

Seré frágil

Beatriz Esteban

UNA HISTORIA DE ANOREXIA
EN LA QUE ME DECIDÍ A VIVIR

 Planeta



Seré frágil

Beatriz Esteban

**UNA HISTORIA DE ANOREXIA
EN LA QUE ME DECIDÍ A VIVIR**

 Planeta

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal)

Diríjase a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con Cedro a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© Beatriz Esteban, 2017

© Editorial Planeta, S. A., 2017

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona

www.editorial.planeta.es

www.planetadelibros.com

© de los grafismos del interior: Marta R. Gustems

Primera edición: enero de 2017

Depósito legal: B. 24.351-2016

ISBN: 978-84-08-16515-6

Preimpresión: J. A. Diseño Editorial, S. L.

Impresión y encuadernación: Rotapapel

Printed in Spain - Impreso en España

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como **papel ecológico**

Capítulo 0

Caminaba hacia el hospital como un condenado camina hacia la horca.

La mirada perdida en el suelo, los puños cerrados a ambos costados del cuerpo, los labios secos y los ojos cansados de tanto llorar. Cada paso le asustaba. Cada persona con la que se cruzaba le parecía una sombra, una amenaza más. Los gritos en su cabeza le pedían escapar, pero no podía.

Sus padres la acompañaban, uno a cada lado de ella, como los guardias guían al condenado hasta el patíbulo. En silencio, porque sabían que cualquier conversación en aquellos momentos podía resultar incómoda. Era más fácil callar como si no hubiera pasado nada. Tampoco sabían qué decirle. Ellos también tenían miedo.

Había tenido unas semanas para mentalizarse, pero aún guardaba la esperanza de que jamás llegara aquel día, que nada hubiera pasado, que todo siguiera como antes, que dejaran que se desvaneciese en silencio. Que se destruyera, como Sofía quería. Ya no le importaba nada más.

Una parte de ella se había rendido. La otra se odiaba por pensar aquello.

Se sentía en otro mundo, como si viviera aquel momento en tercera persona. Como si ella fuese el espectador que observa con total apatía lo que sucede en el escenario.

El recuerdo de Sofía volvió a atravesar su mente. Apretó más las manos. Se cruzó de brazos, con furia. Notaba las costillas bajo su piel. Sentía que en cualquier momento podía romperse, pero a pesar de ello sabía que para su «amiga» ese hecho no bastaba.

El ascensor los dejó en la séptima planta. Las puertas metálicas se abrieron ante ellos mostrando un amplio pasillo de suelos pulcros y paredes de mármol blanco. Solamente había un banco para sentarse, una puerta cerrada y un cartel sobre ella, que decía: HOSPITAL DE DÍA. TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.

No le sirvió de nada ver por escrito las palabras que sus padres habían estado evitando durante semanas. Ella seguía sin creérselo y esperaba que todo hubiera sido un error.

Se sentó junto a sus padres, cruzándose de piernas. Bajó la mirada hacia sus muslos, cubiertos por unos pantalones oscuros, reprimiendo el impulso de rodearlos con los dedos y agarrar la piel. Miró a ambos lados del pasillo con nerviosismo y empezó a acariciarse el pelo para distraerse. Un par de tirones bastaron para que se le cayeran unos mechones, débiles. Como ella se sentía.

En ese momento apareció por la puerta una enfermera vestida de blanco de pies a cabeza. Llevaba unas gafas de montura rosa y el pelo a la altura de los hombros, como ella, aunque el de la enfermera era rubio cenizo. Dirigió la mirada a las únicas personas que se encontraban en aquella planta.

—¿Sara Soler? —preguntó, y la chica asintió—. Pasad. La doctora Torres os espera en su consulta.

La joven se puso en pie sin desviar la mirada del suelo. No quería tener que verse cara a cara con la realidad, aunque en el fondo sabía que ya no había nada que hacer.

Dejó que sus padres la condujeran al pequeño y frío des-

pacho de la psiquiatra. Tanto los muebles como las paredes eran de un color tan blanco que dañaba la vista. No lo decoraban cuadros, ni plantas, ni siquiera cortinas; solamente un corcho con papeles desordenados pinchados en él. Sentada frente a la mesa, mirando la pantalla del ordenador, estaba una mujer menuda con el ceño y los labios fruncidos. Se quitó las gafas cuando la familia entró, y forzó una ligera sonrisa.

