

Nadie dijo nunca que fuera fácil llegar a ser una princesa

Ilse Liliana Hernández López*

En un mundo donde las apariencias pueden más que el corazón, donde los sentimientos no importan sino están dentro de un cuerpo escultural y bello, en un mundo donde la única mejor amiga de una joven era Ana, no podía soportarse la idea de no ser el ideal perfecto de una princesa.

El simple hecho de querer ser la perfección total de aquella muñequita de cuento, traía consigo una serie de reglas que la joven no podía desacatar, pudo con toda serie de situaciones; ser la mejor hija, la mejor compañera, la mejor amiga, aún también ser la mejor de su clase; pero hubo algo con lo que no pudo, el hecho de ser el mejor cuerpo la llevó a intentar toda clase de dietas y ejercicio, pero no pudo más; hasta que un día llegó la que se convertiría en la única amiga que ella creería sería la mejor, su nombre era Ana o Anorexia, si así prefieren decirle.

Ana abrió los ojos de Paulina, le mostró un mundo que era inconcebible para ella, un mundo al que sin Ana, Paulina jamás habría podido entrar; ese mundo que se convirtió en su todo, su despertar, su vivir y su dormir.

Paulina tenía sólo la edad de 16 años, tras venir de un pueblo pequeño llamado Juchitán ubicado en Oaxaca, llegó a la capital mexicana al lado de su familia y de una serie de sueños e ilusiones que por fin se verían cumplidos en esta maravillosa ciudad. Sin embargo el destino le tenía preparada una serie de pruebas que la llevarían a ver la vida desde el otro lado del espejo.

Tras llegar a la capital, Paulina entró a su primer año de preparatoria, destacándose durante los primeros meses como la mejor de su clase, aquella niña a la que todos podían pedirle ayuda sin que ella se los negara. Empezó a hacerse de amigos fácilmente, su carisma y esa

* Alumna de la Facultad de Estudios Superiores Aragón, UNAM.

Seminario de Sociología General y Jurídica

sonrisa tan peculiar que hipnotizaba a otros la hacía ser una de las niñas más bellas del salón, por lo que en el mismo, empezó a hacerse de una gran popularidad.

En un abrir y cerrar de ojos, la joven empezó a cambiar su perspectiva de vida, sus ideales no eran aquellos de cuando llegó a la capital, para Paulina ya nada importaba, una enfermiza obsesión por ser la más destacada en todo empezó a invadirla, para ella ya no era suficiente el ser una excelente alumna, hija o amiga, las presiones obtenidas por la escuela y que aún ella las hacía más grandes de lo que eran, la hicieron caer en un sentimiento exacerbado, para ella ya no era suficiente el haber caído en la perfección académica, familiar o social; su lucha ahora se había convertido en el deseo de verse y aceptarse ella como una perfección, una perfección que el espejo hacía ver como una joven más de aquellas que al verse en el mismo no se sienten satisfechas con su cuerpo, aquellas que piensan que un cuerpo delgado, casi esquelético las hace ser el ideal perfecto de una princesa. La vida de la joven empezaba a tomar un rumbo que conlleva a un viaje secreto, macabro y doloroso, un viaje que muchos critican sin asimilar la desesperación y pena que trae consigo el estar ante ésta situación.

Paulina ya no pensaba en otra cosa más que el querer perfeccionar el canon de belleza impuesta por los medios de comunicación, los llamados factores socioculturales empezaban a hacer estragos en su mentalidad, ella al ver como en los *spots* publicitarios, los programas emitidos por televisión, la moda y el mercado en general, trataban al cuerpo femenino como un objeto de consumo o más bien como un factor por el cual sería perfecta y alcanzaría la felicidad total en su vida, hizo que la imagen corporal que ella tenía de sí misma empezara a distorsionarse.

