

Som asmàtics, i què?



María Jesús Chacón Huertas
Carmen Ramos

Aquest llibre s'ha fet gràcies al patrocini de GSK, amb la col·laboració de la Càtedra Respira Vida de la UAM.



WEEBLEBOOKS

© 2020

Autora: María Jesús Chacón Huertas
Il·lustracions: Carmen Ramos

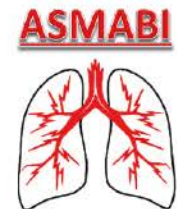
<http://www.weeblebooks.com>
info@weeblebooks.com

Madrid, Espanya, juliol 2020

Código: NP-ES-ASU-OGM-200013 (v3) 07/2020

A l'efecte de la transparència, us informem que GSK ha col·laborat en el finançament d'aquesta publicació. El seu contingut reflecteix les opinions, criteris, conclusions i/o treballs propis dels autors, que poden no coincidir necessàriament amb els de GSK. GSK recomana sempre la utilització dels seus productes d'acord amb la fitxa tècnica aprovada per les autoritats sanitàries.

Amb el reconeixement i/o aval social de:



Per a tots els joves que s'atreveixen a qüestionar els seus límits.

L'asma és una patologia que actualment afecta uns 235 milions de persones a tot el món, sent aquesta la malaltia crònica més comuna entre la població infantil.

En l'asma infantil, de la mateixa manera que afecta adults, els pulmons i les vies respiratòries s'inflamen fàcilment ja que estan exposades a certs desencadenants, com inhalar pol·len o tenir un refredat o una altra infecció respiratòria. L'asma infantil pot causar molestos símptomes diaris que interfereixen amb els jocs, la pràctica d'esports, l'escola i el somni dels xiquets si no es tracta i es manté sota control per professionals sanitaris.

La pràctica de l'esport i l'asma no són incompatibles. Està comprovat que practicar esport millora la resistència respiratòria i la tolerància a l'activitat física en xiquets asmàtics.

Més enllà de l'activitat física, hi ha altres pràctiques que ajuden notablement a controlar l'asma. Conèixer i evitar els factors que incrementen les crisis asmàtiques és un factor clau. Seguir les indicacions dels professionals sanitaris pel que fa al tractament, assegurar-se de portar sempre la medicació de rescat i acudir a una revisió anual també es posicionen com pràctiques indispensables per mantindre l'asma sota control. L'asma pot controlar-se mitjançant estratègies que ajuden a prevenir i alleujar els seus símptomes.

I tu, mantens la teua asma sota control?

Àrea de Relacions amb Pacients GSK Espanya

—Desperta, fill, amunt, és hora d'alçar-se!

—Bon dia, mare!

Vaig pegar un salt del llit, em vaig arreglar, em vaig posar el xandall i me'n vaig anar directe a esmorzar.

—Et prepare l'entrepà?

—No, mare, me'l prepare jo, que em dóna temps!

—Com vulgues, Jaume.

—Hui només prendré llet amb un grapat de cereals, d'acord? Tenim la prova de resistència a primera hora i no vull anar amb l'estómac ple.

—Mmm..., no era demà dijous, Jaume?

—És veritat! Hui li toca a Alba i és la primera vegada que la fa. Tant de bo aguant!

—Clar que ho farà! La primera vegada que la vas fer tu portaves menys temps que ella amb el tractament i vas aguantar molt bé.





—Bé..., tinc moltes ganes de fer-la, però... i si em falta l'aire i m'he de parar? Com que és primavera...

—Tranquil, no tens res de què preocupar-te. Portes rigorosament el teu tractament cada dia. A penes et donen crisis en l'entrenament o en els partits, dorms de meravella a les nits...

—Tens raó, mare.

—Recordes quan et va passar la primera crisi i vam anar a Urgències? Tenies només nou anys... No saps l'espantada que estava, Jaume. El que més em preocupava era que, fora el que fora, no pogueres fer esport. I mira com estàs ara, com si res!

—Recorde que era el meu segon partit i com volia que estiguéreu orgullosos de mi, vaig començar corrent molt, però vaig haver de parar de seguida perquè m'asfixiava. Ens vam anar corrent a l'hospital. Ja portava unes quantes setmanes malament, però no us havia dit res.



—Ja, ja... I a sobre l'únic que ens vas preguntar pel camí era si podries seguir jugant a futbol. Et vam dir que sí, sense saber si era veritat. Després, quan la metgessa ens va comunicar que el més segur era que tingueres asma, però que seguint el teu tractament podries fer tot l'esport del món, els tres ens vam quedar molt més tranquils.

