

## QUÉ SIENTES CUANDO NO SIENTES NADA



Esa es la pregunta que un grupo de jóvenes que sufren un trastorno de la conducta alimentaria (TCA) tratan de poner sobre la mesa (nunca mejor dicho) a través de una herramienta potente pero poco utilizada como es la expresión artística – en este caso la literatura -. Se trata pues de eso, de descubrir cómo han llegado a ese estado de indiferencia absoluta por sus propias emociones.

Después de un trabajo de varios meses, un grupo de chicas de Barcelona y también de Sevilla – también un chico - en tratamiento por su TCA han presentado este trabajo que ha estado dirigido y coordinado por el escritor [Víctor Panicello](#) y patrocinado y apoyado por la [Fundación ABB](#) (con centros en Cataluña y Andalucía).

A través de este relato, trataremos de descubrir qué se esconde tras esa denominación – TCA – que engloba diversos trastornos (anorexia, bulimia, atracón) relacionados con el peso, la imagen, la comida... o eso es lo que creemos.

Porque lo primero que uno entiende si está atento a lo que le cuentan las personas que se encuentran en pleno proceso de reconocer y tratar su trastorno, es que, en realidad, la comida no es el problema. Quizás precisamente por eso, el libro contiene un recetario elaborado por las coautoras en el que es posible encontrar toda una gama de sabores y de sentimientos que nos pueden ayudar a dibujar mejor una visión diferente de lo que entendemos cuando hablamos de estos temas.



En ese recetario encontraremos platos tan sugerentes como el coulant con culpa de chocolate, la ensalada triste, el puchero con miedo, las palmeras obsesivas o el ravioli aislado.

Acercarse como escritor a grupos de jóvenes con un TCA requiere ser capaz de entender un proceso mental que no siempre coincide – de hecho, casi nunca – con el que uno hace cuando lo único que conoce del tema lo sabe por los medios de comunicación. Por eso mismo, en este proceso, todos hemos tenido que cambiar, que adaptarnos al lenguaje, a los prejuicios, a las imágenes borrosas, a los matices. Los jóvenes han tenido que entender que no siempre lo que cuentan es fácil de asimilar y el escritor a recomponer sus propios esquemas y a transmitirlos mediante el lenguaje.

Y es entonces, después de unas primeras sesiones de trabajo algo confusas – hay que ponerse de acuerdo en ese nuevo idioma de sentimientos y emociones -, cuando surge la primera y muy potente idea. “Los TCA son como un iceberg”, hay mucho más de lo que se puede ver... mucho.



Toca pues bucear y empezar a comprender que los síntomas no son más que eso, reflejo de ese continente subterráneo donde se cuecen, a menudo a fuego muy lento y desde edad muy temprana, las emociones que no se saben o no se pueden gestionar: miedo, inseguridad, culpa, ansiedad, perfeccionismo, aceptación, rabia, aislamiento, soledad, obsesión, dependencia, tristeza, engaño, incomprensión.

Con esos elementos en ebullición, uno puede seguir pensando que eso es cosa de adolescentes preocupadas/os por su imagen y que ya les pasará... incluso uno puede pensar que como familia no hay quien los entienda y que de alguna manera mejor mantenerse al margen. También los amigos/as pueden pensar que no saben qué hacer y que, después de todo, quiénes son ellos/as para meterse en la vida de los demás.

Un apunte literario sobre lo que dice una de las protagonistas en un momento del libro... quizás eso nos haga pensar:

*¡Por fin había pasado algo! Fue como si se hubiera estrellado contra una pared, pero no sentía el dolor del impacto, sino la alegría de haber encontrado por fin un freno. Emma era muy consciente de que sola no podía dejar de hacer lo que hacía; o sea que su cuerpo había tomado una decisión que ella no podía tomar: parar.*

*Ya hacía muchos días que necesitaba que alguien la detuviera. Pedía ayuda, en silencio, pero desesperadamente.*

Finalmente, cuando nos reconocemos como lo que somos, personas con sus problemas, la comida pasa a un segundo plano - que no secundario - y cada uno puede situarse en su propio mapa y en relación con los demás.

Quizás en ese momento podamos dejar a tras la culpa, que nos encadena a la frustración y al desencanto. Las familias pueden dejar de sentir que en algo han fallado, los afectados/as que todo es responsabilidad propia, los amigos/as que han dejado de confiar los unos en los otros. Nada de culpas, por favor, si ese es el único mensaje que queda, será más que suficiente.



Intentemos comprender el sufrimiento que afrontan los jóvenes que sufren un TCA, es profundo, duro y a menudo muy largo. No es la primera vez que me acerco a trabajar con jóvenes que tienen problemas, hace años que lo hago. Sin embargo, si algo me ha sorprendido en todo este tiempo con este grupo ha sido la intensidad de su sufrimiento, la profundidad de su desesperación cuando llegaron a ese momento en el que "no sientes nada".

De eso va este libro, de ese sufrimiento, de esa soledad, de esa necesidad de encontrar una salida.

A los lectores/as debe servirles para tratar de conocer a aquellos que tienen muy cerca, para ofrecerles su apoyo y para ser capaces de preguntar lo mismo que le preguntan a la protagonista:

- *¿Qué te pasa Emma?*

## VP VÍCTOR PANICELLO

Escritor especializado en literatura juvenil. Lidera proyectos de creación literaria colectiva con grupos de jóvenes que presentan riesgos de exclusión social. Ha trabajado, entre otros, con chicos enfermos, jóvenes inmigrantes, invidentes, etc., logrando transcribir sus sentimientos y emociones en novelas que aportan nuevas maneras de entender cada realidad. En este caso, ha publicado la novela “Qué sientes cuando no sientes nada” Editorial Comanegra- colección Winners, que está disponible en las librerías de todo el país.

