Societat | Sílvia Berbís | Actualitzat el 18/12/2021 a les 16:17

Nadina Miró: «Els malalts mentals el que demanem és comprensió i afecte»

Esta ampostina de 72 anys explica la seua experiència vital des que va saber que patia esquizofrènia quan era menor d'edat



Nadina Miró patix esquizofrènia des que era menor d'edat. | Cedida

La Nadina Miró és una valenta. Als 17 anys va saber que a aquell patiment que sentia dins se li'n deia esquizofrènia. Ara en té 72 d'anys i va a l'institut d'Amposta a estudiar francès i a l'Associació de Familiars de Malalts Mentals a les Terres de l'Ebre per fer totes les activitats que li agraden. Durant tota la vida no ha dixat de lluitar i de trencar murs. Diu que escriure el que li passa ha estat un puntal per superar-se, i que el més important per als malalts mentals com ella és la comprensió i l'afecte.

Com ha canviat la percepció que es tenia de les malalties mentals de quan li van diagnosticar a vostè una esquizofrènia sent molt jove fins avui 72 anys després?

En aquells anys quan em van diagnosticar era una esquizofrènia forta, amb els tractaments actuals i seguint les pautes de la doctora Zapater ara puc dir que és lleu. He millorat molt tots aquests anys.

S'havia pogut arribar a pensar que una malaltia com és l'esquizofrènia li podia arribar a

afectar algun dia?

Mai de la vida vaig pensar-ho. Quan vam anar al psiquiatra jo no sabia ni que era ni que existien. Jo era jove i li vaig dir a mon pare que em portés a un metge perquè jo no em trobava prou bé. En aquells temps em va fer firmar un paper per donar l'autorització per internar-me quinze dies i em van començar a donar medicaments molt forts que m'adormia i m'adormia. Llavors ho llençava i m'ho havien de donar ells.

Inicialment, quins símptomes va notar quan va dir als seus pares que no es trobava bé?

Després van venir les veus però inicialment em donava la culpa de moltes coses i em preguntava perquè. Que m'havia pogut passar? No parava de preguntar-me el per què? I m'ho posava al cap.

Ho van entendre els seus pares, els seus grups d'amics...?

No, en un primer moment no ho va acabar d'entendre. Abans que em diagnostiquessen la malaltia qui ho entenia millor que ningú era el meu pare, i m'ajudava en tot, em portava aquí i allà. Una vegada vaig caure malalta ni ell, ni la mare, ni ningú ho entenien, ningú, i jo em desmaiava, em quedava com a morta. El meu pare clar, llavors quan li feia alguna malifeta em pegava de tant en tant. Llavors encara em trobava més malament.

Realment el diagnòstic va ser un cop dur per a vostè sobretot, però suposo que per a ells també, no? Sovint es parla del que patixen també els familiars.

Sí. Ells van patir molt tota la vida pobrets. Mons pares ja van morir, però la meua germana encara patix i em fa patir a mi, ja que ella pateix del cor i té les seues pròpies malaties i li voldria estalviar. És tal la incomprensió familiar del principi que si feia alguna cosa malament que no procedia, ho tapava, els mentia per evitar que et maldessen. Com més mentia més m'embolicava i més gran es feia tot.

La medicació que li van donar llavors li va anar bé. Va notar millora? Com va evolucionar?

Em va diagnosticar el doctor Ginovart i em donaven, van arribar a donar-me tretze pastilles i 30 gotes diàries. Anava morteta. A més em havia de prendre l'Efortil perquè sempre estava baixeta de sang (tensió). Segons quin metge encara te'n donava més i no acabaves de remuntar per poder fer una vida normal. Finalment buscant la meua millora, el meu cosí em va portar a un doctor de Barcelona. Mon cosí va dir si tens esquizofrènia jo t'ajudaré, però si no et donaré 3.000 pessetes i te n'aniràs a Andorra, et poses a treballar i t'apanyes. Com me n'havia d'anar jo tota sola a Andorra? I sí, tenia esquizofrènia. Em va fer un paper per al doctor Ginovart dient que a l'entrar a la consulta ho fes jo sola sense ma germana i la meua mare per poder contestar obertament al que em sentia o al que em passava. Que pugues parlar en ell, ja que elles no em deixaven explicar res. A partir de llavors vaig millorar molt, em vaig sentir lliure per explicar sense vergonya que em passava. A mi el que també m'ha anat també molt bé anar escrivint en un paper tot el que anava passant per explicar als metges.

En tot estos anys s'ha anat escrivint amb el metge?

Clar, amb tots, m'ha anat molt bé.



Foto: Cedida

Com li va canviar la vida esta malaltia, l'esquizofrènia?

De la nit al dia em va canviar. Jo soc una persona a la qual m'ha agradat sempre estudiar. Jo estudiava, feia anglès en aquells anys, als catorze o quinze. Havia fet francès al Batxillerat. M'agradava molt llegir, feia un munt de coses. També sortia amb les amigues. En caure malalta mons pares, m'ho van prohibir completament tot. No em deixaven anar sola ni a la porta. Havien amistats que venien a casa en busca dels meus pares a veure què em passava... ells ho acabaven ràpid. Se'm va acabar tot. També el treballar, ja que jo treballava a una carnisseria i al camp amb mon pare, que eren les coses que podia fer perquè era treball de casa.