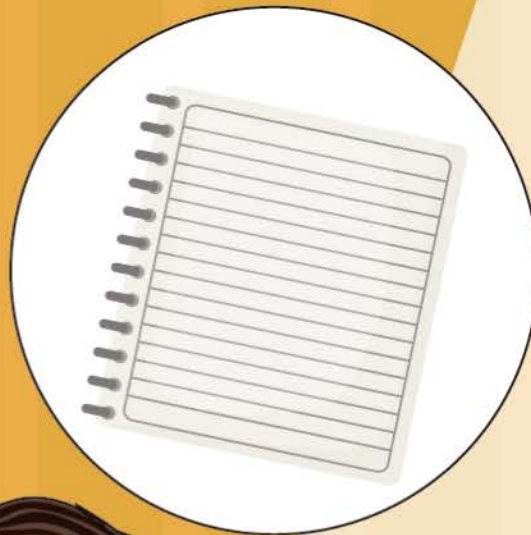
—Jo també estava molt espantat aquell dia, mare; però ara que m'he acostumat, tampoc és per a tant.

—Uf..., com passa el temps. Sí, Jaume, és veritat, ho portes genial.

—Veus? No tens per què tindre por de la primavera. Sé que milloraràs la teua marca, ja veuràs —va dir ma mare, mentre mirava el rellotge i agafava la jaqueta precipitadament—. Me'n vaig, se'm fa tard!

Ma mare es va acomiadar i se'n va anar a treballar.





M'imagino que et preguntaries que per què tinc tantes ganes de què arribi demà. Doncs perquè m'agradaria millorar la marca que vaig fer l'any passat en el test de resistència dels 12 minuts. I aquesta vegada no ho tinc tan fàcil, perquè amb el pol·len de la primavera pot ser que tinga una crisi.

Com diu ma mare, estic fent tot el que em diu el meu metge, així que té raó, no tindria per què preocupar-me. Ara ja vaig a la consulta només una vegada a l'any per a la revisió.

Per cert, per si no t'havies adonat, a més de ser un boig del futbol, el meu altre hobby és escriure. M'encanta escriure! I, endevina què? Saps què és el millor? Que sóc esquerrà, l'únic de la meua classe! M'encanta ser esquerrà!

La meua amiga Alba diu que de major segur que seré escriptor perquè, segons ella, escric molt bé. El que encara no sap és que he començat a escriure la nostra història, a veure quan trobe el moment de dir-li-ho! Mentrestant, seguiré escrivint...



Mon pare sempre m'ha dit que vaig nàixer amb una pilota entre les mans perquè mai eixia de casa amb les mans buides. Des de xicotet, els meus amics venien a jugar al meu carrer perquè a ells no els deixaven jugar al seu. I és que en la meua urbanització no està penjat aquell cartell que diu: «Prohibit jugar a la pilota». Segur que els meus pares van comprar aquest pis només per això, perquè jo poguera jugar.

Recorde que encara que m'agradava jugar a tot, al final sempre acabava jugant a futbol. Tot i així, els meus pares es negaven a apuntar-me a cap equip. Intentaven convèncer-me que fera qualsevol altre esport. No paraven de dir-me que el futbol estava molt vist. Jo no entenia el que em volien dir amb això de «vist». Clar que està vist, pensava, a tots ens encanta veure-ho!





—Escolta, Jaume, i si t'apuntes a handbol o voleibol, per exemple? També hi ha equips al col·le i, com que hi ha menys jugadors, jugaràs més —em deia mon pare, pensant que així m'anava a convèncer.

—Que no, pare, que jo vull jugar a futbol!

I així, una i altra vegada fins al següent intent. Mentrestant, jo no em donava per vençut. Durant el curs, mon pare no em deixava veure els partits amb ell perquè els feien molt tard, però quan arribaven les vacances sí que em deixava, encara que començaren a les deu de la nit. I això m'encantava!

De sobte, un dia, com per art de màgia, van canviar d'opinió. Faltava només una setmana perquè començara el col·le. Al principi, quan em van cridar, em vaig espantar una mica perquè quan em criden els dos alhora, segur que és per a bonegar-me.

—Sí, què passa? —els vaig preguntar mentre m'asseia recolzant el meu peu sobre la pilota.

—Res. Tin, Jaume, és per a tu. Ta mare i jo ho hem pensat millor. Obri-ho amb cura.

—Però... si no és el meu aniversari! Què és això?

—Eh? Obriu-ho! —va contestar ma mare.

Vaig desembolicar aquell regal tan estrany trencant poc a poc el paper per mil llocs. Vaig traure un val amb forma de pilota, que deia:

"Val per una inscripció a l'equip de futbol del col·legi"

—Ostres! Per a mi? De veritat? Lupi, gràcies! Sou els millors pares del món!



Vaig començar quart de primària amb tanta il·lusió que em creia major només per jugar en l'equip del col·le. Quasi tots els meus amics també es van apuntar. I dic quasi tots perquè Alba, que és la meua millor amiga i també li encanta el futbol, no es va apuntar. Llavors no sabia què li passava. Em deia que no li passava res, només que es cansava de seguida i no podia córrer.

