



PASOS

SEÑALES INVISIBLES

Agosto 2016

Era verano. Disfrutábamos de unos días de vacaciones en nuestra casa de una pequeña aldea de A Ulloa, esa comarca lucense que tan fabulosamente describió Emilia Pardo Bazán y en la que aún hoy podemos disfrutar de paseos por bellísimos rincones naturales, salpicados de magníficos e impresionantes robles centenarios. Hacía bastante tiempo -muchos meses, quizás algunos años- que me notaba agarrotada, sobre todo por las mañanas al despertar, que me encontraba cansada a todas horas. Efectos del estrés en el trabajo, de la vida sedentaria, de ir cumpliendo años, pensaba.

Esas mañanas de agosto eran especialmente soleadas. El entorno, excepcional. Junto a la casa, un camino solitario que se desvía de la pista que une el céntrico cruceiro de la aldea con la aldea vecina y que va a dar, unos doscientos metros más allá, a un pequeño riachuelo, afluente del Ulla. Un camino rodeado de árboles, en su mayoría autóctonos, y que en esa época del año, tan frondosos, forman túneles vegetales en varios tramos. ¡Qué mejor idea que correr un ratito cada día por nuestro camino!

Durante un par de semanas Javier y yo corrimos media hora cada mañana.

-¡Cómo se nota que hace años que no corro! ¡Qué torpe me siento! - le decía. Es como si hubiera olvidado cómo se corre, le comenté alguna de aquellas mañanas. La falta de entrenamiento, pensaba.

Abril 2017

Ese año, la Semana Santa caía en primavera. El 14 de abril, viernes, era festivo y el aniversario de nuestra boda. Decidimos celebrarlo en la Ribeira Sacra dando un paseo con Pablo, nuestro hijo, por la ruta de los viñedos de Belesar. El sendero, señalizado como PR-G 183, comienza tras cruzar el puente de la aldea de Belesar y avanza entre viñedos y bosques por la orilla del embalse de Os Peares.

-Me noto torpe andando – le dije a Javier al poco rato de iniciar la ruta. Sentía que mi brazo izquierdo no se balanceaba como debía, me daba la sensación de que iba a tropezar en cualquier momento. –Ando raro- añadí.

La falta de ejercicio, pensé. Y seguí el paseo disfrutando de unas vistas espectaculares, saboreando con todos los sentidos una naturaleza privilegiada.

Mayo 2017

Había quedado delante del Teatro Colón con Adolfo García Ortega. Se había puesto en contacto conmigo para decirme que quería escribir una novela –no sé si ya sabía que se titularía “Una tumba en el aire”- sobre el asesinato y desaparición a manos de ETA de mi tío Humberto y sus amigos Fernando y Jorge, habíamos quedado en vernos por primera vez en A Coruña. Tras tomar un café en La Marina, le llevé a conocer la Ciudad Vieja, le enseñé la casa de mis abuelos en la calle Sinagoga, la casa de la infancia de mi madre y sus hermanos Humberto e Isabel. Charlamos sobre lo que les pasó, sobre los datos de los etarras que él y yo teníamos, sobre mi vida y la de mi familia en el País Vasco en los llamados años de plomo y en los años de lo que los etarras dieron en llamar socialización del sufrimiento. Avanzada ya la tarde estábamos sentados en una terraza de Riego de Agua cuando mi pierna izquierda empezó a temblar. No era capaz de detenerla.

-¿Tienes frío?- me preguntó Adolfo- Porque estás temblando-. No, son los nervios - le dije. El estrés de recordar en voz alta vivencias tan duras, pensé.

Septiembre 2017

Era media mañana. Estaba con mis compañeros haciendo nuestro descanso en la cafetería que hay frente al hospital en el que trabajamos, y ese día se nos ocurrió hablar de coches.

-Todo el mundo dice que los diesel no se calan. Pues a mí se me cala- les comenté.

Recordaba que últimamente se me había calado más de una vez saliendo del aparcamiento, en el pequeño repechito donde está la barrera de salida. Recordaba también que hacía unos días, en A Coruña, subiendo por la calle Falperra, un coche que maniobraba para entrar en un garaje me había obligado a detenerme en mitad de la cuestecilla y que cuando quise retomar la marcha no era capaz de arrancar. No lo conseguí hasta el tercer o cuarto intento. Notaba que esos momentos mi pierna izquierda no era capaz de manejar con soltura el pedal del embrague.

