

## Iratxe Osoro

# «Anorexia duten gehienak besteez arduratzen diren emakumeak dira»

Arazoi pertsonalak eta sozialak tarteko animatu da Iratxe Osoro jendaurrean anorexiar hitz egitera: batetik, fase bati agur esateko, eta bestetik, gaiaren inguruko isiltasuna hausteko. Hitz egin dezagun, bada.



Danele Sarriugarte Mochales

@daneleSM

ARGAZKIAK: DANI BLANCO

**Normalean, kazetariok jo ohi dugu elkarriketatuengana. Kasu honetan, ordea, zuk egin zenuen nigana. Zer dela-eta?**

Kazetaria baino zerbait gehiago bazara, eta uste dut laguna izanda errazagoa izan zela pausoa ematea: konfiantza daukagu, askotan egin dugu berba gai honen inguruan eta, bueno, momentua iritsi zen. Napoka Iria taldearen agur-kontzertura joan ginenean konturatu nintzen etapa berriak hasteko beharrezkoa dela aurrekoari agur esatea. Inflexio-puntu bat izan zen: erabaki nuen anorexiari agur esatea elkarriketa baten bitartez.

**Gizarteari zure esperientziaren berri emateko premia sentitzen zenuen, ezta?**

Bai. Alde batetik, maila pertsonalean etapa ixteko beharra nuen, eta bestetik, behar sozial bat sentitzen nuen, zeren anorexia oso gai tabua da: normalean, ikertzaileek egiten dute berba gai honen inguruan, baina guk geuk ez dugu hitz egiten, eta nik uste dut beharrezkoa dela arazo oso ohiko eta normalaz ari garelako. Adituek ez ezik anorexia bizi izan dugunok hitza hartzea oso garrantzitsua da.

**Tabua dela diozu, baina era berean, barra-barra hitz egin izan da anorexiar.**

Hein batean kontraesan bat da, zeren, azkenean, gai hau egunerokotasunean ikusten dugu, kasu pila bat daude, eta asko hitz egiten da horri buruz, baina soilik morboa sortzen duen aldetik. Gero errealitateari ezikusia egiten zaio. Gaixotasunaren errealitatea da tabua. Jendeak erraz komentatzen du hau edo beste anorexiar dela, baina gero lana bilatzeko orduan, ikasketak egiteko orduan, bidaiatzeko orduan sortzen diren egoerak tabu bihurtzen dira, eta diskriminatu egiten dugu pertsona.

**Zer da anorexia zure hitzetan?**

Nik uste dut anorexia gauza asko direla. Alde batetik zure espazioa mantentzeko era bat da. Zure bizitzan nahi beste sar daiteke jendea, baina jaten duzun horretan ez, orduan, jendeak zure espazioa hainbeste inbaditu duenean, zure espazioa zaintzeko era bakarra edo bakarrenetako bat izan daiteke elikadura.

Beste alde batetik, errebelatzeko era bat da. Hainbat terapeutaren arabera, adibidez, Kalkutako Teresa anorexiar zena. Orduan, helburu bat lortu nahi du-

zunean, batzuetan era desegokian edo zure buruari begiratu gabe egiten duzu, beste erarik ez daukazunean, zure aurka erabiltzen duzun metodo bat da.

**Batez ere emakumei eragiten die anorexiar?**

Anorexia dutenen edo izan dutenen ehuneko handiena emakumeak dira, eta ez da kasualitatea, gainera molde jakin batekoak dira gehienak: besteez arduratzen diren emakumeak, baina azken batean beren burua alde batera uzten

### Iratxe Osoro Vitores

1989, Elgoibar

Gizarte-hezkuntzan diplomaturia da eta beste hainbat master eta ikasketak egin ditu alor horretan, hala nola droga-menpekotasunari eta beste menpekotasun batzuei buruzko masterra eta sexu-heziketari eta familia esku-hartzeari buruzko ikasketak. Gaur egun, gizarte hezitzaile dabil, behar bereziak dituzten pertsonekin.



dutenak. Kate Millettek esan zuen maitasuna izan dela emakumeon opioa, eta horri tiraka, uste dut orokorrean patriarkatua izan dela gure opioa, eta gure drogak izan direla estetika, otzantasuna...