Entrenàvem tres dies a la setmana. L'entrenador ens va dir que els primers dies provaríem de jugar en totes les posicions i després decidiria on jugaríem cadascun. A mi la que més m'agradava de totes era la de davanter, així que quan em va tocar jugar des d'aquesta posició, em vaig esforçar molt més per fer-ho bé. M'encantava escapar-me corrent i fer gol amb la meua esquerra màgica.



Recorde que el dia que l'entrenador ens va comunicar la nostra alineació encara quedaven tres posicions per assignar quan em va tocar a mi. Estava tan nerviós que vaig tancar amb força els ulls, vaig creuar els dits de les mans i crec que fins i tot dels peus, ha, ha, ha. Pensava que així diria això que jo estava desitjant sentir:

—I tu, Jaume..., està clar que t'apassiona el futbol. Jugues força bé en totes les posicions, però destagues, sobretot, en una d'elles. Corres com una llebre i la teua esquerra fa uns gols... que t'han convertit en un dels davanters de l'equip! Enhorabona!



Vaig obrir els ulls plens d'alegria quan va dir «... i la teua esquerra fa uns gols». I fins i tot vaig donar saltets de l'emoció quan vaig escoltar que seria davanter.

—Bé, ho he aconseguit!



Des d'aquell dia entrenava com si fora un jugador professional. Corria cada vegada més ràpid i no hi havia partit en el qual no fera gol. Se'm passava el temps superràpid, no em podia creure que portara ja dos mesos entrenant. Però com diu ma mare que tot no pot ser perfecte, doncs això, a partir de llavors van començar els problemes.

No sabia què em passava, però ja no rendia tant en els entrenaments perquè em cansava de seguida. Ni podia córrer durant molta estona ni tampoc molt ràpid. No respirava bé, notava com que em faltava l'aire. Em donaven atacs de tos i, al final, havia de parar perquè si no, m'asfixiava.

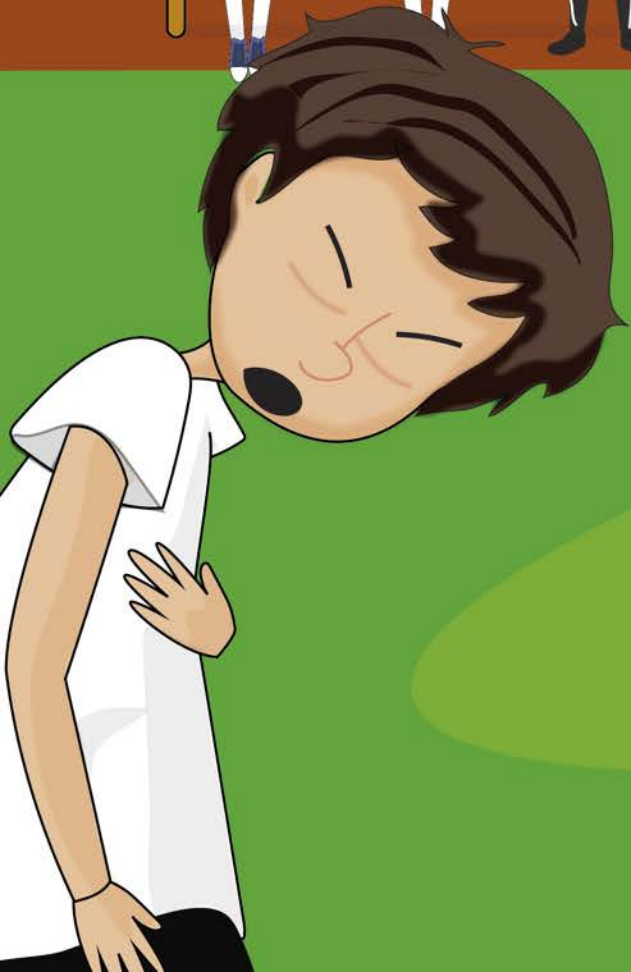
No vaig dir res a casa perquè pensava que se'm passaria. Creia que si li ho explicava als meus pares, em traurien de l'equip. Així que vaig dissimular com vaig poder en els entrenaments; però, com que no corria com al principi, també vaig deixar de fer gols.





—Jaume, et passa alguna cosa, estàs bé?

—Sí, sí, entrenador, estic bé. Només estic cansat, aquesta nit no he dormit bé —li contestava amb la respiració entretallada i evitant mirar-lo.



Aquell cap de setmana tocava partit al col·le i, clar, els meus pares venien a veure'm. Vaig veure l'entrenador parlar amb ells i vaig suposar que estava explicant-los alguna cosa de mi. Vaig intentar oblidar-me d'això per concentrar-me en el partit. Volia que estigueren orgullosos de mi. Desitjava amb totes les meues forces jugar bé, córrer com abans i fer gol. Però... no va poder ser.

