

Fideos con atún

Ese sábado comenzó muy temprano, despertó cerca de las 6 am, abrió los ojos y asomó una mano por fuera de las sábanas, hacía tanto frío que se acomodó para intentar seguir durmiendo, aunque de antemano sabía que no lo lograría, era otro día más de aquellos a los que tanto le temía, pero que a su vez, tanto disfrutaba... Su mente se había encendido para no apagarse tan fácilmente. Durante las horas restantes de esa mañana comenzó a hacer muchas cosas, no terminó ninguna. Aunque sí fue concreta en dos decisiones, como tenía claro que estaba atravesando un cuadro de hipomanía, le escribió a una amiga terapeuta holística para pedirle un sobrecupo urgente, a ver si con uno de sus masajes y una buena conversa, lograba calmar un rato la mente, pero le fue mal, había olvidado que los sábados su amiga estudiaba, no atendía pacientes. En ese minuto sintió algo de miedo, estaba sola en la casa desde hace días y esta ya era su tercera jornada con la dinámica de despertar al alba después de pasar una noche muy intensa cerebralmente y es que no lograba silenciar su mente. La invadían las ideas de hacer muchas cosas, por ejemplo, redactaba en su mente mensajes que quería enviar al otro día y a pesar de que intentaba no sacar el celular para no activarse con la luz, lo hacía igual porque no podía dejar que la idea ya pensada se perdiera. Las ganas de recuperar el tiempo perdido después de tantos meses de depre le estaban jugando en contra. Finalmente se animó a escribirle un mail a su psiquiatra, sabía que probablemente no lo leería hasta el lunes, pero esperaba al menos desahogarse con el relato de lo que le estaba pasando y por supuesto obtener ahora

sí un sobrecupo con ella, ya que no podía esperar el mes que restaba para su siguiente cita.

En un momento decidió cocinar, puso agua a hervir en una olla para hacer fideos con atún y así almorzar pronto, se fue al living porque escuchó su celular, era una notificación del grupo de la familia, su papá había enviado un video acompañado de la siguiente frase “mira hijita lo que encontré, me acordé al tiro de ti”. Ella lo abrió y al ver que se trataba de una catedra universitaria en inglés, se sentó para poner atención y leer los subtítulos... Rápidamente entendió que el docente era un psiquiatra y los oyentes, estudiantes de medicina en su clase sobre el trastorno bipolar. El médico comenzó detallando las características de una depresión y de un episodio maniaco, luego enumeró muchas de las sensaciones que vienen a la mente en esos estados, mencionó por ejemplo, la velocidad de los pensamientos, la verborrea, el subidón de la libido y muchas otras cualidades que ella también tenía según cada episodio. De pronto se sintió ahogada, se sacó el polerón, tenía las mejillas ruborizadas, y es que encajaba perfecto en la descripción, incluso los medicamentos mencionados para tratar el trastorno, le eran todos familiares porque los había consumido en años anteriores o porque eran justamente su tratamiento actual. Fue un balde de agua fría, aquel inofensivo video la hizo caer en cuenta de algo que tanto ella como quienes la rodeaban, creían tenía asumido hace rato, pero no... El diagnóstico del trastorno bipolar que tanto le pesaba, se le presentaba en gloria y majestad, ya no lo podía negar más. Y es que la catedra de ese psiquiatra no había sido sobre el TAB, sino sobre su vida los últimos 12 años, retrató con perfección su comportamiento en cada episodio, incluso especificó

algunos pensamientos frecuentes que ella ni siquiera verbalizaba. El calor se hizo más intenso, pero estaba tan ensimismada que no le dio importancia. Subió al segundo piso para prender el computador, necesitaba enviar un mail; comenzó a escribir, el destinatario era su ex que ya no era tan ex, era complicado... Adjuntó el video y en las líneas finales escribió lo siguiente: "esto soy yo, por favor reproducélo y contéstame: ¿crees que seas capaz de lidiar conmigo en cada una de mis etapas? Si tu respuesta es sí, ¡maravilloso! pero si es no, lo entenderé, me va a doler, pero no te juzgaré, porque ni yo me soporto cuando no estoy bien, también saldría arrancando si pudiera... sólo te ruego que seas sincero, respóndeme pronto. Te quiero..."

Cuando salió de la habitación había humo en toda la casa, el calor imperaba y recién ahí recordó que tenía la cocina prendida, intentó bajar las escaleras, pero las llamas acechaban, comenzó a toser y sintió el sabor del humo negro en la garganta, se tocó el bolsillo trasero buscando su teléfono pero no estaba ahí, subió corriendo determinada a gritar y pedir ayuda por alguna ventana, pero algo la detuvo... terminó de subir tranquilamente, se acercó al tragaluz y pensó en que tal vez morir así no era tan mala idea, si lo que la vida tenía para ofrecerle era un futuro marcado por un constante sube y baja anímico, un coctel de pastillas cada noche y un pulular de psiquiatra en psiquiatra, prefería morir ahí, en la ley del bipolar, el tercer día de hipomanía, con las neuronas fritas del cansancio y con nula concentración, lo que no le permitió recordar que tenía unos fideos con atún que cocinar.