

MI VIDA ANTES DE LA ANOREXIA NERVIOSA

Hace poco más de cuarenta y un año se inició un maravilloso viaje: la vida de Marian, mi vida. Para algunos ese intervalo de tiempo puede no ser lo suficiente para pensar que haya podido resultar en un viaje quizá demasiado largo, tortuoso muchas veces, cargado de recuerdos, marcado por huellas y traumas; también de momentos mágicos y esperanzadores que hicieron que el viaje fuera más liviano en momentos de tempestades. Durante esta singladura por la vida de Marian se han vivenciado multitud de experiencias y descubierto multitud de hallazgos, algunos deleitantes y otros fatídicos, contradictorios y conciliadores, de todo ha habido, pero inspiradores al final todos ellos. Pero sobretodo, y más para bien que para mal, tesoros inolvidables.

Durante el trayecto de un puerto a otro ha habido lluvia y sol, muchas veces a la vez en altamar. Algunos puertos han sido enclaves de sorprendentes paisajes; otros fueron paradas que mejor si las hubiera podido esquivar, y redirigir mi rumbo a tierras paradisíacas. Pero las maniobras para salir de estos puertos resultaron ser impracticables, y en ellos me quedé retenida, hasta que pasó la tempestad...

Es lo que todo ser humano busca, el placer y la felicidad. Después de este viaje, me ha llevado muchos años, por no decir la vida entera, comprender y sobretodo asumir que la felicidad es sólo un estado efímero que pende de un hilo, tan frágil que de un momento a otro puede quebrantarse, sin más. Nos creemos indestructibles, intocables, cuando la mar nos acompaña, serena ella... Pero tan frágiles somos en realidad que de un momento a otro un cambio en la mar se puede volver en nuestra contra y no dejarnos avanzar, pudiéndose llegar incluso al naufragio. Entonces hay que agarrarse fuerte al primer salvavidas que se halle en medio del caos: la fe, la esperanza de alcanzar un trozo de tierra firme próximo o la inopinada llegada de un buque de rescate, lo cual es más improbable. Nada de esto es arbitrario. Hace falta nadar mucho, a fondo, hasta no poder más para poder salir a flote, y quién sabe, quizás llegar a buen puerto.

Todo viaje, independientemente del recorrido, la duración y el destino, requiere de unos preparativos, un bagaje, una premeditación. Pero mi viaje a un país llamado anorexia nerviosa (AN), un destino fruto de los que muchos llaman "azar", que, en combinación con la predisposición de una genética ya preestablecida (a veces caprichosa), resultó ser a priori de lo más fortuito, inesperado. "Quién lo iba a imaginar, ¿Marian de viaje a ese país? Impensable, no le pegaría..." Pero acabó siendo finalmente un viaje que ya estaba previamente planificado y diseñado para mí.

Pues sí, se trata de mi viaje por la AN. Uno que, como todos los demás, se llevó de unos preparativos, laboriosos, por cierto, que definen el antes; porque antes de la AN hubo vida, con otras singladuras. Unos factores de riesgo, unos detonantes de la enfermedad, partiendo de una concepción holística del ser humano, del modelo biopsicosocial, en los que se integran las tres esferas (la biológica, la psicológica y la social), y precisamente sobre los que versa, entre otros asuntos, el presente documento.

LA VIDA ANTES DE LA VIDA

Así se titulaba un libro de pasta dura de los años ochenta, de un tal Jonathan Miller y un cual David Pelham y que circulaba por casa, nunca he sabido cómo llegó hasta allí. Era una maravilla navegar por sus páginas, con ilustraciones tridimensionales y móviles que mostraban desde el misterio de los cromosomas hasta el proceso real del parto. Sentarnos juntos en el sofá rojo de casa -aún puedo sentir su tacto- para deleitarnos con esta magnífica obra (al menos así lo era ante mis pequeños e inexpertos ojos) era todo un ritual. Nada que ver con las actuales aplicaciones que podemos descargar en nuestros dispositivos electrónicos que, mediante el uso de las realidades virtual y aumentada, y un sólo clic, podemos llegar a trasladarnos allá donde la “realidad física” no nos permite llegar y poder vivenciar estas y otras lecciones y experiencias de forma casi real. Entonces no nos aproximábamos a las vivencias, pero se imaginaba...