Va començar el partit i vaig córrer al màxim uns 10 minuts o així. Vaig haver de baixar el ritme perquè m'asfixiava. Em faltava l'aire i notava com uns xiulets al pit. Al lluny veia la cara de pànic dels meus pares en veure'm així. No podia més. Em vaig parar. L'entrenador va fer el canvi immediatament, i ens vam anar ràpidament a l'hospital.

—Tranquil, Jaume, respira. Un, dos, tres...
Va, una altra vegada, respira. Un, dos,
tres...

Ma mare es va asseure amb mi a la part de
darrere del cotxe per tranquil·litzar-me. Jo
seguia quasi sense poder respirar.

—Ja arribem, un, dos, tres... Però, des de
quan et passa açò?, per què no ens ho has
contat, Jaume? No, no, no respongues ara,
parlarem més tard. Ens ha explicat Ricardo
que ja portes unes dues setmanes així.

—Po ... dré se... guir ju... gant... al fut...
bol?

—Clar que sí, Jaume! —em va contestar
mon pare.





Quan vam arribar, mon pare em va agafar en braços perquè no donara ni un sol pas. Vam tenir sort perquè com em van veure tan malament ens van cridar a l'instant. De seguida em van posar un no sé què amb oxigen. No recorde quanta estona vaig estar amb aquella mascareta enganxada a la cara. El que sí recorde és la sensació d'alleujament que vaig sentir quan vaig deixar de sentir poc a poc aquells horribles xiulets que eixien del meu cos, i quan vaig tornar a respirar com abans.

«Uf, ja no estic tan malament, encara sort que m'he curat!», vaig pensar.

Al lluny vaig sentir com la metgessa els deia als meus pares:

—No hi ha per què alarmar-se. Jaume ha tingut una crisi molt forta. Sembla asma. La setmana que ve heu d'anar al seu metge. Li manaran fer unes proves per esbrinar per què té aquestes crisis. Quant li ho diagnostiquen, amb el tractament adequat pot fer vida normal.

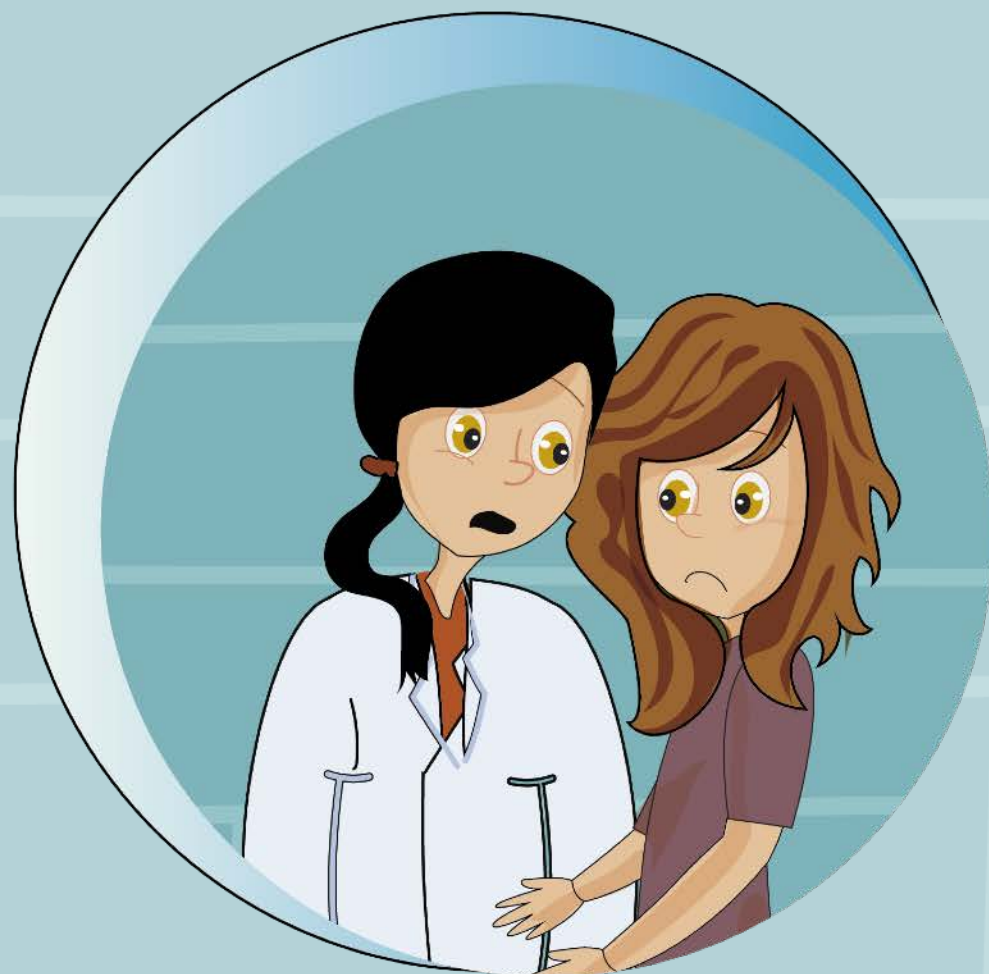
Ma mare, que pensava que no la sentiria, li va preguntar en veu baixa:

—Vida normal, segur? Mire, que el meu xiquet és molt esportista. I li encanta jugar a futbol!