Para ella su cuerpo ya no era el mismo, la observación y valoración visual que hacía de sí misma la proyectaba a verse como el desperfecto social del cual ella no podía darse el lujo de formar parte, el verse en un espejo se volvió un rechazo constante del que sería su peso normal o en algún tiempo el que ella vio como un mínimo que se encontraba por encima del normal.

III Jornadas Sociojurídicas

Fue aquí donde Ana empezó a tocar la puerta de la vida de Paulina, la cual empezó a meterse una vana idea de que para ser aceptada y triunfar debería tener unas medidas determinadas, por lo que cada pensamiento emitido por ella era referente a las porciones de comida que debía ingerir y las horas de ejercicio que debía realizar; y fue así hasta que cuatro meses después de que había ingresado a la preparatoria, justamente en las vacaciones de Diciembre, después de haber comido los típicos platillos decembrinos, sintió una culpa tal, que pensó que esa sería la primera y última vez que se ocasionaría el vomito tan sólo para sentir esa pequeña diferencia que podría ocasionar en ella.

A partir de ese momento su comportamiento empezó a ensombrecerse, su conducta alimenticia dio un cambio total que presentó las primeras manifestaciones de que Ana empezaba a controlar totalmente su vida; Paulina comenzaba a presentar una serie de alteraciones en su forma de comer, de pronto había alimentos que sin explicación alguna rechazaba, su desarrollo intelectual era ya el mínimo, en la escuela presentaba una excesiva dificultad para concentrarse, además de que su memoria empezaba a fallar, sus calificaciones y esa inteligencia que en un principio apantalló a muchos empezaba a decaer de forma notoria.

Su complexión había cambiado totalmente, de ser en un principio una jovencita de corte menudo, tez morena, con una estatura de 1.60 y un cabello lacio de color negro azabache que le llegaba hasta al hombro; pasó a tener una complexión casi esquelética, su tez, esa tez morena que la hacía verse bella paso a ser marcada por unas manchas debajo de los ojos, su cara ya no era la misma, sus huesos empezaban a notarse fácilmente, su cabello negro empezó también a verse opaco y sin brillo; pero lo más triste fue que el brillo que sus ojos denotaban se había apagado, como esa vela que se pone debajo de una mesa para que no alumbre en lo más mínimo.

Tres meses habían pasado ya, desde aquel incidente donde la joven se había provocado el vomito por primera vez; Paulina sabía que estaba mal pero no concebía la idea del porque lo hacía, sus cambios ya no eran sólo físicos, sino que ahora también añadíamos a su enfermedad los cambios biológicos, al paso de su padecimiento, se empezó a pre-

Seminario de Sociología General y Jurídica

sentar en ella una enfermedad llamada amenorrea, donde su período menstrual se retrasó al menos tres ciclos seguidos, punto clave para definir que lo que ella sentía ya no era del todo normal.

Fue aquí donde sus padres empezaron a preocuparse de manera seria, aquella hija sonriente y perfecta en todos los ámbitos de su vida, había empezado a volverse hostil y solitaria; en un principio cuando su madre comentó al padre de Paulina que notaba rara a su hija, el padre contestó, que eran los cambios de la edad, la influencia de las amistades y aun las modas que existían en el momento; sin embargo la preocupación de la madre no dejó de estar presente, su sexto sentido le mostraba que su hija no estaba bien, que no era a consecuencia de lo que su marido mencionaba sino que por el contrario había algo más allá de lo estético que sobrepasaba la situación de su hija.

La madre no se equivocó, para esas fechas, Paulina se encontraba ya sumergida dentro de ese mundo escabroso. El TCA o trastorno de conducta alimentaria que opacaba su vida, empezaba a hacer ya estragos psicológicos, había noches en las que simplemente no podía dormir, su insomnio era tal que bajaba a la cocina para comer algo y después poder así, provocarse el vómito; en otras ocasiones empezaba a llorar sin causa alguna o por el contrario sentía una impotencia tal que la llevaba a sentirse malhumorada y con coraje ante su forma de vida y al no poder obtener el peso que ella quería.

