

Salut mental

Félix, amb pas ferm



Sílvia Cópulo

«¿Per què hauria de dormir si el dia pot durar més?», es preguntava Félix Soria, operador logístic en una cadena de producció automobilitàtica. Eren els temps en què passejava per Barcelona amb una síndria sota el braç, simbolitzant la terra. Avui 300 persones l'escolten amb respecte i en silenci. Celebrem la tercera edició de la jornada *Salut mental i jo*, organitzada pel Grup Som Via al Col·legi de Metges de Barcelona.

Amb la més gran naturalitat i bon humor, m'explicarà que està diagnosticat d'un trastorn bipolar. «Ara estic eutímic. ¿No se'm nota?». Ell riu i tots riem; el que sap, que bé que es coneix. Quan es troba en el que denomina el procés de passar de dolç a una sensació vital

llaminera, que de tan plaent voldria que no s'acabés mai, escriu un correu al seu psiquiatre i acorden modificar la medicació. «És clar que m'avinc amb ell, pel que m'hi va», deixa anar, divertit. I tornem a somriure.

¿Què en sabem de la malaltia mental? Poc. I ens fa por. Des de fa vuit anys el Félix i altres persones amb diagnòstic mental, de totes les edats i condicions, fan xerrades a adolescents en centres educatius, explicant-los en primera persona qui són, les seves capacitats i les seves il·lusions en el programa *Ments despectives*. «Se li ha de donar la naturalitat més gran a una malaltia crònica i recurrent que m'acompanyarà tota la vida», em dirà desdramatitzant. I sintetitza: «En ple brot maníac, estàs

fora». Escoltant-lo, el puc comprendre. Aquest és l'aprenentatge. El sento com una persona completa. La malaltia no el defineix. El seu coratge, sí.

Avui el Félix està estudiant un mòdul d'Integració Social. Vol disposar de més coneixements per vincular-se al màxim a la salut mental i ajudar altres persones amb diagnòstic. «He guanyat molts punts; m'he empoderat. Jo era un naufrag que arriba a la vora del mar». I es pregunta que i ara què. «Ho he passat molt malament en els set anys que vaig viure sense saber què em passava. Ara dispo del meu equip de salut mental. Són com un caminador, però el qui camina amb pas ferm soc jo».

Gràcies, Félix. ■

Escoltant-lo, el puc comprendre. Aquest és l'aprenentatge. El sento com una persona completa. La malaltia no el defineix. El seu coratge, sí.