, a decir verdad, nunca le presté especial atención. Me importaba más tener una imagen saludable, que fuera el espejo de mi alma.

Mi actitud hacia la comida era de lo más normal; sin pasiones, nunca las tuve, pero sin temores ni rechazos. Sabía que no podía descuidarme, me lo dijo un ángel custodio en el que plenamente confiaba...

Los síntomas de hiperandrogenismo iban desapareciendo. Ya no había insomnio, ni sudoración nocturna, ni sensación de angustia o de amargura continua.

Comencé a retomar la práctica de ejercicio físico, pero de intensidad muy moderada, a base de paseos y alguna vez fui a aparatos para fortalecer la musculatura.

Temía, al principio, que pudiera no llegar a controlarme en todos los aspectos, pero puse todo mi empeño y rezaba mucho para que esto no ocurriera; me encomendaba al ángel de la guarda en cada comida, en cada kilómetro que recorría, en cada reunión social que acontecía, en cada mirada al espejo, en cada plan o proyecto nuevo.

Tras varios años de noviazgo, de afianzar nuestro amor (nunca hubo de mi parte un prejuicio infundido por mi pasado de abusos sexuales, jamás tuve dudas ni temor), llegó el “sí quiero, y para siempre” ante Dios y muchos otros testigos de nuestra historia de amor; también de otros escépticos que no apostaron jamás por ello, ni por el antes ni por el después (¿una ex-anoréxica?). Pero el amor venció.

¿Nuevamente la genética y otros posibles factores asociados? Mi hermano menor presentó, presenta, un patrón de alimentación y ejercicio físico “peculiar”. Es

más que evidente el papel que desgraciadamente juega la genética en los TCA pero que afortunadamente podría abrir nuevas puertas la investigación y al tratamiento de estas enfermedades.

Tanto la AN como los otros viajes que marcaron mi vida fueron tema tabú de los que no se habló nunca más hasta ahora. Pese a ello, la vida ya parecía estar encarrilada.

¿DEMASIADO BONITO?

Un deseo común, la tendencia de todo ser humano es procurar que las cosas vayan bien en el transcurso de sus viajes por la vida, navegar sin tempestades que puedan hacer peligrar la embarcación y naufragar. A veces se formulan ideales de vida, y al final quedan sólo en eso; en meros desiderátums.

Así fue como ocurrió entorno al dos mil ocho. Todo iba viento en popa, singladura con buen rumbo (había salud, vida social y familiar, actividad laboral, ausencia de miedos...) hasta que llegó otra descomunal tormenta que hizo a mi embarcación zozobrar. Pese a que estaba trabajando muy a gusto en un centro de atención especializada a enfermos de Alzheimer, no era el lugar en el que deseaba permanecer hasta el final de mi vida laboral. Me estaba formando para otro perfil profesional. Llevaba ya algún tiempo y pese a las propuestas en la contratación y los buenos propósitos, las condiciones laborales (sobre todo en lo que respectaba al horario y periodos de descanso, que podría decirse que no los había) no mejoraron. Además, me apasionaba trabajar con mis pacientes en régimen de estancias diurnas y se preveía cambio a régimen de internamiento.

En otro sector se me brindó la oportunidad de emprender una nueva experiencia profesional y a priori, parecía un trabajo que podía interesarme, algo totalmente diferente. Recuerdo la espera para ser entrevistada. Tras responder con toda sinceridad a la batería de preguntas formuladas por el director del centro -el entrevistador- en lo que se suponía que era una entrevista de trabajo (meses después traté de calcular cuánta atención puso en lo que preguntaba y a lo que yo respondía, venía de una comida que parecía haber sido más interesante) fui contratada.

El comienzo, como todos los son, se emprendió con mucha ilusión. Era la enfermera de un colegio privado, una figura exclusiva allí y con un papel fundamental. Pero por diversas circunstancias no hubo plena adaptación al puesto, no hubo “feeling” en aquel entorno. Enseguida comenzó a ejercerse mucha presión externa y continua

(¿grandes expectativas sobre el trabajo de una DUE?) de modo que empecé a vivir un estado de ansiedad continua. Llevaba las tensiones y preocupaciones a cuestras sin saber cómo gestionarlas adecuadamente (creo que el señor director olvidó parte de lo que hablamos en el primer contacto), empecé de nuevo a no poder dormir; regresaron a mi mente esos sonidos del silencio. No podía oír a mi ángel.