Cómo fue mi vida antes de mi vida es algo que no se puede saber, y menos aún entonces a finales de los setenta cuando aún no se habían desarrollado las técnicas ecográficas de las que se disponen hoy día. Con el estetoscopio de Pinard -más comúnmente conocido como “trompetilla”- el obstetra iba tirando, haciendo lo que buenamente podía. Tampoco existía el “Documento de Salud de la Embarazada” que actualmente dispensa el médico de Atención Primaria de Salud de la Seguridad Social, a modo de un bonito recordatorio, un souvenir de un viaje llamado embarazo. En estas cartillas se deja constancia de toda información detallada relativa a la gestación (edad gestacional, valores antropométricos, presencia del latido fetal, estudios de sangre y orina, etc.). Así que la única constancia que tengo de mi vida antes de mi vida procede de la “sabiduría familiar”, es decir, aquello que padres, abuelas y otros familiares de forma más bien subjetiva transmiten, cuentan, y lo que de las circunstancias se deduce. Un dato cuya relevancia no ha cambiado con el transcurso de los años para la salud fetal y del neonato es la edad de los progenitores, y muy influyente puede llegar a ser

concretamente la edad de la mujer gestante en los criterios que indican, a priori, la normalidad del futuro neonato. En este sentido, no había ningún aspecto en relación a la edad de mis progenitores que apuntase a la anormalidad. Entonces y por lo general, se concebía a edades más tempranas de lo que hoy se acostumbra, y por lo tanto de mayor fertilidad y menores riesgos. Mi madre me alumbró a los veintisiete años de edad, casi cinco años más de diferencia tendría mi padre. Esto tuvo lugar cuatro años después de nacer su primogénito, mi hermano mayor, y cinco antes de dar a luz al tercer y último de los vástagos, mi hermano menor.

Según se relata, las cuentas de mi madre en relación a la edad gestacional no concordaban con las del facultativo, lo cual apunta -pese a las contradicciones- a que fue un embarazo postérmino. Quizá mi madre tenía algo de razón, pues según detallan las descripciones (entonces no se solían tomar instantáneas ni grabar vídeos de los primeros momentos al nacer para poder constatar la información) me asimilaba a “un garbanzo que se había estado cociendo demasiado tiempo”. Es decir, que mi aspecto, según los relatos, era el de piel seca, descamada, y muy arrugada (dicen que hubo indicación facultativa de no ser bañada hasta pasado el mes...), pero los test de salud neonatal resultaron ser positivos en todos sus parámetros. El parto transcurrió con normalidad exceptuando las maniobras que la matrona realizó para liberar las vueltas de cordón umbilical en el cuello, hecho que entonces se consideraba una situación amenazante para la salud neonatal e incluso para la vida.

El resultado: una hembra sana de casi tres kilos de peso, hasta entonces la única en la familia de entre hermano y primos, es decir, de una misma generación, aunque de edades distantes. Un souvenir de un viaje de entre treinta y siete y cuarenta y dos semanas de duración (imposible precisar) que llegó un veintitrés de enero de mil novecientos setenta y ocho, de nombre María de los Ángeles -mismo que su progenitora- tal y como figura en los registros civil y bautismal. Desde entonces y para casi todos, Marian.

MI PRIMERA INFANCIA

Para todo ser humano, ya en la primera infancia se continúan desarrollando unos caracteres que antes de la vida se originaron y otros de tipo biopsicosocial se comienzan a perfilar. En mi caso, algunos de estos caracteres conformaron los preparativos de mi singladura rumbo la AN.

LA ESFERA BIOLÓGICA

La esfera biológica engloba todos los aspectos físicos, biológicos y genéticos que describen a una persona. Algunos de ellos pueden ser, a priori, factores predisponentes para el desarrollo posterior de enfermedades de muy diversa índole como puede ser la AN, tal y como apuntan los diferentes y rigurosos estudios realizados al respecto.

Bien es sabido que, por el mero hecho de nacer con unos caracteres sexuales u otros, la prevalencia de padecer ciertas enfermedades puede variar entre ambos sexos. En el caso de la AN, yo tenía una mayor predisposición genética simplemente por ser mujer.

Puedo recordar perfectamente, sin ayuda de documentos gráficos ni de relatos familiares, como era y me sentía físicamente en aquella etapa de mi vida. Mi estatura y complexión eran medianas tirando a pequeñas, sin problemas significativos de peso, aunque siempre mostraba poco apetito e interés por la comida (mi menú preferido era “un plato de nada”).