— L'asma i l'esport són compatibles, senyora. És més, l'esport l'ajudarà a millorar la seva resistència respiratòria. No es preocupe! Podrà jugar a futbol i a tot el que vulga.

Veient la cara de ma mare, no sé si va entendre molt bé el primer que li va dir. Això sí, quan li va assegurar que podria seguir jugant a futbol, es va relaxar i va tornar a tenir la seua cara de sempre.

Quan em vaig recuperar del tot, se'n vam anar a casa sense gaire conversa. Mon pare ens va dir que ell també vindria a la consulta amb nosaltres.





Vaig passar la resta del cap de setmana tranquil a casa. Els meus amics es van alegrar molt de veure'm el dilluns a classe. Els vaig explicar la rapidesa amb què m'havia curat la metgessa, i quan em van preguntar si podria seguir jugant a futbol, els vaig contestar quasi convençut:

—Clar que sí! La metgessa m'ha dit que amb el tractament podré jugar i fer esport com sempre.

Tal com ens van dir a l'hospital, la metgessa em va manar fer les proves de l'asma i aquella de les punxades al braç per saber a què tenia al·lèrgia. Quan vam tornar a l'endemà, amb el braç encara ple dels xicotets puntets inflamats, ens va explicar:

—Jaume, vine, asseu-te ací amb mi.

—Què em passa, doctora?



Recorde que em va regirar els cabells amb afecte mentre ens tranquil·litzava als meus pares i a mi amb el seu somriure.

—A veure, Jaume, t'explique. Entre altres coses, tens al·lèrgia al pol·len. Veritat que abans m'has explicat que quan eres xicotet anaves amb el teu avi a les oliveres, i que l'última vegada et vas haver d'anar perquè et picava molt la gola i el nas?

—Sí, doctora, i no parava d'esternudar, a que sí, pare?

—Sí, sí, fill.

—Doncs això, Jaume, és perquè eres al·lèrgic al pol·len. Aquesta és la causa dels teus esternuts i picor de gola i nas.

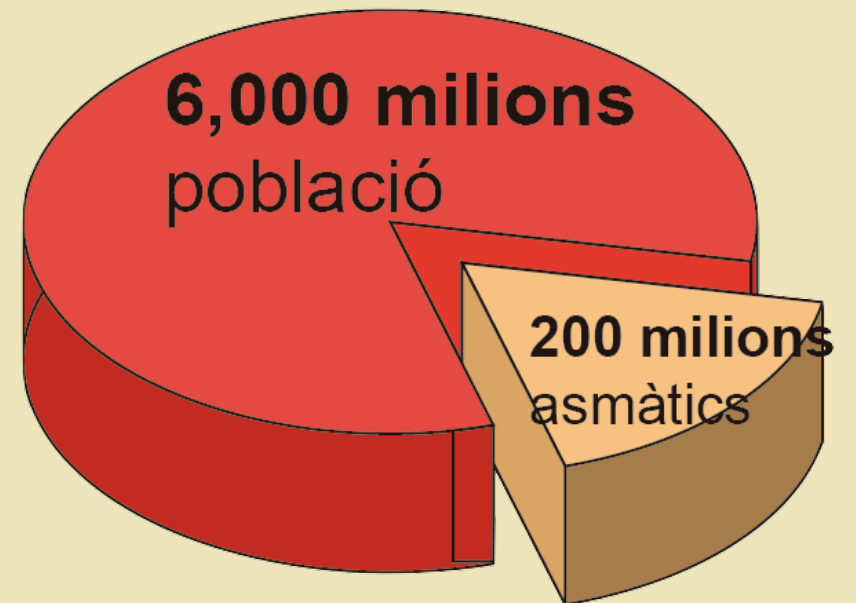
—Entesos! I..., com que sóc al·lèrgic, si córrer molt pot ser que em quede sense aire per respirar?