Es culpa de lo nerviosa que me pongo, pensé.

Noviembre 2017

Tenía que renovar el carnet de conducir. Sentada ante el ordenador del psicotécnico, sujetando las dos palancas con las que has de demostrar tu coordinación tratando de mantenerte dentro de los "carriles" de la carretera virtual, era incapaz de conseguir que mi mano izquierda me obedeciera. El ordenador no dejaba de pitar.

-Siempre he sido diestra y bastante torpe con la izquierda- le comenté al médico.

Si lo hiciera Pablo, que escribe en el móvil con los dos pulgares a toda velocidad, que juega a la Nintendo y a la Wii con las dos manos, no tendría problema, pensé. Falta de práctica, me convencí.

Diciembre 2017

Estaba en la bañera y cuando llegó el momento de lavarme el pelo me di cuenta de que solo utilizaba la mano derecha. Fui plenamente consciente, por primera vez, de que algo me pasaba, que mi mano izquierda no respondía a mi cerebro. Yo quería moverla para aclarar el champú de mi cabeza pero la mano no hacía los movimientos que yo quería que hiciera. Esto no es la edad, esto no es falta de entrenamiento, esto no es consecuencia de la vida sedentaria, pensé.

-Javier, creo que algo pasa en mi cerebro- le dije a mi marido.

Enero 2018

Estábamos en la consulta de Neurología. Las pruebas que me habían realizado confirmaban el diagnóstico que ya sospecharon en la primera consulta de finales del mes de diciembre: enfermedad de Párkinson. No quería llorar, pero lloré en la consulta. Unas pocas lágrimas que no me impidieron escuchar con atención y grabar en mi memoria las palabras del neurólogo. Y es que me contó que cada vez se dispone de más herramientas terapéuticas, que con la medicación me iba a encontrar bien durante mucho tiempo y que generalmente el párkinson de inicio temprano evoluciona más lentamente.

VIRUS INVISIBLES

Abril 2020

Hace más de un mes el Gobierno decretó el estado de alarma por la grave crisis sanitaria provocada por la pandemia del Covid-19. El microscópico virus SARS CoV-2 nos ha obligado a quedarnos en casa durante semanas. Y desde la Asociación Parkinson Galicia-Coruña, para celebrar el Día Mundial del Párkinson desde nuestro confinamiento, nos proponen escribir un relato sobre nuestra experiencia, nuestras emociones.

Con la triste noticia del fallecimiento por coronavirus de José Mari Calleja, gran periodista y mejor persona, gran conversador –¡qué placer oírle en cualquiera de las tertulias radiofónicas o televisivas en las que participaba!-, valiente, uno de los primeros vascos en llamar a ETA y a sus acólitos por su nombre –y nada más y nada menos que desde los informativos de ETB (Euskal Telebista)-, cariñoso, siempre cerca de las víctimas, víctima él mismo de la persecución de los totalitarios etarras. Con el dolor que provoca su temprana e inesperada muerte (el 24 de marzo, aniversario de la desaparición de Humberto, de Fernando y de Jorge, me había mandado por Wathsapp un “abrazote”), me he decidido a escribir este relato.

Y con las lágrimas frescas he recordado una vez más la máxima. Carpe diem, escribió Horacio. Disfruta cada día. Disfruta cada momento. He recordado, como tantas otras veces, todas las ausencias que pesan en mi alma, algunas desde mi infancia. Ausencias que duelen, pero que me han hecho fuerte. He pensado en mi madrina Fina, que murió con 23 años en un accidente de tráfico. En mi padrino Humberto, que fue asesinado por unos etarras a los 29 años. En mi padre, que solo tenía 39 años cuando un cáncer de estómago fulminante se lo llevó en cuestión de quince días. En mi sobrina María, que murió con 12 años, después de dos años de dura lucha contra otro maldito cáncer.

VIRUS INVISIBLES

Abril 2020

Hace más de un mes el Gobierno decretó el estado de alarma por la grave crisis sanitaria provocada por la pandemia del Covid-19. El microscópico virus SARS CoV-2 nos ha obligado a quedarnos en casa durante semanas. Y desde la Asociación Parkinson Galicia-Coruña, para celebrar el Día Mundial del Párkinson desde nuestro confinamiento, nos proponen escribir un relato sobre nuestra experiencia, nuestras emociones.

