

## PREMIO AL MEJOR TÍTULO “Locuratos”. Primer concurso de relatos sobre Salud Mental del Proyecto Ranquines

L. Abigail Herrera Toledo – Colegio Las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús de Salamanca

### **YO SOY, SOY... SOY JULENE**

Una vez más, lo tengo que repetir, ¡necesito que sea perfecto! No entiendo porque ellos siempre tienen que prohibirme lo que hacer y lo que no.

Creo que he olvidado decir quién soy, debería presentarme, ¡allá vamos!

Me llamo Julene tengo 16 años y mi problema es el TOC, sinceramente no es un problema, mi vida puede ser normal y soy una chica feliz, pero ,pero, pero el problema es todo lo que me rodea y la falta de conocimiento de esta enfermedad.

Antes de dar comienzo a una breve explicación, necesitaré unos minutitos para organizar todo mi esquema. Ya estaría. Podemos dar comienzo a esta explicación, bueno en realidad no, necesito repetirlo una vez más, tienen que quedar todas las hojas bien alineadas y con orden perfecto.

¿Nunca podrán quedar en el orden correcto sin cambiar de posición? ¡Si seguimos así, nunca podré empezar! Perdonadme, pero os prometo que será el último retoque.

Bueno, ¿estáis preparados para aprender un poco más de esta enfermedad?

El TOC consiste en la repetición de una acción durante las veces que lo necesites. Si no puedes repetirlo, entras en un estado de nerviosismo y ansiedad y causando depresión, angustia y estados de pérdida de noción de lo que pasa.

Convivir con esta enfermedad es muy complicado para una chica joven porque nadie te entiende y lo primero que te toca sufrir es bullying por todas las burlas y risas con las que te toca lidiar día a día, es complicado, pero se puede superar poco a poco.

Desde que era pequeña empecé a intentar llevar esta enfermedad lo mejor posible porque al principio mis padres lo veían más o menos normal, hasta que llegó un punto de mi vida en la cual me encontraba en 1 de primaria y mis padres sospechaban un poco porque no era del todo normal, mis profesores se empezaban a dar cuenta que algo no iba tan bien porque continuamente me tenían que llamar la atención por acciones repetitivas que tenía que hacer como podían ser:

- Ir varias veces al servicio sólo para limpiarme las manos porque con una vez no me valía, nunca estaban totalmente limpias.
- Muchas veces necesitaba entrar a clases y volver a salir en un momento concreto durante varias veces.

- Tachar, repetir o escribir una palabra continuamente también era una acción que necesitaba hacer durante mis clases porque seguramente una palabra estaba errónea.

Estas acciones e ideas obsesivas siempre me generaban inquietud, temor, aprensión... y un sinfín de problemas, cuando no me dejaban realizarlas.

Y este fue el momento en el cual mi pediatra me diagnosticó una enfermedad que al principio te da un poco de coraje, pero de todo se sale con ayuda.

Me supuso mucho tiempo aprender a sobrellevar esta enfermedad porque sentía que estaba siempre sola y que nadie me iba a entender. Nadie era capaz de comprender mi problema, sólo se reían o intentaban huir de mis ataques producidos por no poder repetir algo. Siempre me juzgaban tanto padres como niños por ser tan rara, siempre pensaron que estaba loca por todas las conclusiones que hacía y porque perdía el control con cada idea que tenía.

Nadie me explicó porque eran así conmigo, siempre querían huir por vergüenza o quien sabe... nunca me dieron una explicación, siempre intentaban cambiar de tema de conversación. Aunque ellos no lo sabían, esto me hacía sentir mal porque si tus padres, amigos, o profesores o quien sea intenta huir de una situación en la cual no está involucrado por algo será. Yo era la culpable, yo les avergonzaba.

Fue muy duro ser tan joven y tener tanto miedo a esa persona que se escondía detrás de aquel espejo.

Creces y te das cuenta de todo, siempre va a ser así, no puedes cambiar nada, pero hoy es tiempo de cambiar e involucrarte y ayudar al que tienes al lado tuyo. Relaciónate, interésate, aprende, sé uno más de ellos. No te apartes por miedo a las diferencias, sólo ama y cuida a todos que te rodean, ayúdanos a ser uno más como tú y no un bicho raro.

Gracias a todos los que habéis dado un poco de vuestro tiempo, sólo para entendernos y poder quitar todas las etiquetas que dañan a todos los que sufrimos una enfermedad o una diferente condición de vida, gracias.