

El TCA es mucho más que el TCA

FRANCESCA DI BERNARDO

Los TCA son enfermedades muy complejas, y esto es debido a que detrás de los síntomas hay un origen multifactorial y múltiples factores de mantenimiento. Cuando una persona sufre de TCA casi siempre hay que trabajar respecto a dos significados que éste al mismo tiempo puede representar: un significado relacional que podríamos definir “Hambre de Amor” y que se relaciona con algo que no se consigue comunicar a los demás y a sí mismos, y un significado personal, relacionado con algo que no se consigue hacer (situaciones que cuesta enfrentar en la propia vida).

Desde ahí es fundamental explorar con los terapeutas estos significados, tomando conciencia poco a poco de todas las cosas que hay detrás del TCA, para poder aceptarlas y cambiarlas, y para cambiarlas hay que renunciar al TCA, aprendiendo a enfrentar las situaciones que no sabemos enfrentar y por las que se recurre al TCA, y a comunicar las cosas que se necesitan comunicar, sin necesidad de que hablen los comportamientos relacionados a la comida y al cuerpo. El primer paso es entonces tomar conciencia, pero no es suficiente esto, hay que involucrarse y experimentar nuevas maneras de sentir, de actuar, de elegir, trabajando lo que más allá de la figura y del peso genera malestar. La cura no es un momento, sino que un proceso, en el que poco a poco se agregan piezas, como en un rompecabezas. No sabemos cuánto tiempo tardaremos para hacerlo, pero cuando esté completo habremos hecho algo importante, habremos crecido mucho y podremos incluso cambiar el significado que ha tenido el TCA en algo positivo para nuestra vida y para los demás.