La comida la realizaba en el mismo centro, pero sin horarios (solía llegar al comedor cuando no quedaba nadie ni nada, ni siquiera tranquilidad), mientras visualizaba con desesperación, a través de la cristalera, la larga fila de críos que allí me aguardaban (¡Señor mío!, si acababa de ausentarme...). Había días que prefería no salir de la consulta, a expensas de mi salud y un deterioro que se comenzaba a poner de manifiesto. El peso se vio acusado (pérdida considerable por lo que indicaban las arrugas en mi ropa).

Hubo cierto desequilibrio, pero en esta ocasión era muy diferente, no era irreparable, quería reestablecerlo a toda costa y esa era la clave: querer. Era pues consciente de la situación (sólo había perdido parcialmente del control), pero veía cómo me adentraba en la tormenta; ese camino me sonaba, la ruta se asemejaba a la que me llevó de viaje hacia la AN.

Empecé a tener miedo, llegué a plantearme romper aquella relación laboral, pero no podía, me había comprometido para un año y soy persona de palabra. Total, ya quedaba menos, aquel señor director no me iba a renovar como luego supe que solía hacer a no ser que se bailara a su son, lo cual no estaba dispuesta a hacer. ¿Otro fracaso en mi vida? Llegó la maldita frustración, la autoexigencia y la rigidez extrema conmigo misma.

Llegó finales de agosto y con ello lo mejor: el fin de contrato (aunque todo acabó a finales de julio gracias al mes de vacaciones correspondientes). Y lo peor: restablecer el equilibrio que ya peligraba.

Ese verano fuimos a México, teníamos que asistir allí a un evento familiar. Algunos, con motivo sobrado, se alarmaron al verme después de transcurrido un tiempo. No era de extrañar, mi aspecto era cadavérico. Pude ver en sus caras el temor, el ambiente estuvo tenso durante la estancia. Pero la AN había sido y seguía siendo un tabú en la familia.

Durante el largo vuelo de regreso estuve reflexionando, me entristecía recordar el malestar con el que todos se habían quedado. Debía poner remedio antes de que

podiera perderme de nuevo y por completo en aquel país de la AN. Necesitaba navegar como mi ángel, mi capitán, me había enseñado. Pero estaba atormentada por los episodios vividos en aquel trabajo, arrepentida en lo más profundo de mi corazón de haber aceptado aquel puesto. Me sentía débil, sin fuerzas para volver a empezar, pero sabía que debía y seguía queriendo hacerlo. Me había costado mucho rehacer mi vida, tomar el rumbo adecuado, y no podía tirarlo todo por la borda.

Al llegar a casa salimos a dar una vuelta por aquello de estirar las piernas después de tan largo trayecto, estaba aturdida (el jet lag tendría algo que ver). Íbamos tranquilamente hablando, haciendo recopilación de la estancia en México (el malestar que sentía era tabú, no quería preocupar a mi marido) cuando de repente en mitad del paso de peatones en décimas de segundo vi cómo se nos venía encima un enorme vehículo negro de los que se llevan ahora (ya se sabe el dicho, “caballo grande...”), y no frenaba. El impacto no llegó a ser más grande y las consecuencias peores gracias a que procedía de una salida en la esquina más próxima (con cierta reducción de velocidad, no nos había visto).

Fueron momentos horribles, no sé si por un instante dejé de tener consciencia del inopinado acontecimiento. Siempre he tenido gran tolerancia al dolor, pero por las marcas y la intensidad del impacto fui consciente de lo desprotegido que estaba mi esqueleto. Lo que sí pude sentir, y siento aún, aparte y peor que el mayor dolor físico que se pueda experimentar, fue un miedo terrible de que él no se levantara del asfalto (fue, por orden de proximidad, el primer receptor del impacto). Miedo a perder a otro ser querido, a otro motor esencial de mi embarcación. Deseaba que, si a alguien tenía que “tocarle”, que fuera a mi porque no podría sobrevivir a su muerte. A otra no. “Mejor a mí, si total ¿no era lo que yo estuve persiguiendo durante mucho tiempo atrás...? Además, me aguardaba un reencuentro en otra vida...”.

