

Índice

Prólogo	viii
Introducción	x
Qué encontrarán en este libro quienes no tienen esclerosis múltiple (desde la mirada y vivencia de mi amiga Cecilia).	xiii
EM: significado y síntomas	xiv
Tratamiento	xvi

Capítulo 1 *Incertidumbre*

El mundo se detiene 1

Día D	2
Duda existencial	3
Sentimientos encontrados	4
Una voz en el teléfono	6
Caprichosa realidad	7

Capítulo 2 *Enojo*

Noche sin luna 9

Enojo	10
La paciencia todo un baluarte	11
Salida del laberinto	11
Renuncias	12

Capítulo 3 *Caprichosa realidad*

Caminar en la oscuridad 14

Resonancia: un viaje interior	17
Primera vez son muchas	18
La sombra	19
Brote: un mundo de sensaciones	20
Sello... de identidad	21
Saber, o no saber, esa es la cuestión	22
Hablar sobre lo que nos pasa	23
Entrar en otra dimensión	24

Al diván	25
Retomar el control	26
Exasperante	27
Una caja de sorpresas	28
Conmigo no cuenten	29
Palabras cruzadas	30
Cuando elegir es un privilegio	31
Parte del pasado	33
Saltimbanqui	34
Despertar del letargo	35
Entre tinieblas	36
Agotador	37
De eso no se habla	38
Todo un tema: tener o no tener hijos	39
Sin vuelta atrás	40
Desbordada	41
Camino al andar	42
La cabeza, ¡NO!	44
Tesoro llamado independencia	45
Corrosión interna	46
La escritura y la esclerosis, una realidad que cala hondo	46
Parar la pelota	47
El bluf de la revisión de la minusvalía	48
Obediencia de vida	49
Ideas encontradas	50
Cita vedada hasta nuevo aviso	51
Más que un viaje casi un desafío	52
Diversidad funcional	53
Vacaciones de tener esclerosis múltiple	55
Ser viejo antes de tiempo	56
Año...nuevo	57

Capítulo 4 *Entorno*

Estrellas en el cielo 58

La familia, a veces, un dibujo animado.	59
Un proceso bidireccional	60
Encender una luz	61
Impotencia	62
Boludeces las mínimas	63
Ser, estar contrario a parecer y semejar	64
El mejor amigo del hombre	65
Bob	67

Capítulo 5
Alegato a la indiferencia

Porfin amanece 69

Comportamiento ciudadano	70
No es lo mismo	71
La adaptación casi una necesidad	72
Participación obligatoria	74
Por derecho y no por decreto	75
Esquivar el bulto	76
Sanidad, un servicio vital	77
El mercado laboral y la EM muchas veces incompatibles	78
Atónita	80
Al agua pato	81
Inclusión excluyente	82
Alegato contra la indiferencia	84
Equilibrio de sensaciones	85
A mi manera	86
La vida continúa	87
Camino al andar	88
Epílogo	89
Glosario	90