Txikitatik esan digute nolakoak izan behar dugun, barbiak eman dizkigute, besteak zaintzen erakutsi digute, eta gure burua, berriz, alde batera utzi dugu. Anorexiaren harira ezagutu ditudan kide gehienak medikuak, irakasleak, hezitzaileak dira: besteei asko ematen dietenetakoak. Baina zuk ez badiozu zure buruari behar duena ematen, besteei ere ezin diezu eman.

### Zer estereotipo dago anorexiaren inguruan?

Anorexia lotu ohi da kapritxo batekin, modeloekin... Jendeak uste du argaltasunari lotutako gaixotasun bat dela, eta askotan ez dauka zerikusirik horrekin. Nik ezagutu ditut kideak bulimia zeukatenak eta 100dik gora kilo pisatzen zutenak, orduan bi gauzak ez daude lotuta: gauza bat da fisikoa eta beste bat da obsesioa edo gaixotasuna.

### Orduan, obsesio hori al da muineko arazoa?

Azken batean, egoerei aurre egiteko era bat da. Nik beti esaten dut denok daukagula adikzioren bat, zuk azterketak amaitu eta lehenengo gauza parranda egiten duzu edo beste bat doa makinara jolastera, arazo bat daukanean beste batek negar egiten du... Bada, janariak ere momentuan balio dezake horretarako, igual oso urduri zaude eta txokolate mordoa jaten duzu lasaitzeko, eta eskuetatik joaten bazaizu eta arazo bat daukazun aldiro gauza bera egiten baduzu, bada bulimia eduki dezakezu. Ez da hain ezberdina asko-asko jatea eta ez ezer jatea. Anorexia eta bulimia eskutik doaz, azkenean ildo iguala da. Gauzak gestionatzeko edo zure arazoetan ez pentsatzeko edo mila gauzatarako zure irtenbidea izan daiteke ez jatea, eta gainera horrekin jendeak txalo egiten badizu eta esaten badizu oso guapa zaudela, are gehiago indartzen dizu jarrera hori.

### Sakoneko hainbat arrazoi aipatu ditugu orain arte; zerekin identifikatzen zara zu?

Nik uste dut anorexia badela modu bat norberak nahi duena lortzeko. Nik beti nahi nuen familia perfektua eduki, kua-drilla perfektua, bikote perfektua, eta

momentuan balio izan zidan, azkenean lortu bainuen nik nahi nuena. Arazoa da zer gertatzen den hori dena jausten zaitzunean. Galtzen hasten zarenean, ikusten duzu inguruak alde egin dizula eta bakarrik zaudela zure buruarekin, eta lortu duzun guztia gal dezakezula egun batetik bestera. Ez da oinarri sendo bat.

### Zein izan da zure bidea anorexiarekin? Oker ez banaiz, Bartzelonako zentro batean egon zinen.

Anorexiaren tratamenduak integrala izan behar du, zeren alde batetik landu behar da pisua edo nutrizioa, gero alderdi psikologikoa eta familiarra, lagunak... Dena bat da. Nik hasiera batean hemen hasi nituen tratamenduak, Euskal Herrian: lehenengo Gipuzkoan, gero Bizkaira joan nintzen, ondoren Euskal Herrikan kanpo Santanderrera, gero berriro Iruñera... baina hemen ohitura handia dago alde batetik pisua lantzeko eta gero, beste batetik, jarraipen psikologikoa zuk zeure kabuz egiteko. Horrela oso zaila da. Hiru hilabetean hartzen badituzu 20 kilo, ateratzen zaren momentuan argi dago ez duzula hori mantenduko, ez duzulako prozesua landu eta barneratu.

Bartzelonan, berriz, beste metodo bat erabiltzen zuten. Alde batetik familiarren gaia lantzeko tokia zeneukan, yoga egiten zen, gimnasia ez zizuten kentzen (ez zizuten ezer kentzen), eta janariarena apurka-apurka egiten zen. Talde-laguntza ere pila bat erabiltzen zen. Azken batean, dena osotasunean hartzen zen eta, poliki-poliki, denbora pasata, kalera irteten zinen. Prozesu hori ez zen egun batetik bestera egiten.