Desde muy corta edad manifesté muy buena aptitud física. No había altura que se me resistiese, pues era raro verme a ras del suelo. Siempre prefería ver el mundo desde lo alto de una mesa o cualquier otro mueble y si me topaba con un árbol o una valla no dudaba en iniciar la escalada. Mostraba una habilidad destacable para todo tipo de actividad física y deporte en relación al desarrollo evolutivo. Me desenvolvía muy bien entre balones, en el agua e incluso sobre ruedas. Presentaba un nivel de actividad elevado, siempre dispuesta a dar una carrera, con excelente tolerancia al cansancio (en multitud de ocasiones caí derrotada por el cansancio de pie, agarrada a una silla). Los padres de hoy seguramente consultarían, preocupados, este tipo de comportamientos. Gozaba de una auténtica “salud de hierro” (raramente enfermaba, recuerdo sólo haber padecido parotiditis).

LA ESFERA PSICOLÓGICA

En esta esfera se contemplan los rasgos psíquicos, las percepciones, las emociones y la manera de sentir de la persona. Muchos de estos aspectos son coincidentes, al parecer, con el padecimiento de enfermedades como la AN.

La pizpireta Marian era muy perseverante y perfeccionista en todos los aspectos. Cuidaba los detalles en todo lo que hacía hasta el punto de mostrar un alto nivel de autoexigencia y de rigidez consigo misma. Mi nivel de tolerancia o aceptación del fracaso, del error, de la crítica (por constructiva que fuese) era muy bajo.

Mi proceso de aprendizaje en cuanto a la adquisición del lenguaje verbal, lectura, escritura, etc., fue muy precoz. Recuerdo cómo en ocasiones, cuando me expresaba y relataba mis pensamientos en lugares públicos, con alto grado de razonamiento y un uso de retórica impecable, la gente se giraba y me miraba con extrañeza. Ahora entiendo por qué. Además, presentaba un elevado nivel de interés, motivación, curiosidad por aprender y descubrir. Nunca tenía suficiente.

En cuanto al carácter, era muy temperamental (tenía un genio de armas tomar) y mostraba una actitud y comportamientos “poco femeninos” (siempre me decantaba por juegos de pelota; huía de “Barbies” y princesas). Tanto es así que el día más feliz para mí en aquella época fue cuando me vestí con la equipación de Arconada, junto con mis botas de suela de tacos, con todos sus “complementos” y “accesorios”. Desde entonces se convirtió en mi indumentaria habitual. Posiblemente estas conductas estaban influenciadas por el entorno en el que me desarrollé. Quizás me estaba entrenando para parar los balones que se dispararían contra mi portería en los años que se sucedieron.

Pese a destacar en diversas áreas, la percepción que tengo de la adaptación al entorno en la primera etapa escolar no es del todo excelente. Recuerdo la sensación de no estar del todo a gusto, en parte motivada porque asistía al comedor, transporte escolar, etc. Tenía la impresión de que pasaba demasiadas horas fuera de casa, y si además no era “buena comedora”, el desagrado era mayor. Ahora veo que es una percepción habitual entre muchos infantes, pero para mí entonces se magnificaba.

Un aspecto importante de mi primera infancia, quizá no tanto entonces como en el transcurso de mi vida posterior, es que fui criada en un entorno de fe católica.

LA ESFERA SOCIAL

Las relaciones sociales, esto es, nuestras habilidades, el cómo y el con quién nos relacionamos, pueden ser decisivas en el desarrollo de los trayectos de nuestros viajes a diferentes puertos. En aquella época, la sociedad y las formas de relacionarnos con el mundo exterior y con las demás personas dista mucho a lo que vivimos en la actualidad. Desde la simple celebración de un cumpleaños infantil, entonces en casa y en familia, sin lujos ni ostentaciones, a los propios medios de comunicación. Estos medios (actualmente mejor conocidos como TIC) se resumían en una televisión con tan sólo dos canales, desde los que nos se ejercían presiones sobre la imagen corporal, sin ideales de belleza idealizados ni globalizados.

Crecí en el seno de una familia “tradicional”. Mis padres eran maestros de profesión, sin problemas de convivencia entre ellos. Mi abuela materna, que vivía en casa, era la que se hacía cargo casi todo el tiempo de nosotros; la abuela paterna vivía en la misma planta, puerta frente a puerta.