—Señores Soler, Sara —saludó—. Sentaos, por favor. —Señaló con la palma de la mano los tres asientos que tenía ante ella.

Sara se dirigió al del centro, sintiéndose prisionera. Al sentarse se dio cuenta de que las piernas le temblaban, y de que, debido a la fuerza con la que había apretado los puños, ahora tenía la marca de las uñas sobre la piel. Le recordó a lo que Sofía había escrito. En realidad, todo le recordaba a Sofía; desde el odio que sentía hasta el tamaño de su muñeca. Desde la dura mirada de la doctora al frío mármol del hospital. Imaginó a Sofía observándola tras la tormenta que se veía a través de la ventana, riéndose. Todo aquello era por su culpa.

—Soy Marisa Torres, encantada. —Les tendió la mano a los tres para después entrelazarlas sobre la mesa—. Empezaremos con unas sencillas preguntas para la paciente, ¿os parece? —Se volvió hacia Sara, pero ella no la miraba. La doctora levantó una ceja y dirigió su atención a los papeles que tenía sobre el escritorio—. ¿Edad?

—Diecisiete —respondió Sara, hablando por primera vez. Notó que su voz sonaba más ronca, vacía, distante.

—Bien. ¿Tienes hermanos? —Negó con la cabeza—. ¿Alguna alergia, algo que deba saber? —Volvió a negar.

Después, la doctora le preguntó acerca de su historial médico, su instituto, su rutina diaria, la relación con sus pa-

dres. Su relación con la comida. Sara se limitó a responder con brevedad, notando cómo el nudo que sentía en la garganta se agrandaba a medida que pasaba el tiempo. Cuando Marisa terminó el cuestionario se recostó en su sillón, entrelazó ambas manos sobre el estómago y miró a la joven con una sonrisa pensativa. Les pidió a sus padres que se retiraran unos minutos a la sala de espera.

—Bueno, Sara, cuéntame tu historia. —Sorprendida, la chica levantó la mirada hasta fijar sus oscuros ojos sobre los de la psiquiatra. Sintió que el labio inferior empezaba a temblarle—. ¿Qué haces aquí?

La doctora había pronunciado en voz alta las palabras que Sara llevaba escuchando en su cabeza desde que había entrado en el hospital. ¿Cómo había empezado todo? ¿Cómo había terminado allí? Creía conocer la respuesta, pero sus lágrimas llegaron antes que sus palabras.

Sara pareció romperse en mil pedazos. Toda la tensión que había estado reteniendo desde que había llegado se desvaneció en un segundo; la chica se curvó hacia delante, el pelo le cayó sobre la cara, se tapó los ojos con las manos y soltó un gemido. Las manos le temblaban. Tenía frío, se sentía fría.

Sin cambiar de expresión, la doctora Torres deslizó un paquete de pañuelos hacia la muchacha. Sara levantó la cabeza sintiendo el peso del cansancio en sus hombros, y abrió ligeramente los labios para decir, con toda la rabia del mundo:

—Todo fue culpa de Sofía.



Capítulo 1

Meses antes...

Vivía encerrada en una constante y abrumadora rutina, ciega y confiada en que jamás saldría de ella. Vivía el presente sin ser consciente de los giros que toma la vida, sin avisar.

La persona que conoces, por casualidad, un miércoles cualquiera, puede ser la que transforme tu forma de ver el mundo o la que te condene. Una última discusión puede convertirse en la gota que colma el vaso. Una llamada inocente al móvil puede acabar en un accidente de coche. Un malentendido puede no resolverse nunca. Una amistad puede romperse en menos de una hora. Una vida puede apagarse y otras miles pueden estar empezando. A veces es mejor esconderse en la rutina, porque al menos sabes que con ella estás más segura. No hay subidas ni bajadas, idas ni venidas. No hay nada que pueda sorprenderte, pero tampoco hay nada que pueda hacerte daño.

—Pues qué quieres que te diga, Sara... Quien no arriesga no gana. —Esa era la respuesta de Clara siempre que sacaba el tema.

—¿Y para qué ganar más si ya estás contenta con lo que tienes?

—Eres una sosa.

—Y tú una cabezota —contesté con una sonrisa.

