

Començar de nou

La depressió postpart: un trastorn silenciós

Vaig obrir els ulls. Encara estava mig endormiscada a causa de l'epidural. Era el meu primer part i no vaig saber prendre les meves pròpies decisions amb certa convicció.

Un cop vaig arribar a la sala de parts de seguida em van posar l'anestèsia. Les meves projeccions de què faria i diria en el moment d'arribar en aquell espai es van esfumar. No vaig ser ferma. Només assentia amb el cap. Em van posar l'epidural, amb el meu consentiment, i a partir d'aquell moment ja no vaig sentir res. Absolutament res. Em ressona en el meu cap l'“empeny” de l'afable infermera que em va acompanyar durant tot el procés i la meua resposta era sempre la mateixa: “no noto les cames, no controlo el meu cos”. No era com ho havia imaginat, però finalment va sortir el seu cap pelut i me'l van posar en el meu pit. Les llàgrimes van començar a vessar per les meves galtes rosades. Vaig mirar al meu costat i el meu marit, que no em va deixar en cap moment, també estava superat per l'emoció d'aquell màgic instant. No ens sortien les paraules. Només podíem mirar a la Gina i entendre que, de cop i volta, sense saber com, s'havia convertit en el més important de les nostres vides. No em volia desenganxar d'ella. La seva boca menuda ja cercava el meu mugró i començava a deixar les primeres xuclades al voltant de l'arèola. Però jo era feliç.

El plor de la Gina, arraulida en el seu diminut llit de l'Hospital, va fer que despertés dels meus records de fa només unes hores. El seu lament era constant des que ens havien portat a l'habitació del centre hospitalari. El meu marit, en Marc, estava enganxat al mòbil a fora de l'estança. Estava comunicant a tothom que ja érem pares i estic convençuda que també aprofitava per mirar i remirar twitter i posar-se al dia de l'actualitat. No era el que necessitava en aquell precís

moment. El meu company havia d'estar al meu costat. Jo no sabia què fer, ni com calmar-la. No podia moure'm del llit per agafar-la perquè els punts de l'episiotomia no m'ho permetien. Cada vegada que intentava girar-me notava un dolor espantós a la meva vagina. Tants llibres que vaig llegir, tantes llevadores que vaig escoltar, tants ginecòlegs que vam visitar, però ningú em va dir que em sentiria així. Tenia el meu marit connectat amb no sé qui, però no amb qui ho havia d'estar en aquell instant, i jo em sentia sola. Estava sola. I amb un dolor constant que no marxava. I, és clar, amb una nena que no parava de plorar. No tenia forces. No sabia què havia de fer. De manera inesperada, vaig sentir un plor ofegat. Era el meu.

Sense saber com vaig arribar a pressionar un botó perquè vingués la infermera. Va agafar la petita i me la va acostar perquè li donés el pit. La nena portava més de quatre hores sense menjar i, probablement, tenia gana. No tenia forces, però vaig arribar a entonar un "no". No volia donar-li el pit, no volia agafar-la i no volia que plorés més. Només necessitava tranquil·litat. No entenia què m'estava passant.

La Gina no va ser fruit d'una nit apassionada de sexe amb el meu marit. D'aquelles nits que recordes. No. Ella va formar part d'un procés llarg, de més de tres anys, de tècniques de reproducció assistida. D'un procediment terriblement delicat per a la parella i, especialment, per a mi. De molts moments de pressió, de llargues esperes i de pèrdues d'esperança. Però, finalment, quan tot era negre, quan no esperava ja res, va arribar el test positiu. I això va fer que recuperés la il·lusió. Amb mi, amb la vida, amb la meva parella. I en aquell moment vaig decidir que seria la millor mare, dona, treballadora del món. Ho volia tot. Però no me n'adonava que no podia amb tot. Era allò el que m'havien ensenyat, no? Que havia de convertir-me en una dona tot terreny. Cuidar de la meva parella, fer-la feliç, convertir-me en mare i entrar en aquell món tan idíl·lic del que sempre havia volgut formar-

ne part i també créixer professionalment. Per què tants objectius inabastables?