Como decía anteriormente, fui la única niña de la familia hasta que nació, pocos años después, una prima mía en otra provincia, donde creció y vive actualmente. Pero todos, mayores y menores, chicas y chicos, pese a criarnos a mayor o menor distancia, nos relacionábamos, convivíamos en todas las vacaciones y festividades del año.

En todo momento tuve excelente relación con el mayor de mis hermanos, era mi referente y siempre estábamos juntos. Pero mis lazos de unión familiares eran sin duda más fuertes con mi padre, quién desempeñó un papel clave en mi vida. Él, como la mayor parte de los padres de aquella época, no "cambiaba pañales" (entonces se usaban gasas), es decir, que no solía participar en las tareas de casa. Además de las muchas horas de trabajo y de dedicación al entrenamiento de balonmano, también le gustaba pasar ratos con sus amigos o en soledad, leyendo el periódico y siempre con un cigarro entre los labios. Sé que a otros sí pero a mí nada de esto me importó jamás, mi amor por él era incondicional. Además, podría decirse que juntos pasábamos la mayor parte del tiempo "libre" que le restaba, me quedaba hasta tarde junto a él mientras leía obras como la saga de "Caballo de Troya", entre otras, a golpe de humo de tabaco. Compartíamos gustos y aficiones, de ahí mi introducción en la práctica de balonmano desde muy temprano, motivada por su pasión (fue uno de los pioneros, impulsores en el desarrollo del balonmano en toda la provincia), nuestra pasión. También pasamos entrañables ratos de pesca (aún puedo oír el susurro del oleaje y percibir el olor a mar), con todos sus preparativos (preparábamos juntos la “carná” casera de pesca, lo cual no me generó repugnancia en ningún momento). No faltábamos a nuestra cita semanal con el Real Madrid de fútbol en el mismo rincón y junto a la barra... Son algunos ejemplos de lo que para mí la figura paterna representaba. Era recíproco.

Ya desde los tres años y hasta que cumplí la edad de escolarización, fui a la escuela de preescolar con mi madre. Claro, el resto de alumnado era mayor que yo porque la edad a la que se empezaba a asistir al colegio era posterior a la que yo tenía. Quizá de ahí mi facilidad y motivación de aprendizaje. Aún me acuerdo de los nombres de los amigos, varones todos, con los que compartía juego y carreras en el patio del colegio.

Mis habilidades sociales eran aceptables, pero siempre llegué a relacionarme mejor con varones (de lo que más comúnmente estaba rodeaba...). Viví sin ningún tipo de presión social (complejos, burlas, etc.) que pudiera influir en mi autopercepción y autoaceptación de la imagen corporal. Sólo había algo que en la edad escolar me generaba cierta presión externa y cierto rechazo por mi parte: acudir al comedor escolar. Un hecho muy destacable de la esfera social que, sin ser entonces consciente de la trascendencia que tenía y de las repercusiones que podía posteriormente acarrear, las huellas que podía marcar, fue el desarrollo de historias de abusos sexuales repetidos, protagonizados por dos miembros de la familia y de forma independiente, ya desde muy temprana edad: mi tío y mi primo, el mediano de sus hijos del que me separan unos diez años más de diferencia de edad por su parte. El transcurso de estos episodios coincidió principalmente con las épocas de vacaciones. Durante aquellas, nuestro hogar se convertía en el lugar de reunión y reencuentro familiar. Padres, hermanos, abuelas, primos y tíos convivíamos en un pequeño y modesto piso, como solían ser antes estas cosas, y haciendo uso en ocasiones también del piso de mi abuela paterna para “descongestionar” el ambiente. Pese a mi capacidad para recordar acontecimientos de todo tipo de mi etapa infantil temprana, no logro acceder, por más esfuerzos que ponga en ello, a la información relativa al debut de estos acontecimientos. Lo que sí sé a ciencia cierta es que todo se inició desde muy pronto, fue algo con lo que crecí y con lo que conviví con toda “normalidad” durante muchos años. Supongo que algún tipo de perversa y perversa estrategia emplearon, cada uno con un estilo propio, aprovechando el desconocimiento e ingenuidad de la edad, para llevar a cabo sus planes sin que yo llegara a desvelar los hechos a ninguna persona de mi entorno. Fue muy arriesgado, que no valiente, por parte de ellos. Finalmente se convirtió en un patrón “normal” y habitual de conducta y de relación con estos familiares, en forma de “juego” de normas impuestas por adultos (y, por tanto, el que más sabiduría y habilidad aporta a la hora de mover fichas, al final gana...), del que se me hizo creer con firmeza, con pleno convencimiento, que yo era una ficha clave, que sin mi participación no habría juego. Así se me embaucó entonces, haciéndome sentir alguien “importante” y “querido”, para en verdad hacer uso de mi diminuto cuerpo, en busca del placer y de la propia satisfacción carnal y no sé de qué tipo más. Algo imposible de olvidar, como si lo estuviera vivenciando en este preciso momento, son todos y cada uno de los movimientos de las fichas, y una vocecita que, cuidando de que nadie más escuchara, en medio de un silencio roto por un jadeo ocasional, en ocasiones preguntaba si estaba