Había conocido a Clara mucho tiempo atrás, mientras nos llenábamos las manos de pintura en el parvulario. Por

aquel entonces éramos mucho más parecidas, pero el paso de los años se había encargado de perfilar nuestro carácter, y la gente había empezado a preguntarse cómo dos personas tan distintas podían llevarse tan bien. Quizás lo hacían porque no nos veían cuando estábamos juntas, cuando adivinábamos lo que la otra pensaba y nos reíamos hasta llorar. Ellos se quedaban con lo externo, con el hecho de que Clara irradiaba luz allá donde fuera, la barbilla siempre alta y el cabello rubio cayéndole como una cascada por la espalda; mientras que yo era la chica que iba detrás, aquella a la que tenías que mirar dos veces para darte cuenta de que estaba ahí. La que pasaba desapercibida. La que era invisible hasta que su amiga le hablaba.

—Voy a añadirlo a mi lista de «diecisiete cosas que aprendí antes de los diecisiete» —dijo Clara aquella noche, recostándose sobre la almohada.

Era uno de tantos sábados en mi casa con una caja de pizza vacía sobre la mesa, la televisión encendida después de haber visto una película que nos había hecho llorar y mi cama —llena de peluches, cojines y mantas— preparada para una noche en la que dormir no era nuestra prioridad.

Aquellos días eran una tradición desde que habíamos empezado secundaria.

—¿El qué? ¿Que eres una cabezota?

—Muy graciosa.

Me incliné sobre la cama para echar un vistazo a su libreta y suspiré.

1. *La única manera de cambiar las cosas es arriesgándote. No tengas miedo.*

—La última vez que te arriesgaste le rompiste el corazón a David —dije con los labios fruncidos.

—Eres una exagerada. —Me quitó la libreta de las manos y siguió escribiendo—. Además, eso fue hace ya más de un año. Las cosas han cambiado mucho. Y al final lo que cuenta es que ahora estamos bien, ¿no?

—Él lo pasó muy mal, Clara.

Ella puso los ojos en blanco y bajó los hombros.

—David es un tío fuerte e independiente, ya lo sabes. —Se apartó un mechón de pelo de la cara con la mirada fija en la libreta—. Me cuesta creer que una chica sea capaz de hacerle daño. Y más que esa chica fuera precisamente yo. Nos conocemos desde hace mucho, él ya sabía dónde se metía.

Tuve que recordar que Clara no había estado ahí en la época en que David había empezado a sentir algo por ella. No había estado cuando él me lo había contado a mí, y me había pedido consejo y ayuda. No había estado cuando se pasaba horas hablándome de ella, de lo fantásticos que eran sus días, y de cómo se acostaba con una sonrisa cada vez que era Clara quien le daba las buenas noches. No había estado cuando, con el tiempo, había empezado a preocuparse por su lejanía y a cansarse de discutir y de no tener claro qué era lo que ella pretendía. No había estado todas las noches que se había quedado hablando por teléfono conmigo, con una impotencia que le quebraba la voz. No había estado cuando lo habían dejado, cuando él se había culpado semana tras semana, cuando ante los demás sonreía y conmigo se quitaba el disfraz. Cuando me confesaba cuánto la había querido, cuánto había soñado estar con ella, cuánto le dolía que todo hubiera acabado y no haber sido más que un entretenimiento para ella. No había visto cicatrizar las heridas de David ni cómo alrededor de él se había forjado un muro que no permitiría que nadie volviera a cruzar, solo había dejado una pequeña ventana para mí.

Clara solo había estado cuando David se volvió ese «tío fuerte e independiente» que ella veía. Cuando todo volvió a la normalidad casi por arte de magia, sin ninguna secuela.

—¿Mejor? —preguntó, y me tendió la libreta de nuevo.

1. *La única manera de cambiar las cosas es arriesgándote. No tengas miedo.*
2. *Nada de volver a salir con un chico si dudas de si es solo un amigo o algo más. ¡Especialmente David!*

—Tranquila, te lo dejo todo para ti —remató alzando las cejas e inclinando la cabeza hacia el nombre de David. Conocía bien esa mirada.

—No, Clara, por favor, no empieces tú también...

Sabía que estaba pensando lo mismo que el resto del mundo. Chico conoce a chica. Chico y chica se hacen amigos, muy amigos. Chico y chica crecen juntos e, irremediablemente, solo por ser chico y chica y solo por quererse, chico y chica acaban siendo novio y novia.

Pero no. David y yo no éramos así.

