



Vivir
con esclerosis
múltiple

JAVIER ARTERO



Estrella
Editorial

Vivir con esclerosis múltiple

Javier Artero



Primera edición en esta colección: enero de 2022

© Javier Artero, 2022

© de la presente edición: Estrella Editorial, 2022

Estrella Editorial

c/ Muntaner, 269, entlo. 1^a - 08021 Barcelona

Tel.: (+34) 93 494 79 99

www.estrellaeditorial.com

info@estrellaeditorial.com

ISBN: 978-84-18582-52-3

Realización de cubierta y fotocomposición:

Grafime

Reservados todos los derechos. Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos. Si necesita fotocopiar o reproducir algún fragmento de esta obra, diríjase al editor o a CEDRO (www.cedro.org).

Índice

Prólogo

Introducción

La mejor familia y un balón, una infancia feliz

Quiero ser futbolista, voy a ser futbolista

De sueños cumplidos y pesadillas incomprensibles

Lejos de casa, en Argentina y mi querida Escocia

Mi vida soñada se trunca

Doctor, ¿me voy a morir?

Mis días más oscuros

El fútbol lo dejo yo

Todo por hacer

Un nuevo giro en mi vida personal y profesional

Traslado a Chile, un nuevo reto al límite

Un maravilloso horizonte que descubrir

Epílogo

Sección gráfica

Dedico este libro:

A mi amada Sara, la persona más importante de mi vida. Eres el amor de mi vida por encima de todo y de todos. Soy afortunado porque nos encontramos y nos enamoramos, nos enamoramos sin sentido, sin límite. Sé que a tu lado siempre podré con todo, incluso en lo referente a mi enfermedad estoy tranquilo porque estás tú y junto a ti nunca podrá pasarme nada malo. Gracias, te quiero.

A mis hijos Miguel y Gonzalo. Espero que les ayude a entender que la vida es un viaje maravilloso donde a veces las nubes también son parte del paisaje. Os quiero mucho y os deseo lo mejor. Siempre estaremos ahí para lo que necesitéis.

A mis padres. Espero que el libro no os haga llorar mucho, ya lo lloramos todo en su momento. Todo lo que soy os lo debo a vosotros. Gracias por tanto, que es todo. Os quiero hasta la Luna.

A mi hermano, la persona que siempre está y tanto me ha ayudado, otro amor incondicional que me hace vivir mejor y ser mejor persona. Siempre estaré a tu lado para lo que necesites.

A Fernando. Gracias, sin ti esto no habría sido posible.

Gracias, mamá, por este regalo que me ha acompañado desde que me lo diste. No podía dejar de compartirlo junto a mi testimonio.

LAVAR EL ALMA

Aquellas lágrimas fueron
de mis ojos a la almohada.
Eran lágrimas calientes
de las que queman la cara.

Cuando dejé de llorar
y se secaron las lágrimas,
sentí como si de pronto
me hubiesen lavado el alma.

Gaviota

Prólogo

Estimado lector, me complace recibirle en este prólogo. Para mí es un honor presentar el libro de Javier Artero López, a quien tuve como paciente cuando le fue diagnosticada esclerosis múltiple. Esta enfermedad afecta esencialmente a personas jóvenes en la edad más fecunda de la vida, cuando todo son esperanzas o proyectos incipientes.

El caso de Javier fue un reto, ya que se trataba de un paciente que desarrollaba un deporte de alto rendimiento. Jugaba al fútbol profesional en la Primera División escocesa, un mundo en el que o tienes «un plus» sobre todos los demás o no cumples con lo que se espera de ti. Así me lo confirmó Javier desde el principio y en esos parámetros debía moverme yo, intentando mantenerle en ese nivel.

Cuando le conocí, en 2001, se trató de estabilizar su enfermedad y se le propuso el que suponíamos mejor tratamiento de fondo en ese momento. Tras un período de cierto reposo, se incorporó de nuevo al fútbol. Fue durante un tiempo breve, ya que debió abandonarlo definitivamente al sufrir recaídas y, sobre todo, apreciar Javier la pérdida

de ese «plus» que le hacía distinto en ese deporte, que era su habilidad para desarrollar el juego con mayor velocidad que los demás.

Me permito aquí hacer un paréntesis para contar una anécdota que revela la personalidad de Javier. Cuando jugó su último partido, sus compañeros, el club y los aficionados, con la cortesía y elegancia que caracteriza a la sociedad escocesa, le rindieron un homenaje para agradecerle todo lo que había hecho por su club. A su vuelta, Javier tuvo la delicadeza de regalarme la camiseta que había utilizado en su último partido. Tras darle mis más efusivas gracias, se la regalé a mi hijo, un niño entonces aficionado al fútbol y ante el que quedé como un héroe. Hoy día conserva la camiseta como un tesoro.

Desde el mismo momento del diagnóstico, Javier demostró afrontar la realidad sin huir de ella, asumiendo los aspectos negativos, pero también los positivos que se le presentaban. Fue resolviendo todos los obstáculos que le surgieron con una solvencia y seguridad sorprendentes, lo que indudablemente se debía en gran parte a su preparación física y psicológica para el deporte de élite, como explica en este libro. Esta excelente base fue de gran ayuda en muchos aspectos que le enriquecieron como persona. Le permitió asumir la enfermedad como un reto por superar y le facilitó proyectarse con éxito en el futuro.

