Sociedad:

"Elegir una actitud positiva es una excelente medicina"

- Ana Artázcoz ha creado una fundación para promover la resiliencia
- La pamplonesa, que padece una enfermedad degenerativa, visitó ayer Huesca

ROGER NAVARRO

Ana Artázcoz, en el centro de la imagen, rodeada de alumnos.

Myriam Martínez

HUESCA.- Ana Artázcoz Colomo se esfuerza cada día por ser "una maestra de vida", una persona "que enseña lo que vive y vive lo que enseña". Así se define esta pamplonesa de 38 años, que padece una enfermedad rara degenerativa, denominada Neuropatía Axonale Gigante (GAN). En España tan solo se han descrito ocho casos y ella es la única superviviente.

Ana la pequeña de tres hermanos y el mayor falleció en 2014, de la misma dolencia. "Es un ángel que me guía junto a mi abuelica, que murió un año antes. Y mi hermano mediano, me ha regalado la posibilidad de ser tía gracias a mi preciosa sobrina de 16 mesicos", señala.

Los primeros síntomas se manifestaron cuando Ana solo tenía dos años. "Comencé a tener problemas al andar, a los 13 tuve que empezar a caminar con muletas y a los 19, ya fue necesaria la silla de ruedas -explica-. Siempre he vivido desconociendo un tratamiento. Eso sí, desde la ciencia médica calculaban una corta esperanza de vida. Iba a morir antes de los 14 años de edad y tengo 38, así que vivo cada día como un regalo".

Ana vive con sus padres en el domicilio familiar. La enfermedad no le ha impedido formarse como psicopedagoga, Orientadora y logoterapeuta especializada en Humanización de la Salud. No obstante, tiene que superar cada día numerosas dificultades. "Debo aprender constantemente a dejarme ayudar ya que mi movilidad física depende, completamente, de otras personas. Necesito ayuda con todas las actividades de la vida diaria. Qué importante es ser consciente de que valemos más por lo que somos que por la que hacemos o decimos", subraya.

Asume que la enfermedad siempre ha estado presente en su vida y además agrega que su estado se ha agravado progresivamente. "Es una 'escuela de vida' que me enseña a mí y a quien me rodea, la lección de mi gran maestro V. Frankl que dice que 'si no está en tus manos cambiar una situación que te produce dolor, siempre podrás escoger la actitud con la que la afrontes'. La elección de una actitud positiva es una excelente medicina".

Merece la pena es una Fundación privada sin ánimo de lucro que Ana Artázcoz está constituyendo después de un intenso recorrido. Este proyecto personal llegó a obtener un reconocimiento del Parlamento Europeo. "Merece la pena tiene el objetivo de ofrecer formación sobre la resiliencia que es la capacidad de enfrentarse con éxito a las situaciones adversas y salir fortalecido de ellas", explica.

De este asunto, precisamente, les habló ayer a 250 estudiantes de la ciudad de Huesca de los centros educativos Santa Ana, San Viator, Altoaragón y Salesianos, en un acto celebrado en el salón de actos de este último. Con esta iniciativa, pretende ayudar a los jóvenes "a descubrir la gran potencialidad que hay en su interior".

Asegura Ana Artázcoz que todos tenemos esa capacidad, más o menos desarrollada, y en cualquier caso siempre se puede aprender a ser resiliente. "Para eso estoy constituyendo la Fundación acompañada de un gran equipo de profesionales del ámbito educativo y sanitario", precisa, y apunta que todas las personas tienen momentos mejores y peores, incluso ella que para muchos es todo un ejemplo. "Me encanta ayudar a otros pero también necesito ser ayudada. Cuando atravieso situaciones bajas, busco el silencio dentro de mí y el apoyo optimista y esperanzador de otros", comenta.

Y confiesa que no siempre ha sido tan valiente y animosa. "La alegría se educa y es un aprendizaje que dura toda la vida. Y la valentía... es importante subrayar que el cansancio en la vida no se produce porque surjan obstáculos en nuestro camino sino porque éstos ocultan la mirada a nuestra meta. Esa es la clave: tener una meta, una misión. En mi caso, ayudar a las personas a través de mi enfermedad".

En su opinión, una sociedad resiliente es una sociedad mejor. "Veo cómo las personas huyen de los problemas y evitan complicaciones. Necesitamos una sociedad que no tenga miedo a que los más niños y niñas se enfrenten a pequeñas frustraciones. Que valoren el esfuerzo y la fortaleza de su voluntad. Existe un dolor evitable y otro dolor inevitable: aquello que podamos cambiar, cambiémoslo; pero, aquello que no podamos modificar, aceptémoslo, afrontémoslo y vivamos con una actitud positiva", concluye. ●

CLAVES

- **GAN.** La Neuropatía Axonale Gigante es una enfermedad degenerativa de la que solo se han descrito ocho casos en España.
- **'Merece la pena'.** Ana Artázcoz ha creado la fundación 'Merece la pena' para ofrecer formación sobre la resiliencia.

El Movimiento Junior abre el nuevo curso en Huesca

Mañana sábado habrá juegos y una charla en el obispado

HUESCA.- El Movimiento Junior de Huesca y Ayerbe celebrará mañana sábado su asamblea de principio de curso, en la que se reencontrarán después del verano para jugar, conocer nueva gente y recordar el campamento del pasado verano en Obarra, en el que hablaron del medio ambiente, sus problemas y lo que les preocupa, "con el objetivo de cuidar nuestra casa común", indican en una nota.

"En el campamento de verano en Obarra, a partir de lo que vivimos y experimentamos en relación a la necesidad de cuidar nuestro planeta, y con la ayuda y en la línea del *Laudato Si* del papa Francisco, nos surgieron diferentes compromisos para llevar a cabo en nuestra vida diaria:

S. E.

Imagen de archivo de un campamento en Obarra.

reducir el consumo, comprar en la tienda de comercio justo, conocer diferentes organizaciones a favor del cuidado del medioambiente, recoger la basura que veamos en las excursiones que hagamos, informarnos de las condiciones de fabricación de los productos que compramos, consumir productos ecológicos y de cercanía, formarnos en economía circular, denunciar situaciones que provocan la degradación del medio ambiente...", apuntan.

Para seguir ahondado sobre este tema y concienciando a la población, invitan mañana a los oscenses a jugar con materiales reciclados, a las 12:30 horas en frente de la Catedral. Además, han programado la charla-coloquio *Más allá del medio ambiente*, a cargo del educador medioambiental Javier Martínez, en los locales del Obispado de Huesca a las 16 horas. ● D. A.