Al llarg de la seua vida ha fet més faenes, no?

Abans de caure malalta havia fet de secretaria i de relacions públiques. I per Barcelona em van donar una màquina per cosir a motor i com a mi en la vida m'ha agradat cosir sol vaig treballar una tarde a una modista. No em va agradar gens. També allí a Barcelona estava en unes mongetes i feia el que em deien.

Quins puntals la van ajudar a tirar endavant tot i la malaltia?

Escriure com vos he dit però sobretot la família. La meua germana quan estem de bones i no ens barallem i sobretot mons nebots que m'estimen molt. Els metges i ara també a l'Església que m'ajuden molt.

Respecte al canvi de percepció de sons pares a sons nebots. Nota el canvi de mentalitat per tractar la malaltia?

Clar que sí. A part me'ls he criat molt als meus nebots per ajudar a ma germana a què pugues anar a treballar a l'oficina. Una vegada van ser grans i arran d'una discussió me'n vaig venir cap a Amposta. Vam arreglar el pis d'Amposta i tinc als meus nebots al costat i no pateixo cap temor que al principi en vaig passar molta, ja que em tocaven al timbre de nit i em va agafar temor.

Si hagués d'aconsellar a una persona que no ha patit cap malaltia mental ni cap etapa dolenta com tractar a una persona que ho està vivint com ho faria? Què li semblaria important dir-li?

Jo els hi diria que tinguen molta paciència, molta comprensió i que l'estimen molt encara que a vegades no entenguen si fem coses estranyes.

Per part de la gent, creu que teniu prou suport o tot contínua igual?

Abans no gens, ara sí. Jo crec que avui dia la majoria de la gent és comprensiva. Sempre hi ha alguna excepció. La gent ara ho entén millor i et volen ajudar més i trobes més suport del voltant que anys enrere. Abans la gent parlava molt, s'inventen coses si sabien que un estava malalt, ho feien més gran tot del que era. La gent ha canviat i la joventut encara més. Ara faig francès a l'Institut i sempre hi ha alguna persona que diu: iaieta que fas per aquí? Però en general em cuiden i gaudixen en mi. A vegades em poso a fer conversa en francès i m'ajuda molt a aprendre i a fer moure el cervell.

Nadina que ha estat per a vostè el pitjor de patir la malaltia, els pitjors obstacles amb els quals s'ha trobat i ha hagut de superar?

Els pitjors obstacles segons quines amigues he anat fent, sempre hi ha alguna que et fa mal per no entendre com sents. Si t'ho passes al cap et fas un fart de plorar fins que un dia agafes força i dius: això jo no faré més cas ni ho escoltaré. Llavors, ja t'ha passat tot.

Què li aconsellaria a algú a qui li acaben de diagnosticar una malaltia com la seua o qualsevol mena de malaltia mental? Com s'ho ha de prendre?

Ho han d'agafar amb molta paciència, no amb reassignació perquè han d'esperar i lluitar per estar cada dia una miqueta millor i si reben incomprensió o insults, que no s'ho queden, que no els faça mal, que moltes vegades no entenen el que un ha viscut i si ho saben són més comprensius i es posen a la teua pell. Abans tot era molt difícil, però avui dia pots aconseguir que esta persona que no t'estimava, t'estime.

També podem pensar que a tothom ens pot passar, no és així?

Sí, a tots ens pot passar per entrar a pensar massa o posar-se les coses al cap no ajuda gens. Ma iaia sempre pensava que jo havia caigut malalta per massa estudiar i només que em veia agafar un TBO ja me'l prenia i em feia cosir.

També va al Club Social de l'Associació de Familiars de Malalts Mental de les Terres de l'Ebre, que hi feu i per què li agrada anar-hi?

Allí fas molt bones amistats. Ens comprenen molt. Com tots estem malalts hem patit vivències similars tot i ser malalties diferents, i comprenem que el fons de la vivència és el mateix. Entre nosaltres ens ajudem. Reps estima de la gent, l'altre dia la meua companya Neus em va cosir un bolset. Crees uns vincles molt bonics. I ens respectem uns als altres. També tenim el suport d'una psicòloga de Tortosa i ens va molt bé parlar almenys a mi m'ajuda tant o més que la medicació, a vegades més. Al Pere Mata també ens ajuden molt. I esta xica quan parles i li contes les preocupacions la medicació t'assossega. En canvi, si no parles empitjores, necessites més medicació, t'adorms. És molt important com ens ajuden i escolten.

Li agrada que enguany s'haja dedicat una Marató com esta per recaptar fons per estudiar les malalties mentals i trencar els estigmes que hi ha al voltant?

Moltíssim, jo tenia un viatge i ho vaig dixar tot per estar este diumenge 19 participant de les activitats de la Marató i visibilitzar la nostra realitat sobre què significa patir una malaltia mental o acompanyar a una persona que la té.