siguiendo las normas del juego correctamente. Así fue como se emprendió una larga y silenciosa singladura rumbo a los abusos sexuales, factor de riesgo o preparativos para emprender un tortuoso viaje hacia la AN.

MI NIÑEZ

Entendiendo que la niñez es un periodo comprendido entre los seis y los once o doce años de edad aproximadamente, durante el transcurso de éste se dieron pocos cambios en todas las esferas respecto al trayecto anterior de mi travesía. Sólo cabe destacar algunos aspectos relevantes al respecto.

LA ESFERA BIOLÓGICA

El mayor de mis hermanos, que por esta época comenzaba la adolescencia, sufrió lo que hoy se consideraría con certeza algún tipo de trastorno de la conducta alimentaria (TCA). Padeció una pérdida rápida y alarmante de peso. Después de algunas visitas a especialista en endocrinología, la cosa quedó sin diagnóstico correcto ni tratamiento específico (lo normal de la época...). Claro, qué padres y qué endocrino iban a saber entonces que podía tener más relación con alguna patología psiquiátrica, y de haberlo sospechado al menos, habría sido más que difícil hallar psiquiatras realmente especializados en dichos trastornos. La duración del proceso fue corta, y la evolución muy positiva. Por mi parte, aún no se por qué causa clínica aquella señora, la endocrinóloga, me prescribió a mí una medicación que estuve tomando un tiempo, al parecer “para el crecimiento” (...).

Seguía siendo una niña fuerte, de rasgos faciales pequeños (de ahí que habitualmente, en familia, se dirigieran a mi como "la chata"). La práctica de deporte en este periodo se consolidó. Jugaba en un equipo federado de balonmano, con mi padre al mando, y no me amilanaba ninguna otra variedad deportiva.

LA ESFERA PSICOLÓGICA

“Dicen que el buen vino mejora con los años...”

El comienzo de una nueva etapa escolar (que abarcaría desde sexto de EGB hasta COU incluidos) en otro colegio fue decisivo para, me atrevería a afirmar, alcanzar un “completo” estado de bienestar y satisfacción. Un soplo de aire fresco a favor de mi travesía. Allí me sentía muy a gusto, no tenía además la presión de tener que asistir a un

comedor escolar (las comidas se hacían en casa, aunque no plenamente en familia...) y seguía siendo muy perseverante en mis trabajos, en mis estudios.

Mis comportamientos ya se manifestaban algo más femeninos, pero sin obviar mi ropa deportiva y estilo informal, siempre conmigo. Quizá me iba a hacer falta para afrontar la “carrera de fondo” que se auguraba.

Esto además contribuyó a que mi fe fuera acrecentando y afianzando (se trataba de un colegio religioso). Incluso llegué a participar activamente en las misas vespertinas de los sábados en el colegio, y tenía un gran interés por descubrir, cada vez más, acerca de la religión católica.

LA ESFERA SOCIAL

Mi situación de “casi” plenitud contribuyó a que mejorase en las habilidades sociales. Seguía teniendo mejor relación con varones, pero ya iba ampliando el círculo a chicas. Conocía a todo el colegio, y todos allí me conocían a mí. Las horas de las comidas seguían sin ser compartidas con los padres por motivos laborales.