Tras un reconocimiento inicial en las urgencias del centro de salud que estaba a pocos metros del lugar del atropello fuimos derivados al hospital para realizar pruebas que descartaran lesiones de mayor envergadura. De nuevo, un ángel debió interceder para anunciar que no era el momento aún de abandonar este mundo. Pero aquello marcó un antes y un después. Durante un tiempo no me quitaba de la mente la imagen del vehículo impactando contra nosotros; trataba de reconstruir los hechos. Ese calor del asfalto quemando la piel, el bullicio de peatones que se acercaron, el coche de policía local, las luces de la ambulancia, el cuerpo de mi marido inmóvil hasta que pudo

reaccionar, el viaje a México inmediatamente anterior y el cese reciente en aquel puesto de trabajo... Todo eran pensamientos y emociones de los que no me podía deshacer un sólo instante.

No necesitaba de los analgésicos ni de los antiinflamatorios, mi dolor era de otro tipo. Los relajantes musculares prescritos los empleé más bien para sobrellevar las emociones que para el alivio de las molestias para los que están diseñados. Necesitaba mandar callar aquel espantoso sonido del silencio que perforaba mi alma. Fue entonces cuando de nuevo la AN, aprovechando mi debilidad para mantener la puerta cerrada, pasó al lado prohibido. Y el silencio se hizo eco de nuevo. “Señor, otra vez no ...”.

Decidí que aquello debía acabar, no podía adentrarme de nuevo en un viaje a la enfermedad. Necesitaba un ángel en medio de aquel infierno, pero no a mi ángel; aquello habría sido un retroceso, un fracaso, una derrota. Le habría decepcionado verme de nuevo en aquel estado.

Así que por iniciativa propia pedí consejo nutricional a un dietista-nutricionista (de confianza, antiguo profesor de la facultad) y control de peso a la enfermera de referencia. Le pedí que me prescribiera dieta hipercalórica, sugerí batidos de soporte complementario de esos horribles de farmacia (nada que ver con el cóctel angelical de mi doctor) y control de peso estricto (seguía manteniendo las básculas alejadas de mi vida). Lo podía haber hecho yo todo sola desde casa, tenía experiencia, pero así era más retador y motivador; no me fiaba de mí misma, temía que pudiera flaquear en el intento, necesitaba apoyo.

La recuperación de peso fue rápida, total y nada tediosa (sabía ya de que iba esto, tuve un gran maestro), así como el dominio del control. De nuevo, muchos escépticos no apostaron por mí, y no tuvieron pudor a la hora de expresar a mi marido las implicaciones que aquello podía tener en nuestra relación marital. Pero su amor por mí siempre fue, es, incondicional. En todo momento me ha apoyado en todos los aspectos y decisiones de mi vida (algo que, sin ánimo de ser rencorosa, nadie más ha logrado hacer con éxito). Aquellos perdieron sus apuestas; el amor triunfó de nuevo.

VUELTA AL EQUILIBRIO

Ahora tocaba afrontar la pérdida de equilibrio en otras áreas. En la profesional, para empezar. Tenía que darle un giro. No quería, no podía ejercer como enfermera asistencial (nunca tuve vocación real y sí mucho miedo al respecto). Así que comencé a

formarme para abrirme camino por otras vías. Nunca antes había pensado en la docencia, pero inicié la trayectoria por ese camino. Rectificar es de sabios, ¿no? Pues eso hice, un poco de humildad y tolerancia conmigo misma... Y estuve encantada con el cambio.

Pasaban los años y seguimos sin tener hijos. Ese era el mayor deseo de mi marido; ya lo había expresado desde que iniciamos nuestra relación. La idea de ser madre, en cambio, no había formado parte de mis planes de vida nunca antes. Creí que no sólo no estaba capacitada para ello, pues dudaba que pudiera llegar a cuidar de ninguna criatura (si no había sido capaz de cuidar de mí misma años atrás y recientemente...), sino que además me horrorizaba la idea de que el sufrimiento pudiera marcar sus vidas como había ocurrido en el transcurso de la mía. Temía que no supieran o pudieran afrontar las tempestades, que en todo viaje las hay, y naufragaran con todas las repercusiones sobreañadidas que tienen los naufragios.