Con la triste noticia del fallecimiento por coronavirus de José Mari Calleja, gran periodista y mejor persona, gran conversador –¡qué placer oírle en cualquiera de las tertulias radiofónicas o televisivas en las que participaba!-, valiente, uno de los primeros vascos en llamar a ETA y a sus acólitos por su nombre –y nada más y nada menos que desde los informativos de ETB (Euskal Telebista)-, cariñoso, siempre cerca de las víctimas, víctima él mismo de la persecución de los totalitarios etarras. Con el dolor que provoca su temprana e inesperada muerte (el 24 de marzo, aniversario de la desaparición de Humberto, de Fernando y de Jorge, me había mandado por Wathsapp un “abrazote”), me he decidido a escribir este relato.

Y con las lágrimas frescas he recordado una vez más la máxima. Carpe diem, escribió Horacio. Disfruta cada día. Disfruta cada momento. He recordado, como tantas otras veces, todas las ausencias que pesan en mi alma, algunas desde mi infancia. Ausencias que duelen, pero que me han hecho fuerte. He pensado en mi madrina Fina, que murió con 23 años en un accidente de tráfico. En mi padrino Humberto, que fue asesinado por unos etarras a los 29 años. En mi padre, que solo tenía 39 años cuando un cáncer de estómago fulminante se lo llevó en cuestión de quince días. En mi sobrina María, que murió con 12 años, después de dos años de dura lucha contra otro maldito cáncer.

He pensado, pienso, en todos ellos y me digo: yo sigo aquí, yo tengo la fortuna de seguir aquí. Estoy viva. Nada me impide seguir disfrutando de la vida, aunque ahora sea una vida con párkinson.

LA VIDA CON PÁRKINSON

Lejos están las primeras semanas de desánimo, los pensamientos negativos. De esto no me voy a morir, pensé enseguida y sigo pensando dos años después. Seguro que, con la medicación adecuada, voy a encontrarme bien, muy bien, durante muchos años. Y quién sabe, pensaba y sigo pensando ahora, seguramente cuando la enfermedad avance ya habrá más remedios que limiten o controlen sus síntomas. Quién me dice que para entonces, dentro de diez, de veinte, de treinta años, de los años que sean, no se haya encontrado una cura. Son muchos, y muy buenos, los científicos que trabajan, dando lo mejor de ellos mismos, para conseguirlo.

Y en ello estoy. En estos dos años he seguido trabajando. He seguido disfrutando de mi familia y de mis amigos y saboreando los buenos recuerdos de los que ya no están. He viajado a ciudades y pueblos españoles que aún no conocía. He viajado por el norte de Portugal. He recorrido, batiendo récords de pasos, los rincones más bellos de Roma, de Florencia y de Venecia. He paseado muchísimo por A Coruña. He disfrutado en conciertos de rock, en los conciertos de Rock School Coruña con mi hijo Pablo entre los guitarristas participantes. No me he perdido ninguno de los Festivales de la Luz en Boimorto. Me he emocionado leyendo Una tumba en el aire, la novela de Adolfo García Ortega. Me he emocionado presentándola con él en A Coruña y en Vitoria. Hay tanto por disfrutar.

Y me he animado a formar parte de esta gran familia que es la Asociación Parkinson Galicia-Coruña. Tardé algo más de un año en decidirme. Temía que coincidir con pacientes en fases más avanzadas de la enfermedad pudiera afectar a mi ánimo. Pero saber que había un grupo de pacientes como yo, con párkinson de inicio temprano, me acabó de convencer. Compartir experiencias con quienes están pasando, o han pasado, por lo mismo que tú siempre es de ayuda, pensé. Y no me equivoqué.

Desde junio del año 2019 me he divertido haciendo ejercicio todos los lunes en la piscina con mis compañeros del grupo de hidroterapia. He disfrutado haciendo ejercicios en las sesiones de fisioterapia, o charlando durante los masajes. Me he reído muchísimo en algunas sesiones de logopedia. Y esperaba con ilusión el inicio del taller de nuevas tecnologías, que iba acomenzar en marzo, cuando el coronavirus nos obligó a quedarnos en casa.