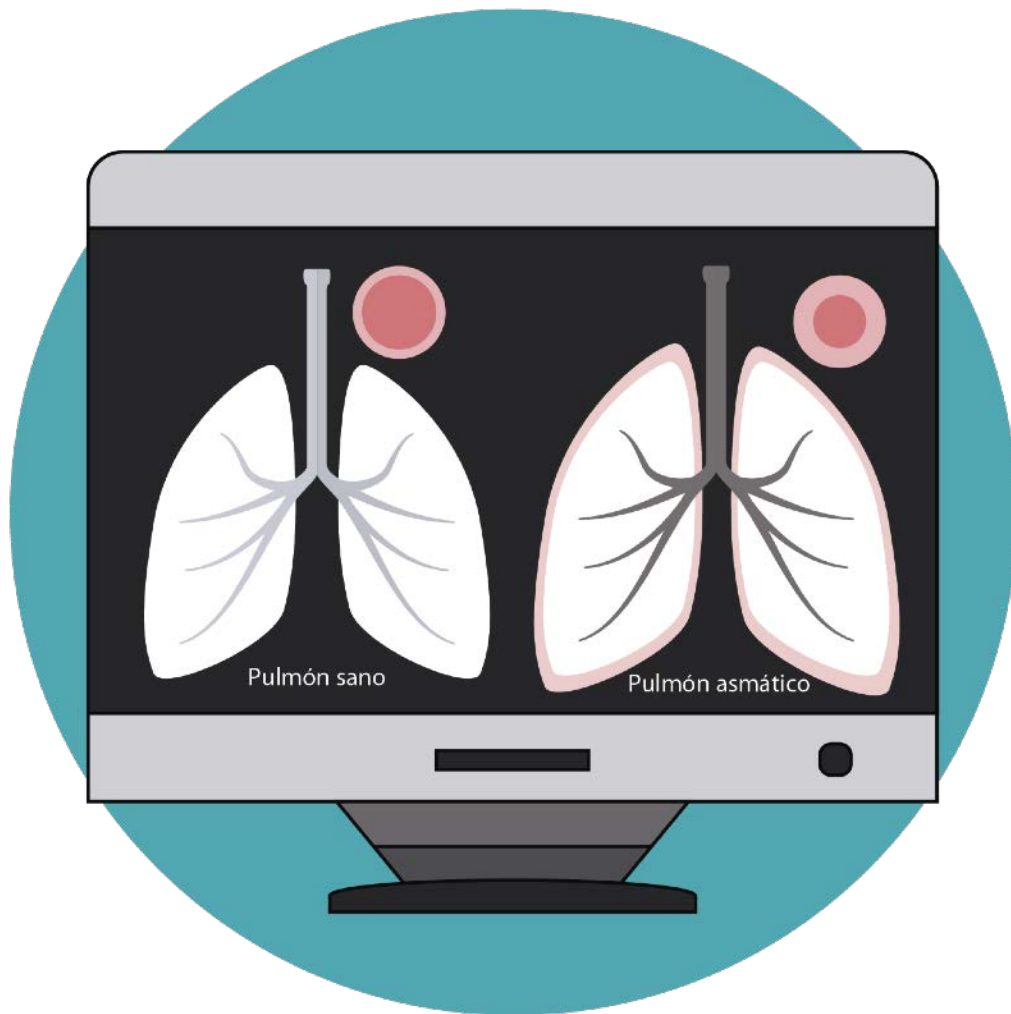


—El que et passa, Jaume, és que a més de ser al·lèrgic al pol·len, també tens asma.

—Ja, el que va dir la metgessa! Però, això què vol dir? —li vaig preguntar.

—Ser asmàtic, avui dia, és una cosa molt normal, Jaume. Fixa't si és normal que hi ha més de tres-cents milions d'asmàtics per tot el món. L'inconvenient és que l'asma és una malaltia crònica; és a dir, que estarà amb tu tota la vida. Això sí, també hi haurà vegades que et trobaràs tan bé que creuràs que no la tens.





Llavors la metgessa va girar la pantalla del seu ordinador, va obrir la carpeta on posava «Asma» i ens va ensenyar algunes fotos.

—Veieu? Fixeu-vos en aquests pulmons. Els de l'esquerra són els d'una persona normal. Els de la dreta són els d'una persona asmàtica. A què estan inflamats? I a què les vies respiratòries són més estretes? Són tan estretetes que no pot passar bé l'aire, per això es produeix aquest ofegament. Que per què s'inflamen? Doncs a unes persones, com a tu, Jaume, a causa del pol·len; a unes altres, per la pols, el fum o altres substàncies que hi ha en l'aire... Fins i tot, altres persones tenen asma perquè el seu propi cos és el que produeix aquesta inflamació.

El problema és que no hi ha només un tipus d'asma, sinó que n'hi ha molts. I la nostra missió, Jaume, és detectar quin tipus d'asma teniu cadascun per així donar-vos el tractament adequat que us ajude a viure com si no ho tinguéreu. M'explique?



—Bé, més o menys —vaig contestar pensatiu.

—Mmm..., t'ho explique millor amb un exemple. Imagina't que necessites roba i vas de compres. Diques, tries una samarreta gran o xicoteta?

—Doncs..., la que m'estiga bé, o... a vegades, una miqueta gran perquè em servisca a l'any següent, veritat?

—Aquest xiquet, quines ocurrencies! —va dir ma mare una mica avergonyida.