Los abusos por parte de los dos mismos miembros de la familia se mantuvieron durante estos años, e igualmente durante las mismas épocas de vacaciones. Aunque podría decirse que conforme avanzaba en edad durante este periodo, los episodios eran menos continuos. Ya empezaba a no ser un juego en el que participaban grandes y entrenados expertos de un lado, y una aprendiz totalmente inocente del otro lado; era más arriesgado. En cualquier caso, yo seguía sin tener conocimiento del verdadero fin, del significado de aquel juego, de la trascendencia de aquellos acercamientos. Y por supuesto, seguían albergados en el más profundo silencio.

ADOLESCENCIA

ESFERA BIOLÓGICA

La adolescencia es, “per se”, la etapa en la que los TCA se expresan con mayor frecuencia y sobre todo en la población femenina.

La menarquia aconteció a los 12 años. Aquello generó lo típico: desconcierto para los padres y para una misma (algún día tenía que ocurrir, pero nunca estamos lo suficientemente preparados...), pudor, vergüenza y tabú. Al parecer fui diagnosticada de “posible” Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP) en una visita ginecológica. Claro, aquello para mí no era un dato que tuviera mayor importancia, tampoco me explicaron en qué consistía.

A nivel físico se manifestaron cambios típicos de la edad (aparecieron las curvas), de los que era plenamente consciente, pero no me generaban mayor preocupación.

Mejoré en cuanto al apetito e interés hacia la comida, pero sin prestarle mayor atención de la que requería.

El deporte seguía representando un papel estrella en mi vida... Todo transcurría con normalidad en esta esfera hasta que comienza a desequilibrarse por los acontecimientos posteriores.

ESFERA PSICOLÓGICA

A priori no hubo cambios psicológicos significativos como los que comúnmente dicen que se suelen padecer a esta época. Algunos como la contradicción, la insatisfacción con la autoimagen y el autoconcepto, entre otros que claramente se relacionan con la aparición de AN no se pusieron de manifiesto sin embargo en mi persona.

Destacaba en los estudios, no porque fuera especialmente inteligente ni brillante, sino porque era una perfeccionista y trabajadora nata. No me pesaba ir a clase (todo lo contrario, me sentía tan bien en mi colegio como en mi propia casa) ni estudiar.

Mi actitud y comportamientos se tornaron algo más “femeninos” (aunque seguía prefiriendo los juegos de pelota...).

Parecía que todo estaba en “perfecto” equilibrio hasta que llegó un acontecimiento estresante a nuestras vidas. Yo hacía tiempo que intuía que algo no marchaba bien en casa. Había muchas visitas médicas por parte de mis padres, cambios de humor y en el estado anímico de ambos. Una noche (nunca fui rápida en la conciliación del sueño, y menos aún si algo me preocupaba) de pura casualidad llegó una espantosa noticia a mis oídos. Estaba sola en mi habitación, en silencio (de nuevo silencio en mi vida...) sin más explicaciones, sin ningún tipo de apoyo: “cáncer de pulmón, nueve meses de vida...”. Así fue cómo supe del diagnóstico y pronóstico de la enfermedad de mi padre, fumador empedernido que, en ese momento, pensando que "todos dormían", le estaba contando por teléfono a alguien (creo que a su hermano que vivía a distancia) con voz rota. En aquel momento y en adelante, el mundo se derrumbó ante mis pies (dieciséis años tendría). Entonces aparecieron las emociones negativas, contradictorias, que, como una descomunal tormenta en altamar, me hicieron naufragar. Ansiedad, tristeza, pérdida de apetito, apatía, desinterés (por los estudios, por el deporte, por todo...), rabia, dolor, impotencia, sensación de pérdida de control de la situación

son algunas de las que experimenté, con un dolor desgarrador, y de nuevo, en silencio. Un perturbador e insoportable sonido del silencio que destrozó todo mi ser en mil pedazos.

Pronto se inició alguna visita a especialistas sin éxito. La AN se estaba empezando a desatar, pero no había diagnóstico médico definitivo y ni mucho menos consciencia de ello por mi parte. La pérdida de peso era evidente y no tenía interés alguno por alimentarme ni por sobrevivir, no salía de mi estado de tristeza. Sentía un terror exorbitante, la muerte se aproximaba a mi padre, nada podía hacer por evitarlo. Pero no olvido lo que me pidió con voz temblorosa y débil, casi parecía ya no tener consciencia... "Mi niña, cúrate...". Creo que, pese a la fragilidad, o lo que le hizo más frágil aún fue pensar que, aquellos primeros indicios de que las cosas no iban bien conmigo, podían abocar en una enfermedad. Esto, hasta hoy, es algo que he guardado para mí, en silencio. Maldito silencio...