Pero los años en este sentido se nos venían encima, era el momento de subirse al barco de la maternidad o dejarlo pasar. Así que, con más dudas y miedo que el pleno convencimiento, a fin de hacer cumplir los deseos de mi marido en este sentido (le debía todo...), nos pusimos manos a la obra.

Pero el embarazo no llegaba. Otro reto, otra singladura en la vida. Dadas las dificultades y tras realizarnos la pruebas pertinentes (algunos especialistas sugirieron directamente que nos olvidáramos del tema), decidimos seguir luchando; rendición era un concepto que jamás podía entrar en mi vida, en nuestra vida. Después de consultar otras varias opiniones médicas e iniciar tratamiento coadyuvante, con la incertidumbre que aquella situación generaba (estábamos preparados y abiertos a aceptar cualquier resultado) llegó, tras algún negativo arrollador, una beta-hCG en sangre positiva. La alegría era contenida; se trataba de un paso adelante pero no el final del trayecto. Lo que no pude evitar fue la sensación que tuve la primera vez que oí latir su corazón desde mi interior. Un sonido que acalló a todos aquellos indeseados del silencio de mi vida; dos corazones fusionados en un mismo cuerpo.

Fueron nueve meses disfruté todo lo que pude y más, sin querer perderme un solo detalle de lo que en mi interior acontecía, con los temores típicos, pero sin más trascendencia. Pero durante el parto, que a modo de conclusión podría decir que fue muy satisfactorio, hubo algún momento de dificultad que me llegó a horrorizar (quizá motivado por las vueltas de cordón alrededor del cuello de la futura retoña y la reducción, próxima al cese, en el sonido de los latidos fetales asociados a las

contracciones). Las gafas de oxígeno para asegurar un correcto aporte, las maniobras de la matrona, la habitación que empezó a llenarse de especialistas... No necesitaba anestesia epidural, sino que aquello acabara y bien, que se esfumaran los miedos que empezaba a tener, el temor de que pudiera llegar a perder a esta personilla a la que tantísimo quería tener a mi lado, antes incluso de llegar a conocerla. La situación se solucionó rápidamente, pero aquella sensación de pánico, de miedo a perder de nuevo una vida cercana pero esta vez en mí engendrada, fue espantosa. Todo se olvidó en el preciso momento en el que puede abrazarla sobre mi pecho. Ni pensar quería qué habría ocurrido si las cosas no hubieran ido bien.

Esta experiencia, única e irrepetible, me llevó a replantearme muchos aspectos clave de mi vida. Decidí prestarle toda mi dedicación, todo mi tiempo a su cuidado (ya habría ocasión para el retomar el trabajo y otros quehaceres menos importantes), aprovechando además la coyuntura de parada en las subvenciones para cursos y talleres de empleo, a lo que con todo el gusto del mundo me había dedicado en los últimos años. Ocho meses después una nueva noticia de embarazo llegó a nuestras vidas. De nuevo, alegría contenida, y que a los pocos días se vio amenazada: hemorragia vaginal. Enseguida fui valorada por los especialistas. pero era una fase tan incipiente que no se podía obtener apenas información del estado del embrión.

En la ecografía se apreciaba su presencia, pero no se podía averiguar nada más; demasiado pronto aún para escuchar el latido. Así que, aterrada, sólo cabía esperar y guardar reposo. Temía de nuevo perder a un pequeño ser muy querido. Pues, aunque se piense que no había amor por el hecho de que aún no nos conocíamos, sólo saber de su presencia, refugiado en mí, creó un vínculo indescriptible. A menudo me preguntaba si estaría allí con necesidad de aferrarse a la vida. Nueve meses después llegó otro ángel a mi vida. Esta vez un varón, tan sano y bien allegado como su hermana “mayor”.

Mantuve mi posición de permanecer al lado de ellos todo el tiempo que me resultara posible y más aún... Tenía la impresión de que iba a necesitar toda una vida para disfrutarlos y cuidarlos. La misma que cuando mi padre enfermó y su reloj biológico inició la cuenta atrás, sin posibilidad de detenerlo o de echar marcha atrás. Siempre nos faltó tiempo. Cada instante que pasa en la vida no se puede retroceder y eso es una lección que me ha enseñado la pérdida de una vida muy querida y los naufragios en mis singladuras por la vida. Los momentos que dejamos escapar no

vuelven y eso, a base de mucho sufrimiento, he aprendido a aplicarlo, a hacerlo inherente a cada día que me regala la vida.