—Clar que sí, home, jo també feia el mateix que tu! —va exclamar fent-me l'ull. I després va continuar:

—Doncs l'asma és una cosa semblant a això de la roba, Jaume. Igual que cada persona ens comprem la roba segons el nostre cos, doncs cada persona asmàtica necessita un tractament diferent que s'adapte al seu tipus d'asma. Podem dir que som com una espècie de sastres que us hem de fer un vestit a mida, entens?

—Sí, sí, què bé! I..., em farà ja el vestit?

—Ha, ha, ha! Sí, sí, podem dir que ja he començat. T'aniré veient cada tres setmanes i així m'aniràs explicant com vas.

Quant la metgessa es va assegurar que ho vam entendre, va tornar a col·locar bé la pantalla i va continuar explicant-nos.

—Mireu, veieu aquestes fotos? Són dispositius d'inhalació.





La metgessa va traure un dispositiu del seu calaix i em va explicar detalladament el que havia de fer. Jo el mirava sense treure-li els ulls de sobre. Després m'ho va passar i em va ensenyar com fer-lo servir.

—Ja veuràs que fàcil et resulta utilitzar-ho. Una cosa important: no t'oblides mai de prendre-t'ho.

—Estic segura que ho faràs molt bé, xiquet.

Per a mi, aquell dia va ser molt important perquè vaig començar a entendre què és el que li passa als meus pulmons perquè jo siga asmàtic.



Des de llavors anava a la consulta cada tres setmanes.
L'havia utilitzat tan bé que no havia tingut cap crisi.

La metgessa em va tornar a repassar tots els passos per assegurar-se que ho estava fent tot bé i em va preguntar:

—Què passa, Jaume? Segur que ho tens clar?

—Sí. El que passa és que fins ara no ho he contat als meus companys del col·le perquè em fa vergonya que es riguen de mi...

—Ja saps que l'asma és una patologia molt freqüent, no només en els adults, sinó també en els xiquets com tu. I si es riuen de tu, els dius: «Sí, sóc asmàtic, i què?».

—D'acord —vaig respondre, ja més tranquil.





Diverses setmanes després d'aquesta consulta, els meus amics i jo havíem quedat per jugar un partit a l'hora de l'esbarjo. Vaig decidir que el millor seria explicar-li al profe de mates, abans d'entrar, que soc asmàtic.

—Ja ho sé, Jaume. L'altre dia vam tenir una jornada molt interessant en què, entre altres coses, ens van informar sobre l'asma i els alumnes asmàtics que tenim. I en sou molts!

—D'acord.

I, fent-me l'ullet, va entrar a la classe.

Va arribar l'hora de l'esbarjo, estava una mica nerviós. De sobte, es van acostar Pau i Marc.

—Jaume, ens hem assabentat que tens asma. No sabem molt bé el que és..., però, vol dir que deixaràs de jugar a futbol?

En aquell moment vaig recordar el que m'havia dit la metgessa, i mirant-los a la cara vaig respondre:

—Doncs sí, sóc asmàtic, i què?

—No passa res Jaume, només volem saber si el que tens és greu.

—Tranquils, puc seguir jugant a futbol i marcaré els gols que calga per ser els campions de lliga. Si seguisc les recomanacions del meu metge, puc fer vida normal.

Lavors vam començar a jugar i podia córrer de meravella, sense ofegar-me i fins i tot vaig marcar dos gols. Els meus amics em van felicitar per lo bé que havia jugat i jo estava molt però que molt content. Quan va acabar l'esbarjo, vaig veure que Alba estava esperant-me per pujar junts.





—Què bé has jugat, Jaume! Quina enveja!

—Gràcies, Alba. T'he vist mirant-nos tota l'estona. Per què no jugues amb nosaltres?

—Doncs això volia contar-te, encara que em fa vergonya...

—El què? No t'entenc, Alba, eres amiga meua. Conta-m'ho ràpid que tenim classe.

—Doncs que jo també sóc asmàtica, Jaume. M'ho van diagnosticar abans que a tu. Però jo no puc córrer ni fer esport com tu...

—De veres? Ara ho entenc! Però..., i això?

—No vull dir-li a ningú que tinc asma perquè no vull que es riguen de mi. A més, com dorm tan malament a les nits, a l'endemà no tinc forces per a res.

—Doncs a mi ja no em fa vergonya, Alba. Sí, som asmàtics, i què? Si dorms malament per les nits és perquè el pijama et va gran o xicotet... ha, ha, ha!

—Eh... però, què dius? —va preguntar Alba sense entendre res.

—Ha, ha, ha! Vol dir que alguna cosa va malament, després t'ho explique. Me'n vaig a classe. Espera'm a l'eixida i t'ho conte de camí a casa, d'acord?

—Val, fins després!



Recorde que aquell dia Alba i jo vam arribar una mica tard a casa perquè vam estar parlant molta estona. Jo, com ja li havia contat alguna vegada alguna cosa sobre les meues converses amb el meu metge, em vaig centrar, sobretot, en allò del pijama. I després, com ella mai m'havia parlat de la seua asma, doncs va començar a explicar-m'ho detalladament.

