

¡Hoy he decidido dejar de comer!

¡Hoy he decidido dejar de comer!

Diario de una joven anoréxica

CRISTINA TRILLA

Styria

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada o transmitida en manera alguna ni por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o de fotocopia, sin permiso previo del editor.

© 2007, Cristina Trilla

© 2007, Styria de Ediciones y Publicaciones S. L.

Tuset, 3 2º 08006 Barcelona

www.styria.es

Primera edición: septiembre de 2007

LA FOTOCOPIA MATA AL LIBRO

Diseño de cubierta: Mediacircus

Maquetación: Mediacircus

ISBN: 978-84-96626-53-9

Depósito Legal: B-33.740-2007

Impreso y encuadernado por Liberdúplex

Impreso en España — Printed in Spain

Índice

Primera parte	9
Segunda parte.....	47
Epílogo.....	187

1 PARTE

16 de febrero de 1999

Hoy me siento bien. El día ha empezado como todos los demás, sin nada extraordinario en perspectiva y, sin embargo, voy a terminarlo con una sonrisa en los labios. ¿La diferencia entre esta mañana y ahora? Para empezar me han devuelto un trabajo de historia que ha entusiasmado a mi profesor. Sin embargo, lo realmente estupendo del día es que por fin me lo he tomado en serio, y esta vez pienso conseguirlo.

Peso: 62 kg.

Altura: 170 cm.

IMC: 21.45

Objetivo para el verano pre-universidad: 55 kg.

En mi primer día a régimen he logrado comer sólo una tostada para desayunar y una manzana a mediodía; tal vez parezca una locura, o acaso suene exagerado, pero lo cierto es que ya me siento más ligera. Esta vez estoy muy decidida, sé que puedo lograrlo. Por la tele una modelo ha dicho que hay que tomar la fruta antes de la comida y no como postre, ya que entonces la digestión es más pesada y una se hincha. De ahora en adelante no pienso tomar postre.

Esta vez voy a hacer que sea diferente. No puedo dejar de pensar en todo lo que haré cuando sea delgada. La ropa que podré comprar –talla

38 ¡y no más!—, cómo me mirarán los chicos, la seguridad que tendré... ¡Será estupendo! Hace mucho que lo deseo, pero nunca había estado tan decidida como ahora. Llevaré un control estricto de lo que como cada día. Creo que una dieta de 1200-1500 cal/día será suficiente; y tengo que beber mucha agua, por lo menos 4 litros diarios, para eliminar toxinas. Anotaré la evolución de mi curva de peso y, si todo va tal y como lo he planeado, en mes y medio habré alcanzado mi objetivo.

También quiero practicar algo de deporte. Si no puedo apuntarme a un gimnasio tendré que cambiar pequeños hábitos de mi día a día: subir por las escaleras en lugar de coger el ascensor, ir andando a los sitios en lugar de coger el autobús, y también puedo retomar la tabla de ejercicios que elaboré hace dos años: las flexiones y abdominales por la mañana son una costumbre muy sana.

Llevo todo el día pensando en esto. Cada vez que se me ocurre algún detalle que aportar al plan me siento fuerte, capaz, responsable. Voy a hacer algo para solucionar una situación que me incomoda muchísimo, casi desde que tengo uso de razón. No quiero pasarme la vida lamentando la forma de mis muslos, intentando disimular la enormidad de mis piernas al sentarme o mirando el cuerpo de otras chicas convencida de que si lo deseo con fuerza suficiente podré ser como ellas. Detesto la repugnancia que siento al mirar mi reflejo en el espejo, porque detestar mi cuerpo es en realidad odiarme a mí misma. No sé si tiene sentido para los demás, pero lo tiene para mí y eso es lo importante. Durante mucho tiempo he pensado que bastaba con querer algo, pero ahora comprendo que quien algo quiere mucho le cuesta.

A veces me pregunto qué es lo que quiero yo en realidad. La respuesta a la que siempre llego es muy sencilla: quiero que los que

me llaman «empollona» se den cuenta al mirarme de lo mucho que se han equivocado conmigo; quiero que los chicos me miren y vean a una chica como las demás; quiero que me respeten y que no sólo se acuerden de mí cuando necesiten ayuda en sintaxis. Tengo 17 años y llevo toda mi vida sintiéndome distinta a los demás, cuando lo único que deseo es ser como todo el mundo, sentirme normal; quiero dejar de estar al margen de todo, de verme tan incapaz de relacionarme con soltura. Esto tengo que hacerlo por mí: voy a hacerlo porque es importante sentirse bien con uno mismo, gustarse a sí mismo para poder gustar a los demás y no al revés. Estoy cansada de las actitudes pasivas y autocompasivas: si no me gusta cómo soy, sólo tengo que cambiar.