Indudablemente, su recorrido vital es una experiencia de éxito personal, familiar y profesional. Aunque disponemos cada vez más de un mejor arsenal terapéutico, la lectura de

este libro, su viaje personal con esclerosis múltiple, será de una inestimable ayuda para sus lectores jóvenes y no tan jóvenes que se enfrentan al diagnóstico de una enfermedad con pronóstico, por lo general, incierto. Por ello debemos agradecer profundamente a Javier Artero su testimonio, cuya lectura recomiendo.

ÓSCAR FERNÁNDEZ*

Málaga, a 1 de octubre de 2021

Introducción

Hace ya veinte años que me diagnosticaron esclerosis múltiple. Tengo 46 años. Llevo casi el mismo tiempo enfermo que no.

Desde el momento en que te confirman el diagnóstico, nunca vuelves a ser el mismo. Es un *shock* muy grande. El inicio es muy duro, demoledor. El desarrollo de la enfermedad y la agresividad con que se manifieste resultan claves. Después, van llegando etapas muy difíciles que toca atravesar, es como un camino sinuoso lleno de obstáculos que a veces parecen cumbres insalvables.

Creo que un enfermo como yo está legitimado para tener cualquier actitud ante el problema. Nadie tiene derecho a echarnos en cara nuestra depresión o nuestro sufrimiento por algo tan incierto que llega de repente y puede marcar gravemente nuestra calidad de vida.

¿Por qué a mí?, me he preguntado muchas veces. He desistido, ya no espero respuesta, no la hay, me ha tocado y ya está, eso no depende de quienes la padecemos. Lo que sí depende de nosotros es la que yo diría fase más larga de la enfermedad, la que pone a prueba nuestra actitud y nuestra fuerza interior. Este es mi propósito con estas

líneas, compartir lo que sé de esta enfermedad y lo que, en mi opinión, ha hecho que yo haya podido seguir desarrollándome en mi vida una vez diagnosticado.

Este libro podría haberse llamado «Cómo vivir con esclerosis múltiple», pero se llama «Vivir con esclerosis múltiple», porque no es mi intención dar consejos sobre cómo vivirla ni mucho menos aportar explicaciones médicas. Esta obra es, simplemente, el testimonio de mi vida, con mis acciones, mis aciertos y mis errores. Creo que unos y otros pueden ayudar a otras personas con un problema parecido al mío. Es mi historia, con sus episodios en los que, sin yo saberlo, se iba forjando un carácter que después me permitiría luchar contra el mayor desafío de mi vida, un desafío inesperado. Siento que en mi vida todo ha estado conectado desde mi niñez y las cosas que me han ido pasando las he ido tratando siempre bajo los mismos principios. Mi forma de afrontar la vida me ha ayudado mucho a vivir con esta enfermedad.

Desde el principio supe que, más allá de la ayuda de mis padres, que la tuve, y mi familia, la clave era yo mismo. El que yo pusiera todo para superarla ayudaría a que ellos la superaran también. Me fui dando cuenta de que, según veían cómo me encontraba, reaccionaban ellos. Quizá resulte obvio, pero ese hallazgo para mí fue muy importante, porque uno de mis motores fue no querer ver sufrir a los que me rodeaban por algo en lo que ellos no podían hacer nada, solo estaba en mí. Tenemos que conseguir ser felices nosotros y los que nos rodean con lo

que hay, viviendo la enfermedad con naturalidad. Así la tratamos en casa hoy en día y creo que eso nos ayuda a todos, a mi mujer, a mis hijos, a mi familia y, por supuesto, a mí.

Mucha gente me ha dicho que me admira simplemente al saber que tengo esclerosis múltiple, pero yo no lo veo así. Estar enfermo no me hace mejor ni me atribuye ningún mérito. No he querido estar enfermo, no lo he pedido, simplemente me ha tocado. Después de un varapalo tan grande como es el diagnóstico de una enfermedad, tienes que ser capaz de aceptar lo que ha pasado y aprender a vivir con ello, pero esto no tiene que ser negativo. Conocernos y aceptarnos nos ayuda a ser felices, rechazar la enfermedad es frustrante.

Siempre digo que lo mejor de mi vida ha llegado después de saber que tenía esclerosis múltiple. Me refiero a mi mujer y a mis hijos. Profesionalmente, también. Después de saber que estaba enfermo, he vuelto a los campos de fútbol, he formado parte de la creación de una multinacional que hoy cuenta con once mil trabajadores, he viajado por toda Latinoamérica durante años, he trabajado en el Real Madrid TV, he sido presidente del C. D. C. Moscardó, histórico club de fútbol madrileño, y he creado una fundación.

Desde aquella mañana de julio de 2001 en que me mareé, no he vuelto a ser el mismo. Pero, a pesar de que entonces solo veía oscuridad, miedo, dolor e incertidumbre, hoy por hoy no cambiaría nada. Todo enseña. He aprendido a

aceptar mi situación y respetar mi enfermedad, he aprendido a vivir de otra manera y a valorar lo verdaderamente importante de la vida, he aprendido a trabajar por mi felicidad y la de mi entorno con ilusión y dedicación. Ese es mi propósito vital: desde donde la vida me ha colocado, sonreírla. A pesar de lo mucho que a veces duele, siempre me digo: «No seas tú quien te pongas los límites, vamos adelante en todo lo que puedas». Sé con certeza que cuando las cosas se hacen con pasión no hay limitaciones, lo sé porque lo he vivido.

Con la esperanza de que mi experiencia pueda ayudar a personas en la misma situación, emprendo este camino con ilusión, dedicación y pasión.