Las cosas se volvieron más complicadas, en momentos presentaba pensamientos suicidas donde trataba de crearse la idea de que sería mejor morir delgada que vivir gorda toda una vida; el espejo ya no era su amigo, cada vez que Paulina se ponía frente a él, se reflejaba una imagen distorsionada, una mujer gorda, sin forma y sin los atributos que una verdadera princesa debía tener.

La presión social se había vuelto mayor, a su consideración el hecho de que alguna persona la viera comer, la hacía creer que al mirarla, la gente pensaba que estaba gorda, que era sólo una más de aquellas mujeres sin éxito y sin valor propio.

III Jornadas Sociojurídicas

Paulina ya no podía con esta situación, sentía que sus fuerzas y su cuerpo ya no daban para más, su madre preocupada y sin saber que hacer reaccionó hasta aquel día en el cual su hija cumpliría 17 años y donde lo primero que vio al despertarse y dirigirse al cuarto de su hija para felicitarla, fue la figura que mostraba poco más que piel y huesos; fue ahí donde la madre empezó a buscar por un medio fácil y rápido acerca de los síntomas y características que presentaba su hija, y he ahí, en páginas de *internet*, donde por fin dio con aquella enfermedad que poco a poco estaba destruyendo la esencia de su hija.

El trastorno de conducta alimentaria Anorexia Nerviosa cumplía con todas aquellas características que la madre de Paulina veía en ella, por lo que sin pensarlo más y haciendo un breve análisis, que aunque pequeño resultó ser concreto y acertado, la llevó a buscar ayuda profesional.

En un principio Paulina no aceptó la ayuda, las peleas constantes entre su madre, los especialistas y ella por el hecho de ver quien tenía la razón la hicieron desgastarse un poco más, pero conforme el tiempo fue pasando y los especialistas en materia fueron entrando en la vida de Paulina para así conocer mejor las causas que la llevaron a esta enfermedad, notaron que así como ella, muchas de las que padecen este trastorno lo hacen por querer alcanzar el estereotipo de perfección que marcan la radio, la televisión y la moda, a la par de el hecho de alcanzar el ideal perfecto de la princesa que tiene un determinado cuerpo, y no sólo eso, sino que sabían que no eran las únicas que pensaban así, se sabían respaldadas por los medios de comunicación. Paulina explicaba que al igual que ella, muchas mujeres que sufren de anorexia, buscan ayuda en páginas de *internet* denominadas como *Pro-Ana* o *Pro-Anorexia*, Paulina comentó que en esas páginas podían encontrarse distintas dietas desequilibradas donde el pensamiento principal es comer lo más mínimo, la comida es una droga que mata lentamente; otro de los contenidos existentes que pueden encontrarse en este tipo de páginas eran las llamadas Pro-SI o *pro-selfinjury* (autoagresión) donde se incita a la persona a someter al cuerpo a distintos grados de dolor y autolesión para que así el cuerpo sepa quien tiene el control sobre el mismo

Seminario de Sociología General y Jurídica

en todos los aspectos y se pueda de la misma forma quemar calorías; posteriormente Paulina comentó también sobre la existencia de una serie de *Tips* que habían servido en su caso como formas para engañar a su estómago, a su mente o a sus padres, para ella y para muchas más, todos estos consejos tienen el fin de acelerar la eliminación de grasas y calorías, además de la forma más eficaz de engañar a la gente con la que convives a diario o cómo hacer para que la gente te vea delgada y tú te acuerdes a diario lo gorda que estas, modos en los que no sospechen que no comes o estas bajando de peso y cosas similares.

Entre aquellos *tips* que la joven mencionó, había dos puntos que sobrepasaban el límite para una persona que no padeciera esta enfermedad, pero que para ella era la forma más real y eficiente de castigarse en caso de fallar, Paulina cito textualmente los dos *tips* que marcaron su vida al momento en el que se equivocaba:

Tip número 28.- cuando te obliguen a comer no les demuestres tu coraje o frustración sólo levantarás sospechas, come normal ya podrás llorar que fallaste y reprimirte a solas o simplemente has un ayuno mas fuerte los siguientes días.

