

Venciendo al mounstruo

LEIRE VIANA

Si me llegan a decir hace años que iba a estar escribiendo estas líneas no me lo hubiese creído, pero bueno, supongo que eso nos pasa a todos, nunca crees que este tipo de cosas te vayan a pasar a ti y de repente llegan y te cambian la vida de la noche a la mañana. Bueno, en realidad no, no sucede de un día para otro, es algo que se va formando poco a poco, que empieza a ganar fuerza dentro de ti, se va construyendo con determinadas situaciones que te marcan, con comentarios desafortunados o con lo que algunos llaman “traumas” que suceden en nuestra vida. La suma de todo esto y una personalidad exigente, perfeccionista y rígida son la combinación perfecta para que sin darte cuenta el monstruo se haya instalado dentro de ti. Sin embargo, no es hasta el día en el que recibes el diagnóstico en el que te das cuenta de que es real y de que te está pasando a ti. Ese es el motivo por el que escribo estas líneas, porque si con ellas puedo ayudar a que alguien no tenga que esperar a que el monstruo se haga fuerte para darse cuenta de que tiene una enfermedad y de que necesita pedir ayuda cuanto antes, estas palabras servirán para algo.

No voy a contarte mi historia por dos motivos, primero, porque a veces ni yo misma soy capaz de darme cuenta cuando empezó todo, y segundo, porque hay tantas historias diferentes como personas con TCA. Lo que sí te voy a contar es el infierno en el que se convirtió mi vida una vez que fui consciente del problema que tenía. Al fin y al cabo, son distintas las situaciones que nos llevan a todos los que luchamos contra esta enfermedad a padecerla, sin embargo, estoy segura de que una vez el monstruo se hace grande dentro de nosotros, todos libramos cada día la misma guerra, aunque cada uno tenga sus propias batallas.

Cuando intento explicar a alguien lo que pasa por mi cabeza desde aquel diagnóstico se me hace imposible. Y es que después de varios años por fin he entendido que este es un problema mental, por lo que alguien que no lo padece no puede llegar a entenderlo desde un pensamiento lógico y racional, porque esa persona no está enferma y quienes sufrimos sí. Pero sí que me gustaría dejar claro que esta enfermedad no tiene nada que ver con chicas a las que no les gusta su cuerpo y quieren estar más delgadas. No somos chicas que nos vemos gordas en el espejo y por eso dejamos de comer, lo siento, pero eso que cuentan no tiene nada que ver. Esta enfermedad es dolor y oscuridad y todo ese dolor no se refleja en ningún espejo.

Para que veas la mala información que corre por ahí, yo fui diagnosticada con anorexia nerviosa y nunca dejé de comer. No ha habido ni un solo día en mi vida en el que no haya ingerido algún alimento. Sin embargo, lo que sí que hubo en mi vida fueron días y días grises en los que no tenía ganas de nada, en los que me odiaba y me exigía siempre más en absolutamente todo lo que hacía. Días en los que no quería ver a nadie y alejaba de mí a todos los que me querían e intentaban ayudarme. Ellos confiaban en mí, pero yo sentía que no merecía vivir. Y es que sólo os diré que la anorexia es la enfermedad psiquiátrica con mayor tasa de mortalidad, por encima de la depresión, la esquizofrenia o cualquier otro trastorno mental.

Por suerte para mí, desde el primer día que me dijeron que tenía un TCA lo acepté y decidí que acabaría con él. Han sido años de lucha, de caídas y remontadas, y aunque ahora esté mucho mejor, sospecho que todavía me quedan algunas batallas más por librar. No obstante, sé que todas



las que ya he pasado me han ido haciendo más fuerte y me han demostrado que puedo ganar a ese monstruo y echarlo de mi vida para siempre. Muchos dicen que, aunque consigas hacer el monstruo pequeñito, al final se queda siempre contigo obligándote a estar en un estado de alerta continuo. Yo por ahora creo en mí y confío en que algún día se irá para siempre.

Si me diesen la oportunidad de volver atrás y evitar aquel diagnóstico no sé si lo haría. Es verdad que ha habido mucho sufrimiento, pero también siento que he crecido muchísimo y he aprendido a vivir. Sin embargo, sí que habría una cosa que cambiaría, y es todo el daño que hice a quienes menos lo merecían. De todas las tormentas que he pasado, sin duda la más dolorosa fue mirar a los ojos a mi madre mientras lloraba y me decía que si ella pudiese se quitaba la vida con tal de que yo no tuviese esta enfermedad. Una vez más, perdóname ama, sabes que sin ti no estaría hoy aquí.

Ojalá el abrirme un poquito sirva para algo. Ojalá cada vez haya más concienciación sobre esta peligrosa enfermedad. Ojalá haya cada vez menos estigmas que hacen que se pierdan diagnósticos por el camino. Ojalá cada vez seamos más los que ganemos la batalla. Sé que entre todos podemos acabar con el monstruo.