

<p><b>Tirada: 307.270</b> <b>Difusión: 230.421</b></p>		<p><b>Sección</b> Abc.es <b>Pág.</b> <b>Fecha</b> 30/05/08</p>
--	---	--

\\ Inicio : Artículo : Imprimir

## Blogs contra la anorexia

De Bárbara Yuste (el 30/05/2008 a las 09:10:47, en blogs, 34 Visitas)

He conocido una iniciativa que viene a confirmar cómo Internet puede ser una herramienta enormemente positiva en temas de gran importancia social como son los trastornos alimenticios, especialmente la anorexia.



**1espejo1000ventanas.com**  
Trastornos alimentarios en positivo

Hablar de 1espejo1000ventanas es hablar de ilusión, de superación, de ganas de decir sí a muchos miedos. 1espejo1000ventanas es un proyecto que nace de una idea, una de esas ideas de esas que se tienen una tarde de invierno y que muchas veces quedan en nada. Detrás de la idea, pacientes, casos de miles pero sobretodo historias personales, chicas, chicas, familias, que en día a día se sienten muy bien como se vieron luchando contra algo llamado TCA, trastornos de la conducta alimentaria.

1espejo1000ventanas es parte de ese proceso, de nuestro proceso, y es una que también del tuyo. Somos un grupo de chicas que estamos en tratamiento o que ya hemos superado un trastorno de la conducta alimentaria en cualquiera de sus facetas (anorexia, bulimia o trastorno por atracón). Esta idea nace como algo nuestro, pero esperamos que en poco tiempo también sea algo tuyo. Surge en un intento de aportar nuestro granito de arena frente a la avalanche de comentarios que desde Internet hacen más daño que bien a las personas que sufrimos esta enfermedad.

Un proyecto que no hubiera visto la luz sin la ayuda de nuestros terapeutas, de los profesionales del Centro ABB, que nos han animado en este camino de lucha y nos han prestado su mano para evitar que la caída fuera más dura. Desde el Centro ABB, se quitó una tereza de peso donde surgió la idea, nos han facilitado las herramientas necesarias para que hoy estés leyendo hablando desde esta ventana y estamos ayudando a personas como tú o como tu o como tu amigo o familiar.

Desde la salud o desde el tratamiento queremos transmitirte lo que hemos aprendido, lo que estamos descubriendo, nuestro camino, nuestras experiencias personales y todo el empuje que necesitas para ayudarte a ti misma, de pararse a hacer o echar una mano a quien lo necesita. Día a día estas siendo ventanitas que hoy te abren hacia nuevas vidas como si fueran las primeras del comercio de una nueva etapa para ti.

Para mí en particular y para la Fundación ABB que presido es un orgullo poder decir que formamos parte de una iniciativa como la que os presentamos hoy. Una idea que une a pacientes que se encuentran en proceso de tratamiento, a pacientes que se han recuperado de la enfermedad y a profesionales de los Centros ABB que intentan todas las veces que las instituciones de España, España o que cualquiera repita.

... Y de pronto un día te das cuenta de que has estado sólo rodeado de espejos, de que poco a poco has ido tapando todas las ventanas... Descubres que has olvidado cómo mirar el mundo y que te has ido quedando cada vez más atrapado en ti, en tu cuerpo, en el miedo, en el dolor y en la enfermedad... Ese día comienza el camino de la recuperación. Poco a poco irás sustituyendo los espejos de nuevo por ventanas por las que entrará el aire que tanto has necesitado. Así, sobre todo con la fuerza pero también con mucho apoyo, conseguirás abrir tantas ventanas como desees... hasta que llegue un momento en el que sólo te quede un espejo. Ese no debes sustituirlo por nada, concéntrate a ti misma y alíñate por dentro y por fuera se habrá convertido también en algo maravilloso.

accede a los blogs de 1espejo1000ventanas!

**PATRICIA OLIVA**  
Soy Patricia. Me gusta el cine, practicar Scrapbooking, leer, pasar un día por Barcelona, comerme unos nuevos, viajar y fijarme con mis perros! >>>

**SARA DOMÍNGUEZ**  
Me llamo Sara, tengo 22 años y estudio Periodismo. Aquí viene una presentación bastante típica de lo que soy, aunque diré que soy muchas más cosas, pero esas las iré descubriendo a medida que escribo :) >>>

**BARBARA GRANÉ**

Se llama **1espejo1000ventanas.com** y sus promotoras, **Patricia Oliva** y **Sara Domínguez**, han sido víctimas de una de las enfermedades más crueles de nuestra sociedad como es la anorexia.

Esta red de blogs, que cuenta con el apoyo de la **Fundación ABB Investigación y Prevención**, pretende convertirse en un gran espacio donde las afectadas por la anorexia o la bulimia encuentren ayuda para salir de esta terrible enfermedad.

ts -

Copyright © ABC Periódico Electrónico S.L.U, Madrid, 2008.