La infermera va tocar-me l'espatlla amb suavitat i vaig tornar en si. Sostenia la nena, més calmada, i el meu marit estava al seu costat immòbil contemplant la situació. Em va tornar a dir que agafés a la nena i jo li vaig replicar que ja no la volia, que no em feia feliç. No sabia com, però sí, aquelles dures paraules van sortir de la meva boca. El meu marit es va trasbalsar en escoltar el que vaig dir i la infermera insistia. No podia. No.

En Marc va començar a bramar. Estava fora de si. Volia que agafés la petita. No vaig retenir massa el que em deia, però crec que va arribar a dir-me que no seria una bona mare. Això em va colpir. "Bona mare". Potser no estava preparada per ser-ho. Potser tots els intents d'in Vitro eren una senyal perquè no continués, perquè ho deixés estar. No totes les dones estan fetes per ser mares, no? Potser m'havia equivocat i no havia d'haver seguit amb el procés. I si tenia raó? I si no seria una bona mare?

La infermera em va comentar que, si els donava permís, provarien de donar-li llet de fórmula i que, quan estigués preparada, podria donar-li el pit. M'era indiferent. A mi, una absoluta defensora de la lactància materna, no em molestava que li donessin un biberó a la Gina. En Marc seguia emprenyat. Ja més calmat estava en una butaca, encara amb el mòbil, xiuxiuejant impropis. Era la infermera qui li donava el biberó a l'altre costat de l'habitació. Un cop va acabar me la va ensenyar, ben adormida, i la va deixar, amb cura, en el seu llit, i va marxar.

Doncs ja està. Això era ser mare. No ho sabia fer. Només plorava i estava ben arraulida al llit, pensant que tot això, en un moment o un altre, passaria. En aquell instant van picar a la porta. Va entrar una metgessa que no havia vist fins aleshores i es va presentar. Em va dir que era psicòloga i que venia a parlar amb mi.

- Psicòloga? - li vaig replicar amb la mirada trista i sorpresa.
- Això és el que necessites, que et mirin bé el cap - va bramar en Marc des de la seva trona.
- Perdoni, necessito poder parlar amb la seva dona amb tranquil·litat. Pot marxar un instant de l'habitació? - li va dir aquella psicòloga al meu marit.

De fet, va ser la seva oportunitat per escapar-se. Sense dir res, va marxar de l'estança i ens va deixar soles. Ella, la nena i jo.

L'Anna em va tractar amb molta delicadesa. Així es deia. La seva presència em reconfortava. Em va explicar que era normal el que estava vivint, el que estava sentint, i que això no implicava que fos pitjor mare. Bàsicament, deia, era una etapa per la qual algunes dones passaven, de no saber fer-ho prou bé, de sentir-se soles i no saber com actuar amb el seu fill i, aleshores, el món els queia a sobre.

Li volia preguntar que, per què m'havia tocat a mi, que jo desitjava terriblement tenir una filla, abraçar-la, cuidar-la i estimar-la. En lloc d'això, només podia plorar i no podia expressar el que sentia. Estava molt espantada, sola i la meua resposta era el plor.

L'Anna va estar més de mitja hora al meu costat parlant-me amb moltíssima tendresa i donant-me suport. Segurament era el que necessitava en aquell moment. Em va dir que tornaria i que m'ajudaria en tot aquell procés, que estaríem juntes i que me'n sortiria. Això em va alleujar una mica. Potser era el que requeria: una persona que estigués de veritat al meu costat. Em plantejava que potser no tenia aquella figura amb mi. I si no era en Marc?

Em va acaronar la cara i es va acomiadar. Mentre marxava, jo vaig aconseguir dir-li un "gràcies" baixet i clar. Es va girar i va somriure.

Em vaig quedar, de nou, sola a l'habitació. La nena va començar a moure's i a gemegar. Vaig mirar cap a la porta i no apareixia ningú.

Encara pensava el mateix. Tot i que l'Anna havia fet remoure'm els sentiments, seguia sense massa forces. Vaig intentar incorporar-me a poc a poc suportant el dolor dels punts. Em vaig atansar al llit de la petita i la vaig veure. Em va mirar fixament. La vaig agafar amb suavitat i la vaig estirar amb mi. La Gina va parar de plorar. Estàvem una al costat de l'altra. Pell amb pell. Jo estava tranquil·la i vaig entendre que en aquell instant havia de començar tot de nou. Ho aconseguiria. La Gina i jo. Ens en sortiríem.