### Han, gainera, antzeko egoeran zegoen jendea ezagutu zenuen. Lagungarria izan al zen?

Bai, konturatzen zara ez zarela arazo hori daukan bakarra. Helburua, hein batean, horixe da, bakarrik ez sentitzea. Kalean jendeak asko epaitzen du ezjakintasunetik, eta zentroan, ordea, jendeak ulertu egiten zaitu. Gero egia da zailena itzultzea dela, zeren igual zu asko aldatu zara, baina jendea ez. Eta hori beste prozesu bat da. Askotan lan gehiago egin behar duzu kanpoan, zentroan bertan baino. Lehia konstante bat da, honi nola erantzungo diot, beste honi nola erantzungo diot... Kalera atera, eta autobusa hartzeko markesinan horra hor Women's Secret-eko neska

» “Erraza da erantzukizunari ihes egitea, ardura publizitateari egozte, baina azkenean ardura guk daukagu”

» “Gauzak gestionatzeko edo zure arazoetan ez pentsatzeko edo mila gauzatarako irtenbidea izan daiteke ez jatea. Gainera, jendeak txalo egiten badizu eta esaten badizu oso guapa zaudela, are gehiago indartzen dizu jarrera hori”

» “Askotan esaten dut kontraesanen munduan bizi garela: farmaziara zoaz eta depresioaren aurkako botiken ondoan saltzen dituzte argaltzeko pilulak”

katxarro baten irudia, eta zuk pentsatzen duzu: “Ni lehen horrela nengoen!”. Eta ez, iritsi behar da momentu bat zu joaten zarena markesina horretara eta iragarkiak ez dizuna axola. Eta hori oso zaila da.

### EAEn zer baliabide dago halako arazoei aurre egiteko?

Batetik, ACABE izeneko elkarte dago, Anorexiaren eta Bulimiaren Aurkako Euskadiko Elkarte: aholkularitza eta bitartekaritza lanak egiten dituzte. Nutrizionista eta terapeuta dauzkate, baina ezin dizute jarraipen osoa egin, zeren kasu pila bat dauzkate, etengabe iristen zaizkie, eta ezin dizute arreta pertsonalizaturik eskaini. Beraiek esaten dizute



zer baliabide dauden, nora jo jakiteko. Ondorengo pausoa: zentro pribatuak edo Osakidetza.

Nik pribatuetan ez dut gauza integralik aurkitu, laguntza puntualak bai, baina gero etxera joan behar duzu eta jan egin behar duzu. Akaso hasieran hartzen bazaituzte, agian lortu dezakezu bideratzea, baina zuloan zaudenean, nik uste dut ia ezinezkoa dela baliabide horiekin ateratzea.

Osakidetzan, berriz, kopuru jakin bat baino gutxiago pisatzen ez baduzu, ekidin egiten dira ingresoak, beraz pisua da irizpidea. Orduan, abiapuntua hori izanik... Ulertzen dut ez dela positiboa izango pertsona bat ingresatzea ez badu pisu oso baxua, baina muga hor jarrita

ez duzu dena bere osotasunean hartzen. Agian ez duzu behar 30 kilotan egotea 24 orduko arreta behar izateko, dena ez da pisua. Lehen esan dizudan moduan, ezagutu dut 100 kilotik gora pisatzen duen bat, eta ingresatuta dagoena, zeren ezin zuen lo egin gauean lau tarta jan barik. Pertsona horrek zergatik ez du behar 24 orduko arreta? Hemen ematen zaio berehalako erremedioa fisikoari, eta arlo psikologikoa aparte doa, baina nik uste dut oso zaila dela horrela bideratzea kontua, hasieran batez ere. Edonola ere, ni orain Osakidetza-ko terapeuta batekin nabil jarraipena egiten, eta oso-oso ondo nago berarekin, askotariko gaiak lantzen ditugu eta orain oso baliagarria zait.

### **Diskriminazioa aipatu dugu lehen: inoiz diskriminatu zaituzte anorexia izateagatik?**

Honekin ez da gertatzen loditasunarekin gertatzen den gauza bera, ez naute kuadrillan diskriminatu *puta flaca* deituz, hori ez da ohikoa, are, aurkakoa gertatzen da, txalotu egiten zaituzte. Baina anorexia daukazula edo eduki duzula baldin badakite gauzak aldatu egiten dira.