David y yo a veces éramos como el agua y el fuego, como el blanco y el negro; y otras veces nos sorprendíamos siendo gris. Nos conocíamos mejor que a nosotros mismos. Tanto que yo era capaz de ver que sus ojos decían que ya había sufrido bastante, que ya le habían hecho mucho daño en el pasado y que yo era una de las pocas personas que en quien confiaba para que no se lo hicieran de nuevo. No podía defraudarlo y tampoco quería. Iba a conocer a muchos chicos a lo largo de mi vida, vendrían y se irían, dejándome con dolor en el corazón o con recuerdos efímeros. Pero David seguiría ahí para escucharme, reírse de mi romanticismo o amenazar a quien jugara conmigo. Lo sabía. No quería perder aquello.

Así que sí, chico conoce a chica. Chico y chica se importan, chico y chica se quieren. Y la historia acaba ahí.

Le cogí el lápiz a Clara, y escribí:

3. *El mundo no gira alrededor de los chicos, ni alrededor de los novios que tengas, las notas que saques o lo bien que caigas a los demás. Recuérдалo. La vida es mucho más que eso.*

Dos días antes de su cumpleaños, la lista de Clara seguía incompleta, y las frases que la formaban iban desde ideas profundas tras noches de mucho pensar hasta trucos para aprobar matemáticas. Aquel último consejo surgió en uno de los descansos del instituto, cuando David se deslizó hacia nuestra mesa en mitad de la conversación.

—Buenos días. —Sonrió. Se inclinó sobre la mesa e hincó los codos. Al verle al lado de Clara no costaba entender por qué alguna vez los habían tomado por hermanos: ambos compartían el mismo cabello dorado y destilaban una seguridad en sí mismos que no abundaba en el instituto—. ¿He interrumpido una charla de chicas?

—Has interrumpido una charla de matemáticas —contesté. Clara resopló, echó la espalda hacia atrás y se cruzó de brazos—. ¿Quieres unirte?

Su rostro habló por sí solo.

—En realidad solo vengo de mensajero. Silvia te estaba llamando antes, Clara.

La susodicha enarcó una ceja.

—¿Silvia?

—Sí, algo sobre Javi o sobre el trabajo de historia o yo qué sé. —David le quitó importancia con un gesto de la mano—. No me he enterado mucho, la verdad. Son cosas vuestras. Pero parecía importante.

Tras unos segundos de dudas y suspiros, Clara acabó por levantarse de la mesa.

—Acuérdate del punto tres de la lista, ¿eh? —le dije dándole un codazo.

—Y tú del dos. —Me dedicó una media sonrisa y luego se despidió con la mano.

Me dirigí a David en cuanto la chica desapareció tras la puerta.

—Adivino: ¿te has inventado lo de Silvia?

—Solo la mitad. La tengo en la otra clase haciendo de anzuelo.

—No sé cómo Clara no se da cuenta de que mientes. Te delatas tú solo. —Era incapaz de mirar a los ojos cuando mentía. A veces, también se frotaba el cuello.

Y cuando sabía que yo tenía razón, como entonces, simplemente sacudía la cabeza y alzaba las cejas. Al sonreír se le marcaba un hoyuelo.

—Bueno, escucha —dijo cambiando de tema, y se inclinó un poco más hacia mí—. Tenemos tres minutos antes de que suene el timbre y empiece la clase.

Incliné la cabeza, y entonces fue David quien leyó mi rostro.

—Sara, la fiesta. Clara. Diecisiete años. ¿Recuerdas?

—Ah, sí.

—Ayer hablé otra vez con sus padres y está todo confirmado. Ellos dejarán a Clara en casa a las ocho y el resto correrá de nuestra cuenta.

—Genial. —Su sonrisa contagió la mía—. Oye, David, gracias por montar todo esto. A Clara le hará mucha ilusión y sabes que a mí estas cosas...

—Lo sé, lo sé —me interrumpió cogiéndome de la muñeca—. No me tienes que agradecer nada.

A veces creía que Clara no se daba cuenta del regalo que era tener a David en nuestras vidas. Que, a pesar del dolor

y de todo lo que le había hecho pasar, era capaz de olvidar el pasado y preocuparse por ella de la misma forma en que lo había hecho antes.

Me sorprendí al encontrarme con la vista clavada en nuestras manos. Sacudí la cabeza, tratando de centrarme. El tiempo antes de que Clara volviera volaba.

—¿Habrá mucha gente? —pregunté.

—Todos sus amigos.

—Es decir, medio instituto.