En cuanto a la fe, era si acaso lo único que me quedaba, muy en el fondo...

ESFERA SOCIAL

Esta esfera se encontraba en "casi" perfecto equilibrio hasta saber de la enfermedad paterna. Comencé a aislarme, atormentada por mi silencio, hasta casi romper con el mundo exterior. A menudo me relacionaba con ese mundo mediante la escritura, y no de relatos con encanto precisamente.

En aquella época no existía la presión social que predomina hoy día en prácticamente todos los medios acerca de la imagen corporal y las medidas para fomentar la pérdida de peso. Nada de eso me hizo falta, pues la presión venía del propio pesar del interior, de mi relación conmigo misma.

Ya por fin comencé a adquirir un cierto grado de conocimiento de lo que en verdad significaban aquellas "relaciones íntimas" con mi tío y primo. En una ocasión traté de romper el silencio, lo hablé con un par de personas de mi círculo de amistades más próximo, pero claro, aquello les quedaba demasiado grande y quedó en el olvido. Tomar consciencia de lo morboso del asunto generó si acaso más presión a la que ya de por sí sentía. Sentía vergüenza, pudor, culpa profundísima por todos aquellos años en los que "doné desinteresadamente" mi cuerpo a aquellas formas de experimentación. Esto no ayudó a mejorar la situación que se estaba viviendo. Pero no fui capaz de desvelarlo en el ambiente familiar, menudo momento... El silencio me atormentaba cada vez más. Así que decidí armarme de valor y dar por finalizado el juego con mi tío. No

hizo falta mediar muchas palabras ni insistir demasiado en el asunto, pues creo que detectó que yo había descubierto las reglas del juego, y seguir participando le podía llevar a perder, para siempre. Pero eso nunca ocurrió.

Con mi primo el asunto fue diferente. Empecé a cuestionarme si, acaso, los abusos por su parte hacia mí habían sido fruto de lo que él pudo haber experimentado o aprendido, de la mano de su padre tiempo atrás. Mi tío fue, es, una persona muy excéntrica, egoísta y de pocos y malos sentimientos hacia los demás, y no es de extrañar que hiciera daño en este sentido a su propio hijo también. Todos los primos estuvimos siempre muy unidos, y me pregunto si el que abusaba de mí se aprovechó de aquella cordialidad, y más aún en aquellos duros momentos, y de la situación de enfermedad familiar. Momentos en los que yo estaba tan vulnerable, que acepté voluntariamente la supuesta “ayuda” y apoyo de su parte. Se quedó al “cuidado” de mi hermano menor y mío durante las estancias de mis padres fuera de casa con motivo de los tratamientos, en vano, contra al cáncer.

EL FALLECIMIENTO DE MI PADRE

Mi padre tenía tan sólo cuarenta y ocho años el día que abandonó la vida; yo diecisiete primaveras -para mí, infiernos-. La vida nos había permitido conocernos, querernos, disfrutarnos muy intensamente, pero durante tan poco tiempo... Toda pérdida de un ser querido, sobre todo de alguien con quién se tiene gran afinidad y lazos de unión, tantos momentos en común, puede llegar a desencadenar una situación realmente traumática y desbordante, a niveles insospechados... El naufragio era evidente, y lo peor es que no había un sólo salvavidas a mi alrededor al que agarrarme fuerte para tomar aire y salir a flote. El final de la vida de mi padre dio comienzo “al final de la mía”. La noticia de nuevo se disfrazó de silencio.

ESFERA BIOLÓGICA

Obviamente, la muerte del precursor del balonmano llevó al cese en la práctica por mi parte. En verdad dejé de realizar todo tipo de deporte, estaba tan triste, tan débil, tan afligida...

Apareció un marcado insomnio y una pérdida de apetito total y crónica. Era además lo único que podía controlar en ese momento, lo cual se acompañó de una pérdida exacerbada de peso.

Las manifestaciones de SOP se empezaron a manifestar en cierta medida, pues la menstruación era cada vez más irregular.