Tip número 29.- muchas personas se cortan para auto castigarse cuando fallan, si lo haces no lo hagas muy profundo no querrás tener cicatrices, y hazlo en lugares que normalmente no te vean como las piernas o el estómago.

El simple hecho de ver como citaba Paulina los *tips* de memoria y cómo al compararlos con la página de *internet* que ella dio para probar de donde los sacaba era desconcertante, no sólo ella sufría y citaba estos trucos como parte ya de su vida, sino lo hacía con tal credibilidad que cualquiera que lo hubiese escuchado, creería al igual que ella que lo que decía era totalmente verídico y que realmente te ayudaría a tener un cuerpo perfecto.

A diferencia de otras jóvenes anoréxicas, Paulina no probó medicamentos que sólo personas con sobrepeso podrían usar, como son el *sibutramina*, el *orlistat* o el *fluoxetina* los cuáles sirven para reducir la masa corporal pero que no se permiten para personas que tengan TCA; sin

III Jornadas Sociojurídicas

embargo no estuvo exenta de los llamados *adelgazantes*, aunque el único que usó le provocó en muchas ocasiones un padecimiento de estreñimiento y en otras diarrea, el llamado *Kelp* o *Fucus vesiculosus* generó en Paulina un efecto laxante y saciante que producía en ella un efecto de rechazo ante la comida.

Desde aquella visita al médico donde la joven narró todos estos aspectos y pudo también quitarse finalmente esa coraza que se antepone ante la ayuda que se le quería brindar, ha pasado casi ya un año, desde ese entonces Paulina regresó a ser la niña que era antes, estando a cuatro días de ser 22 de marzo de 2009 se cumplirá un año exacto donde la lucha en contra de la Anorexia fue ganada satisfactoriamente por la joven y su familia; Paulina ya no recuerda más que una vaga imagen de la que creyó su mejor amiga. Ahora la joven se encuentra dando pláticas sobre los trastornos de conducta alimentaria, donde enseña a padres y niñas a prevenir estos trastornos mostrando que la prevención empieza desde la familia, desde el punto en que los padres valoren a los hijos por lo que son y no por su peso, que los mismos, desarrollen un sentido crítico acerca de los cánones de belleza y que les muestren que lo bello no está en un cuerpo escultural con determinadas medidas, sino por el contrario, lo bello es lo que se lleva dentro, los valores, el pensamiento, no una moda o una marca, sino el interior que cada persona posee.

Respecto al que hacer si se ha descubierto, se aconseja que se lleve inmediatamente con un médico especializado para que así se pueda prescribir el tratamiento indicado, el cual será físico y psicológico.

Paulina ha mejorado su forma de vivir, el hecho de entender que un cuerpo bello no depende del cuanto peses le ha cambiado la vida, finalmente ahora, ya no se le ve más con aquella pulsera morada que la destacaba como una joven *pro-ana*, sino por el contrario, se le ve con todo tipo de pulseras, ropa y colores que la hacen ver y sentir bien, sin estar más pendiente de cuanto come o lo que pesa, sino más bien estando pendiente de a quién va a ayudar y cómo lo hará.

La Anorexia Nerviosa es una obsesión que la sociedad no debería permitirse, y digo sociedad, por que es una situación que a todos concierne, debemos ser cuidadosos en lo que vemos en los medios o en las

Seminario de Sociología General y Jurídica

modas que seguimos, nosotros somos los que decidimos si son benéficas o nocivas para nuestra cultura y forma de pensar.

El término princesa no hace referencia a una perfección corporal o canon de belleza sino a un lugar que todas las jóvenes y las no tan jóvenes deberíamos apreciar, el ser una princesa no debe ser algo difícil, a mi consideración nacimos para ser eso y mucho más, puesto que somos más que una simple imagen.