Durante estas experiencias de embarazo y parto, recordaba aquellos momentos a los que hacía alusión en el primer artículo en relación a “La vida antes de la vida”. Momentos en los que, acompañada del resto de la familia, viajaba por las páginas de aquel impresionante libro con imágenes en relieve tratando de comprender el misterio de la vida humana. Me preguntaba, y preguntaba a los mayores (siempre fui muy curiosa) cómo podían ocurrir tantas cosas casi inexplicables en el interior de un cuerpo y que por más empeño que pusieran, por mi corta edad no podía entender.

Hay fenómenos que sólo con la experiencia se pueden comprender como ocurre con la AN, aunque bien es cierto que, con un poco de interés, de intención de abrir la mente y dejar de centrarnos en nosotros mismos se puede llegar a aproximar a su entendimiento. Si esta sociedad, con sus miembros de todas las esferas, pusiera más empeño en comprender y en tratar de empatizar con los pacientes de los TCA, la presión externa sería menor y por tanto se reduciría en gran medida su incidencia, así como se facilitaría su detección precoz, el abordaje terapéutico y por tanto los pronósticos. Había vuelto el equilibrio.

DESPUÉS DE MI MARAVILLOSO VIAJE POR LA AN

Durante muchos años la cuestión que me atormentaba y para la que no hallaba respuesta alguna, no había explicación, era “Señor, ¿por qué a mi?”

Esto es algo que en realidad todos nos planteamos cuando las desavenencias acontecen en nuestras vidas. Pensamos que viajar, emprender singladuras en la vida nos va a llevar siempre a desembarcar en lugares paradisíacos, repletos de paz y belleza. Pero las tormentas llegan, azotan la embarcación y no siempre se dispone de los medios necesarios para evitar el naufragio. Salir a flote o no depende del esfuerzo que se ponga para nadar, haciendo uso si es preciso de algún apoyo, un salvavidas, para poder llegar a tierra firme, donde todos nos encontramos seguros, a salvo de las tempestades.

Una vez alejada la enfermedad de mi vida, la perspectiva, mi actitud ante esa cuestión cambió radicalmente. Hizo falta mucho tiempo, una dura lucha entre tormentas de las que resultaron pérdidas irre recuperables y daños irreparables, un enorme esfuerzo por abrir mis ojos -es decir, mi mente y mi corazón - y asumir unas consecuencias. Pero al final la explicación, la respuesta la he hallado y dista mucho de aquella.

Se trata en realidad de otra pregunta: “Señor, ¿y por qué no iba a ser yo? He requerido casi 20 años para descubrir, entender, asimilar, contar lo ocurrido.

No hay lugar para las lamentaciones, sólo para las satisfacciones como las que se sienten después de un trabajo bien hecho, de una navegación a buen puerto. Ha hecho falta invertir sudor y esfuerzo para cambiar el rol de víctima al de ganadora, pero ha valido la pena. Todo esto bajo unas premisas elementales:

- Soy humana, y estas cosas nos pasan a los humanos.
- Había “papeletas” (una genética, una trayectoria de abusos sexuales, la pérdida de alguien muy amado, una tendencia al silencio...), inevitable sí, pero culpable no, nunca.
- Era necesario para aprender a querer y quererme, respetar y respetarme, perdonar y perdonarme, tener una actitud humilde, una visión crítica, seguir aprendiendo y enseñando.
- Para curar mi ceguera: ver e interpretar los milagros, las señales que Dios ha puesto en la vida para mí.
- Porque quizá, sencillamente era sólo una señal... La de ser ejemplo y poder ayudar.

Sólo por todo esto, que no es poco -y de lo que seguiré hablando con más detalle en próximos artículos -, ya puedo decir que ha valido la pena. Porque sólo encontrando el sentido de la vida, habrá lugar para la paz.

Gracias Señor. Gracias papá por enviar un ángel. Gracias mi ángel por traerme de vuelta de un viaje que al final acabó siendo maravilloso.