Él se encogió de hombros y yo volví la cabeza para contemplar el aula. Irían Javi y su panda de amigos, de los cuales solo sabía que se pasaban las clases hablando y mandándose notas por debajo del pupitre como si aún siguieran en primaria. Irían también Natalia y Ana, las chicas con las que Clara iba siempre de compras, solo se hablaban para eso. Irían también aquellas con las que salía a las discotecas los sábados que no pasaba en mi casa, las mismas que ahora formaban un círculo al final de la clase.

A su lado estaba Sofía, sola, leyendo. Ella seguramente no iría.

—Podríamos invitar a Sofía. —David arqueó una ceja, confuso—. Sofía Valls. Es la chica de ahí atrás, la pelirroja. —La señalé con un movimiento de cabeza—. Llegó al instituto en septiembre y siempre está muy sola. Si la invitamos podría hacer amigos.

David se quedó mirándola justo cuando el timbre que marcaba el final del descanso comenzó a tocar. Vi a Clara aparecer por la puerta en un pestañeo, y lo mismo hizo David, que soltó mi mano y se separó del pupitre.

—De acuerdo, pero si Clara pregunta es tu invitada.

Se volvió a su clase despidiéndose de las dos con la mano. Yo eché un último vistazo a la pelirroja que se sentaba en la última fila, antes de que el profesor comenzara su clase.

Ojalá alguien me hubiera avisado de que conocerla solo iba a traerme problemas.

Ojalá alguien me hubiera parado.

Me acerqué a la mesa de Sofía dos horas después. Ella seguía leyendo. Me dio tiempo a ver que la mano le temblaba ligeramente antes de que la escondiera en la manga de su jersey. Debía de tener frío. La mitad de su rostro quedaba oculto por sus cabellos, que caían lacios y finos como si fueran un velo. Llevaba una bufanda que le llegaba hasta el labio inferior y un suéter de lana, a pesar de que la mitad de la clase seguía llevando camisetas de manga corta.

—Hola, Sofía —saludé sonriéndole.

Ella alzó la mirada. Tenía los ojos azules, helados, vacíos. Mi primer impulso fue alejarme de ella, pero no lo hice. La chica era guapa y, sin embargo, había algo en ella que no encajaba. Algo que parecía que no funcionaba bien. Quizás eran sus ojeras, el frío de su mirada o la extrema palidez de su cara. Tenía los labios cortados y parecía que estuviese cansada. Cansada de vivir.

—Hola. —Su expresión no cambió—. Sara, ¿verdad?

—Sí. —Intenté no perder la sonrisa. Giré la silla que tenía enfrente Sofía para poder sentarme de cara a ella—. Se te ve muy atenta para ser nueva. Qué memoria. —Reí con suavidad. Volví a callarme al ver que no acompañaba mi risa y apreté los labios—. Bueno... Entonces, ¿sabes también quién es Clara? —Ella asintió—. Vamos a celebrar su cumpleaños este sábado. Es una fiesta sorpresa. ¿Te gustaría venir?

Bajó la vista de nuevo a su libro.

—Pero si no conozco a nadie —murmuró.

—La mitad de los que se hacen llamar sus amigos tampoco. —Me pareció ver una pequeña sonrisa surcando su

rostro. O quizás fuera una mueca—. Además, es una buena forma de conocer gente. ¡Y de pasarlo bien! Yo no soy muy fiestera, pero estoy segura de que va a ser una noche genial. Puedes venir conmigo. Las dos estaremos igual, créeme —dije con una sonrisa.

Sofía parecía algo incómoda, pero noté cómo se relajaba a medida que yo hablaba. Dejó de mostrarse a la defensiva, lo que traduje como una señal de que empezaba a plantearse la idea de ir.

—Vamos, vente.

—No creo que nadie pueda llevarme —murmuró.

—Excusas —dije agitando la mano para quitarle importancia—. Estoy segura de que mi madre se ofrece a llevarte, y a recogerte también. No serías la primera con quien lo hace. ¿Qué te parece?

Ella se encogió de hombros.

—¿Eso es un sí?

—Supongo —suspiró.

—Perfecto —Dejé que mi sonrisa naciera. Cogí la libreta más cercana que encontré y arranqué una hoja, para después pasársela a la chica—. ¿Me apuntas tu dirección?

Sofía agarró un bolígrafo y lo hizo. Y como si se tratara de un contrato, aquella conversación fue el primer grillete de la cadena que me ató a ella.

