



Redescubriendo me

ANNA

Siempre fuí una niña muy sensible y emotiva pero habladora, risueña, feliz y divertida.

A temprana edad empecé a tener pesadillas que como niña me afectaron muchísimo, por lo que desde entonces empecé a tener problemas graves de insomnio y empecé a experimentar la ansiedad.

Empecé a tener más necesidad de comer dulces repletos de azúcar o bien comer lo que fuera bien contundente algunas veces a deshoras.

Con el paso de los años y la llegada de mi adolescencia ese pequeño descontrol por comer de más se convirtió en grandes atracones nocturnos y grandes cantidades de comida a escondidas. Años más tarde trabajando en terapia psicológica mi anorexia mi terapeuta me hizo darme cuenta de que había vivido una leve bulimia no diagnosticada, pues siempre lo escondí.

Y así fueron transcurriendo los años hasta que por fin terminé la educación secundaria obligatoria y empecé mis estudios de cocinera. Una etapa donde aún seguía con mis atracones nocturnos. Hasta que... Conocí a mi primer amor, el cual no fué bien y tras la ruptura... pasé al otro extremo: empecé a saltarme algunas cenas los fines de semana cuando trabajaba de camarera y así comencé a perder peso. Al ver los resultados no tardé en saltarme también los desayunos y tiempo más tarde... La comida. Esto ocurría los fines de semana ya que en mi jornada laboral no me sentía controlada ni vigilada.

Con el paso de las semanas llegaron los cumplidos...: "Qué guapa estás!", "Vaya cuerpo bonito se te está quedando", ...etc. Comentarios hechos con toda la buena voluntad, pero cuando estás cayendo en la espiral de los trastornos alimenticios son comentarios que te impulsan a seguir más con tu objetivo, por muy enfermizo que sea.

Terminé la escuela de cocina y me marché a trabajar fuera durante la semana, por lo que la mayoría de días de la semana no tenía el control de mis padres, quienes ya hacía meses que luchaban para hacerme reaccionar y salir de ello. Pero en mi mente ya solo existía la comida, las calorías, el cuerpo y el deporte.