

# «Mi gran error fue mantener en secreto que tenía Esclerosis Múltiple»



JOSÉ RAMÓN MARTINEZ DE LA PLAZA

Diagnosticado de EM.

Me llamo José Ramón Martínez de la Plaza, tengo 30 años y también Esclerosis Múltiple, algo que me ha costado mucho aceptar y contar, porque pensaba que para qué contarlo si esa enfermedad no tiene remedio. Me la diagnosticaron en las navidades del año 1998, con

24 años, y lo mantuve en secreto porque 'pasaba' de dar pena a los amigos y al resto de los familiares, creyendo que nadie se daría cuenta de lo que tenía.

Aún es hoy el día en que sigo pensando que ése fue mi gran error. El primer amigo al que se lo confesé, ya llevaba preguntándose a mi hermano un tiempo y cuando me decidí a contar lo que sufría, a mis amigos uno tras otro, éstos ya sabían que tenía realmente algún problema, pero tampoco se atrevían a preguntar esperando a que fuera yo quien diera ese primer paso. Y lo hice así, porque cuan-

do fuí a ADEMBI y tras charlar con Arrate (psicóloga de ADEMBI) y Laura (orientadora laboral) me convencí de que no tenía por qué callar lo que me pasaba, pues me sentiría mejor, si en vez de ser yo el que cargara sobre mis espaldas todo ese peso, iba buscando el apoyo en los amigos. Ése fue un gran acierto. Ahora mismo pienso que es un error tenerlo callado, es lo menos indicado para nadie y por eso quiero ser el primero en animar a toda esa gente que reciba este mazazo, a respirar profundamente y coger el toro por los cuernos, y contarlo de forma natural. <<