

L'ABISME DE LA NOA

Hola a tots i totes! Soc la Noa i ara us explicaré la meva història de com vaig sortir de la meva depressió, ansietat i trastorns alimentaris.

Per a començar, us he de dir que jo era una nena molt alegre, però quan vaig començar l'institut tot va canviar. Jo era una nena "grassoneta". Com a l'escola no em deien res, vaig pensar que jo era molt bonica tal com era.

Quan vaig començar l'institut, les nenes a les quals jo anomenava "amigues" van fer un grup sense mi i cada vegada que volia parlar amb elles, marxaven i em donaven l'esquena. Xiuxiuejaven quan passava davant d'elles i criticaven tot de mi: les meves cames, la meva cara, el meu cos...

Un dia vaig deixar de ser aquella noia tan alegre i cada cop estava més apàtica. Vaig començar a utilitzar roba molt més gran que la meva talla i sempre intentava que no es veiés que era una "nena grassa". També em va passar factura en l'àmbit acadèmic, ja que ara sempre aprovava pels pèls. I a més a més, no em venia de gust menjar. Ni tan sols els meus plats preferits. Per culpa de tot això, només volia estar sola i evitava qualsevol conversa amb els meus pares perquè les meves "amigues" em van dir que si deia alguna cosa sobre això em farien alguna cosa dolenta. No volia que em fessin res, ja que no volia tornar a repetir la mateixa història que va començar un dia en concret i que mai oblidaré: el 2 d'abril. Sortint de classe em van agafar de les mans i em van portar al lavabo. La més "popular" va entrar a dins i em va estrènyer el coll amb tanta força que vaig pensar que m'ofegaria. Aquell dia va començar el meu abisme cap a la foscor.

La meva mare, després d'arribar al seu límit, va entrar sense picar i em va veure fent coses de les quals no us puc parlar. Li vaig dir com em sentia i tot el que em deien: paraules lletges sobre mi, que mai estava al costat de cap persona a les excursions, que anava sola a l'autocar i totes les burles que em feien. Vam estar una bona estona parlant i vam decidir que el millor per a la meva salut mental seria demanar ajut professional: una psicòloga.

Després de tant de patiment, vergonya, ansietat, ofegament i molta depressió, vaig poder superar tot el dolent que em passava. No va ser fàcil, però ha valgut la pena. He vist i he entès que la realitat de la vida no és tan sols com ets físicament, sinó com ets per dins. El més important és ser feliç. Fins aquí la meva història, la història de la Noa.

Aya El Kass 6è
Escola Marianao