ESFERA PSICOLÓGICA

En este punto ya se había producido una pérdida total del rumbo. Sólo había lugar para pensamientos negativos y sentimiento de culpa constantes. Me cuestionaba una y otra vez por qué no habría pasado más tiempo con él, por qué le había tenido que ocurrir precisamente a él... Incluso llegué a culparle, le guardaba “rencor” por haber fumado, por haberse marchado tan pronto, y tan rápido, sin darme un abrazo ni decir adiós. Entonces empezó a instaurarse un desajuste en los mecanismos de adaptación, un desequilibrio entre el medio interno-externo.

Acabé como puede, o peor, ese curso escolar, con mucha ayuda y apoyo de mis profesores y Hermanos de la congregación a quienes les estoy y estaré eternamente agradecida. Abandoné la escolarización en el curso siguiente (COU). Esto me hizo tener una sensación insoportable de fracaso.

Todo hábito alimentario quedó anulado y así comenzó una forma de castigo hacia mi persona, de rechazo a la vida. ¿Tenía ya algún sentido vivir? Ya nada quedaba de aquella pizpireta niña. ¿Necesidad de llamar la atención? (algunos opinaban...).

Al “despedirme” de mi padre, en el tanatorio, abrazada a su cuerpo le adjunté una nota que se haría ceniza con él después, en la que decía lo mismo que le susurré al oído: “Me curaré, papá...”. Lo que no sabíamos ninguno de los dos es cómo iba a desarrollarse aquel viaje. Todo esto se engendró de nuevo en el seno del silencio.

Un silencio que sólo fue roto, a la vuelta del tanatorio, por los gritos y llanto desconsolado de mi hermano menor cuando al llegar él a casa (fue acogido por íntimos durante aquellos días de velatorio e incineración a fin de evitarle mayor sufrimiento) confirmó la sospecha de lo que nuestras caras le llegaron a decir antes que las palabras, hecho que comprobó al ver que, en la cama de matrimonio, donde lo vio por última vez, ya no estaba. “¿Dónde está papá?”, dijo, al tiempo que se dirigía corriendo hacia la habitación en su búsqueda. Parece que estoy viendo cómo se golpeaba sin cesar contra el suelo. Fue extremadamente doloroso. Quisiera, pero no lo puedo olvidar... Desde entonces, oyendo gritos, pero en silencio, me acompaña aquel acontecimiento.

En cuanto a la fe, me cuestionaba... “Señor, ¿por qué haces esto?, no me abandones...”.

ESFERA SOCIAL

Di por finalizadas todas las relaciones sociales y escolares. Las habilidades sociales quedaron primitivas, mermadas. Busqué a conciencia el aislamiento casi absoluto: me empezaba a sentir mejor sola, en mi mundo. Pero tenía, quizá por la carencia de la figura paterna, cierta necesidad de “refugio”, un salvavidas en el inmenso y agitado océano que me rodeaba, y externo al ámbito familiar. Dada mi buena relación, hasta la fecha, con el colegio y con Dios, me apoyé en algunos clérigos, los Hermanos del colegio religioso y adultos.

Motivada en parte por la necesidad de evadirme de la realidad, surgió una historia de amor, no sé si en parte correspondida en lo sentimental, pero de la que sí resultó el contacto, sin llegar a ser ilimitado pero muy próximo a ello, lo cual, como suele ocurrir cuando hay debilidad, generó expectativas. En realidad, y a priori, era un amor “imposible” (lo cual añadió más frustración aún si acaso), aunque lo íbamos llevando “adelante” y en secreto (de nuevo, el silencio, con su sonido cada vez más perturbador...). Lo único que avanzaba era el contacto, por lo demás, en lo referido al compromiso emocional, luego me percaté de que no iba a ningún puerto. No sé si por querer ayudarme en mi situación de desesperanza y desesperación o simplemente por satisfacer su necesidad física del acercamiento (lo que se suele conocer como “morder de la manzana prohibida”). La cuestión es que a la larga me generó más daño. En cuanto a mi relación con mi primo, me dio, nos dimos un respiro, por lo pronto entonces.

Teniendo en cuenta que el modelo biopsicosocial establece que cuando se produce el fracaso de alguna de las esferas que conforman el ser humano, si no se establecen las medidas restauradoras apropiadas, se puede llegar a ocasionar un desequilibrio en el resto de las áreas originándose así una situación de enfermedad. Se llama anorexia nerviosa, y sobre ella, sobre ese viaje, versará el próximo capítulo.