—És que quan em van dir que era per a tota la vida, em vaig espantar molt. I pensava que si no feia servir l'inhalador, no em passaria res. L'única cosa dolenta seria que no podria fer esport. I per això, al principi, no em vaig prendre seriosament això de l'inhalador. Ara crec que sí que estic fent bé el meu tractament, però tot i així seguisc dormint malament per les nits i estic cansada tot el dia... no sé.

—Saps què, Alba? Crec que hauries de explicar al teu metge tot el que m'acabes de dir. És molt important que sigues sincera amb ell. Així no pots seguir... no veus que la teua asma et controla a tu?

—Ja, potser, però...

—Però què? Quant tingues el teu vestit a mida, seràs tu la que controle la teua asma i llavors podràs fer esport sense problema.

—Tant de bo! Tens raó, potser no ho estiga fent bé.

Des d'aquell dia Alba i jo parlàvem quasi tots els dies de la nostra asma. El millor de tot és que com va començar a anar cada dues setmanes a la consulta, a la tercera consulta el seu metge ja havia aconseguit fer-li el seu pijama a mida i, per fi, va començar a dormir bé.

—Ara sí que em trobe bé i amb ganes de fer de tot.

—Què bé, Alba! Veus? Ja pots jugar a futbol, eh?

Estava tan contenta que a penes em deixava parlar.



—Ah, i ja no em fa vergonya dir que sóc asmàtica! Abans posava excuses a classe d'Educació Física i em posava malalta per no córrer i no fer la prova de resistència que..., per cert, em toca dimecres que ve. Uf, 12 minuts corrent! No sé si podré... Tu quan la tens?

—Clar que podràs! Jo, un dia després que tu. A veure com va...

—Doncs tu bé, ja l'has fet unes quantes vegades i has aguantat bé. Aquesta serà la meua primera vegada.

—Ja..., però per a mi aquesta és més difícil perquè amb la primavera i el pol·len...

—Hala, és veritat, se m'havia oblidat, tu damunt eres al·lèrgic al pol·len!

a, tu a sobre ets al·lèrgic al pol·len!





Quan ma mare se'n va anar, em vaig preparar el meu entrepà de pernil i vaig eixir de casa pensant en l'important que era el dia de hui per a Alba. Si aconseguia córrer els 12 minuts era senyal que, per fi, estava aprenent a viure amb la seua asma. Sabia que la tenia després de l'esbarjo, així que em vaig acostar a desitjar-li sort.

—Però si tu eres asmàtica, creus que aguantaràs? No pots córrer!

—Sí, sóc asmàtic, i què? Clar que puc córrer!

Vaig somriure en escoltar-la dir la nostra frase i me'n vaig anar sense dir-li res. Ella ja ho havia dit tot. Vam quedar en tornar junts a casa perquè em contara com li havia anat.

—No m'ho puc creure, ho he aconseguit, Jaume!

—Visca, enhorabona! Veus que bé?

Alba estava superfeliç. Es va passar tot el camí contant-me els detalls de la prova de resistència. Fins i tot va fer un temps millor que la xiqueta que s'havia rigut d'ella. Jo, mentre l'escoltava, dissimulava els meus nervis perquè a mi em tocava a l'endemà.

—Desperta, fill, amunt, és hora d'alçar-se!

—Bon dia, mare! Avui sí que em toca a mi!

Vaig pegar un salt del llit, em vaig arreglar, em vaig posar el xandall i després vaig esmorzar només una miqueta. Vaig agafar la pilota i vaig eixir de casa repetint una i altra vegada:

Tu pots!





I... saps què va passar al final? Doncs que, a més d'aguantar els 12 minuts corrent en plena primavera, he millorat la meua marca en tres-cents metres!

Alba va vindre corrent a felicitar-me:

—Ostres, Jaume, que bo eres, enhorabona!

—Gràcies, Alba, estic supercontent, ho hem aconseguit!

Alba i jo vam tornar a casa sense parar de parlar sobre com havien desaparegut les nostres pors sobre l'asma i sobre el bé que ens sentíem ara. Vaig pensar que aquest era un bon moment per contar-li el meu secret.

—Alba, tinc una cosa que contar-te... bé, que ensenyar-te —li vaig dir mentre obria la motxilla i treia el meu quadern.

Alba el va agafar i em va mirar sorpresa i, abans que diguera res, li vaig comentar:

—És un llibre sobre nosaltres. Tu també ixes, eh?

—De veres? I si el llegim ara?

I junts a la vegada, vam dir:

—Som asmàtics, i què?

FI



Et pots descarregar aquest llibre
gratuïtament en castellà, anglès, català,
gallec i euskera a weeblebooks.com o a
l'app WeebleBooks



www.weeblebooks.com

Amb el patrocini de:

