

Los trastornos alimenticios como privilegio

escrito por Mariana Mora

Este artículo menciona temas sensibles relacionados a trastornos alimenticios.

Para el año 2021 ya se contaba con más de 1.050 gimnasios en el país y se habían lanzado más de 1.070 productos saludables al mercado paisa. La ciudad se ha abierto a conversaciones sobre la salud tanto física como mental y nos hemos preocupado con justa causa por problemáticas como la obesidad, ¿pero qué sucede con las personas que habitan el otro lado del espectro? ¿cuándo la comida se nos convirtió en obsesión, junto a la delgadez y el ejercicio? ¿Es recuperarse de una enfermedad mental un privilegio?

Esta pregunta no nació en mí hasta que me convertí en parte de la población que por mucho tiempo prefirió pasar sus días dormida que comer, que estaba obsesionada con las tablas nutricionales y con la cantidad de calorías que podía quemar con cada movimiento como reír, pensar, mover los dedos y conversar. Aún soy parte de esa población que analiza la vida en medidas y números, una comunidad que me abrazó y me facilitó caer en la trampa de los desórdenes alimenticios porque estéticamente era aceptable, puntualmente porque no era gorda.

Me negué a tratar mi anorexia hasta el año 2018 cuando el hambre me robó cualquier emoción humana, la posibilidad de ovular y de salir a la calle sin sentir pánico de tener que enfrentarme a cualquier alimento, sin importar que fuera saludable o no. Acudí a tratamiento sin aceptar mi trastorno y salí con un diagnóstico fatal, con la posibilidad sobre la mesa de ser internada y que me pasaran comida por sonda; alimento líquido para que mi cuerpo funcionara, una prohibición de hacer cualquier tipo de ejercicio, de comer a solas, de mirar los ingredientes de cualquier producto, comprar ropa nueva y pesarme.

Mi seguro de vida no me cubrió especialistas en trastornos alimenticios,

tampoco las terapias ni la nutricionista que mis médicos me recomendaban; estaba al borde de perderme a mí misma y recuperarme era un privilegio que gracias a mi madre me podía permitir. Yo podía entrar y salir de la clínica, tomar Ensure de vainilla varias veces al día y suplementarme con pastillas de B12, Hierro y Colágeno, pero no todos quienes padecen un trastorno pueden. Aquí retomo, ¿es recuperarse de una enfermedad mental un privilegio? yo creo que sí. No es netamente cuestión de querer mejorar si no de tener los recursos para hacerlo.

En mi proceso supe de tres fundaciones para personas con trastornos y solo en una me aceptaron, me abrieron la puerta para tener estas conversaciones que no podía tener con nadie y para enfrentar mis peores miedos como fue dejar de verme enferma, subir de talla, consumir aceite de oliva y dejar que las personas me tocaran. Aunque soy consciente de la importancia del acompañamiento para avanzar en cualquier enfermedad, me atrevo a decir que es imposible curarse de la anorexia estando sola, porque de plano, tu mente y corazón no te pertenecen a ti, si no que existen y funcionan por y para tu propia delgadez.

Han pasado cinco años y aún no termino mi recuperación. No obstante, mi privilegio me ha permitido volver a comer pan y salir con mi familia y amigos, pasarme semanas sin pesarme y no hablar de los cuerpos ajenos. Aún pienso en que los ataques de llanto activan los músculos del abdomen y elevan el ritmo cardíaco, quemando 1.3 calorías por minuto y la cantidad de calorías que tiene la crema dental. Considero la suma de mujeres y hombres que conozco que no se pueden costear un tratamiento, que deseo sostener de los brazos y ayudar a salir de una de las peores situaciones que una persona pudiese pasar. Mientras pienso esto solo veo la cantidad de gimnasios que siguen inaugurando, los productos saludables que inundan mis redes y la ausencia de recursos para tratar esta epidemia de personas que, por muchas razones, se niegan a volver a comer.

Otros escritos de esta autora: <https://noapto.co/mariana-mora/>