Le he pedido ayuda a mi madre para llevar a cabo la dieta. Ella me apoya en que pierda peso, porque en realidad ella misma siempre está a régimen, pero no puedo contarle lo de la manzana, porque no lo entendería. No tiene ni idea de lo que es estar en mi piel. Hasta que consiga meterme en una talla 38 tendré que seguir tapándome el culo con jerseys: como estamos en invierno no será difícil, y para cuando llegue el tiempo de las camisetas y las faldas cortas ya podré destaparme. ¡No dejo de imaginar la cara que pondrán los de mi clase cuando me vean! Esto me da fuerzas para seguir adelante.

Al parecer, un psicólogo le dijo a mi madre que tengo la personalidad propia de este tipo de chicas: perfeccionista, estricta, responsable. Sin embargo, tal y como yo lo veo, eso no son más que tonterías especulativas. El otro día daban por televisión un reportaje sobre la anorexia, y volvían a mostrar fotos de verdaderos esqueletos. No sé cómo puede una persona llegar a eso y seguir viéndose gorda. No tiene sentido. Ni siquiera parecen humanas. A veces pienso que una parte de mí desea ser anoréxica, ser como una de esas chicas delicadas y frágiles, aunque evidentemente no un caso extremo de los que ocupan las noticias: sólo quisiera estar lo bastante delgada para ser bonita. Este

pensamiento me sorprende por las noches, cuando pienso en lo que me espera cada mañana cuando vuelvo a abrir los ojos, cuando pienso en cómo es mi vida y lo poco que me gusta ser yo. A veces me asusta pensar estas cosas, porque se supone que no deben pensarse y mucho menos desearse, pero estoy tranquila porque es sólo un pensamiento, yo nunca tendré problemas de estos: a mi me gusta demasiado comer y no tengo suficiente fuerza de voluntad para ser tan estricta conmigo misma.

14 de septiembre de 1999

Soy un fracaso. La universidad va a empezar en unas semanas y yo sigo gorda como un tonel. No he cumplido con nada de lo que me propuse y ahora tengo que pagar las consecuencias. He pedido hora con un endocrino. Tal vez si alguien me pone una dieta bien hecha tendré la voluntad de cumplirla, ya que está claro que sola no lo consigo.

Por otra parte, no puedo creer que haya acabado el instituto; me entristece pensar que nunca volveré a tener a mis amigas tan cerca como las he tenido estos últimos años. Cada una seguirá su camino, tienen grandes metas y no dudo que llegaran lejos. Me da miedo que la distancia pueda más que nuestros buenos propósitos, más que la promesa de que por más que cambiemos seguiremos unidas. Conocí a Ari y a Cris hace 3 años, y son las únicas personas con las que me siento realmente cómoda. No sé porque tienen tantas ganas de empezar la universidad si eso va a significar que dejaremos de vernos cada día y de compartir las mismas cosas. Con ellas he encontrado mi sitio, y no sé si podré volver a hacerlo en la facultad. Soy muy consciente de que yo no soy una persona especialmente atractiva en ningún sentido, no hay nada especial en mí, aunque tampoco sea un desastre absoluto. Sólo soy una «buena chica», no tengo nada particular. Me cuesta mucho hacer amigos, mi madre siempre dice que debo ser más extrovertida, salir más. Según ella puedo incluso mostrarme altiva con la gente. Odio que diga esto.

Medicina. Voy a ser médico. Me lo repito para ver si deja de impresionarme tanto, para ver si logro dejar de sentir que todo esto me supera. No sé si sabré crecer y estar a la altura de un mundo que me parece terriblemente grande y complicado. Jamás fui una de esas niñas que desean ser cantantes, luego modelos, actrices u otras locuras semejantes, y si no hago medicina tampoco sabría qué hacer puesto que nada despierta en mí ningún interés especial; tendré que confiar en que es lo correcto, la decisión acertada. La abuela está encantada con la idea de una nieta doctora, pero más vale que se vaya haciendo a la idea de que no voy a ser tan espectacular como fue el abuelo. Me doy cuenta de que en breve empezaré una nueva etapa en mi vida, aunque creo que no estoy lista para cerrar la anterior. Detesto sentirme tan asustada, y no puedo contárselo a nadie porque todos le quitan importancia. De nada sirve que hable sobre mis miedos si para todos es completamente normal tenerle pánico a cualquier cambio. No creo que entiendan a qué me refiero. A veces me gustaría poder parar el tiempo, hacer que todo deje de ir tan deprisa y seguir siendo sólo una niña.