Kasu nabarmen bat gertatu zitzaidan: irakasle batek ez zidan utzi praktikak egiten. Terapeutekin egin zuen berba eta esan zioten ni ondo nengoela, alta emana zidatela eta praktikak egin nitzakeela lasai asko. Baina irakasleari buruan sartu zitzaion ezetz, eta esan

zidan bera pertsonalki arduratuko zela nik praktikarik egin ez nezan. Azkenean, itxaron egin behar izan nuen, eta hurrengo urtean egin.

### Zeri buruzko praktikak ziren?

Haurdun zeuden edo 0-3 urte bitarteko haurrak zituzten emakumeekin egin nuen lan, droga-menpekotasun arazoak zituzten emakumeekin.

### Irakasle horrek zer pentsatzen zuen, eredu txarra izango zinela?

Bai, edo ez nintzela gai izango. Ni ondo nengoen, orain bezala, beraz ez dakit nondik atera zuen hori, baina halaxe geratu zen kontua.

### Irakasle hura salatzeak aukera bururatu al zitzaizun inoiz?

Pentsatu genuen, bai. Bartzelonako zentroa asko haserretu zen eta esan zuten egunkari nagusi batean publikatzeko modukoa zela. Kontua da nire izena atera zitekeela argitara, eta iruditu zitzaizun akaso gure kontra etor zitekeela eta neu nintzela zabalduz gero agian arazoak eduki nitzakeena lana aurkitzeko

## Azken hitza: Feminismoa

Eibarko Nalua talde feministan ibilitakoa da Osoro. Hango esperientziak zer eman dion, horixe galdetu diogu elkarrizketa bukatze aldera: "Hasiera batean helburua zen gaur egungo egoera aldatzea, gertaerak ikusaraztea eta aldarrikapenak egitea, baina, horretaz gainera, taldeak lagundu zidan nire buruarekiko helburu nagusia lortzen. Erruduntasuna kentzen lagundu dit feminismoak, eta nire gorputza eta burua errespetuz eta merezi duten moduan maitatzen. Barne borroka hasia neukan, baina Nalua topatzeak arnasa eman zidan eta ikusi nuen ez nengoela bakarrik, jende asko dabilela borrokan. Feminismoak eta taldeak eman didate espazioa nitzateko, tabu gabe esateko nola sentitzen naizen, zer behar dudan, zer naizen eta norantz jo nahi dudan".

edo aurrera egiteko. Iruditu zitzaigun ez zela unerik egokiena.

### Moda-publizitateari eta super-modeloei egotzi ohi zaie anorexiaren ardura. Gizarteak, eskolak, kuadrillak... ez al dauka erantzukizunik?

Erraza da erantzukizunari ihes egitea, eta guztiaren ardura publizitateari egotzea, baina azkenean ardura guk daukagu. Txikitan, eskolan, oso gaizki ikusita dago pertsona batek gehiago jatea, eta normalean, perfektio-kanon batean sartzen ez den jendea baztertu ohi da. Presio sozial oso handia dago.

Horretaz gainera, askotan esaten dut kontraesanen munduan bizi garela. Farmaziara zoaz eta depresioaren aurkako botiken ondoan saltzen dituzte argaltzeko pilulak, edo aldizkari bat erosten duzu tarta bat egiteko errejeta baten bila eta aldizkari horretan bertan bada go plan bat, "nola argaldu hamar egunean". Edonola ere, publizitateak badu bere eragina, noski, baina guk ez bagenio horri jarraituko, beste begirada bat emango bagenio, gauzak ez lirateke horrela izango. ■



## Kalean da otsaileko

# aizu!

- Booktegi: guztion liburuak, guztiontzat
- Irulegiko gaztelua, ahanzturatik ateratzen
- Aitor Frantzesena arin-arin
  - Barrongo urtegia, polemika iturri
  - Etzegabeak, duintasun bila

**Urte osoko harpidetza** (Hego Euskal Herria eta Espainia) **29 €**  
[aizu.eus](http://aizu.eus)