

*La
pelirroja
Soy Yo*

**PATRICIA
SAÑES**

LUNWERG | Narrativa

La pelirroja soy yo

Patricia Sañes

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.

La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.

Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Queda expresamente prohibida la utilización o reproducción de este libro o de cualquiera de sus partes con el propósito de entrenar o alimentar sistemas o tecnologías de inteligencia artificial.

© Patricia Sañes, 2025

© Editorial Planeta, S. A., 2025

Lunwerk es un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avenida Diagonal, 662-664 - 08034 Barcelona

Calle Juan Ignacio Luca de Tena, 17 - 28027 Madrid

lunwerk@lunwerk.com

www.lunwerk.com

www.instagram.com/lunwerk

www.x.com/Lunwerolibros

www.facebook.com/lunwerk

Diseño y maquetación: Lunwerk, 2025

Primera edición: octubre de 2025

Depósito legal: B. 9.803-2025

ISBN: 979-13-87761-14-1

Printed in Spain – Impreso en España



Muerta en vida

El sonido intermitente de la alarma me anima a salir de la cama sin éxito. Un blíster de pastillas de Seroxat descansa en mi mesita de noche junto al frasco Blanche, de Byredo. Suelo perfumarme antes de acostarme. Bueno, solía. Ahora no tengo ganas. Logro apagar la alarma del iPhone sin asomar la cabeza. Sigo acurrucada bajo mis sábanas blancas de algodón egipcio. Ya no huelen a limpio. He olvidado la última vez que me armé de valor para ponerlas en la lavadora.

Un rayo de sol se cuela tímidamente por el hueco de la persiana, que no cierra bien. Empieza un nuevo día. Y no sé cómo voy a sobrevivir a él.

Deambulo hasta la ducha. Mi paso es lento, muy lento, y tan desganado como mi apetito. Un chorro de agua fría me arranca un chillido quejoso. Noto flaquear mis piernas, el peso de mi escuálido cuerpo es demasiado para ellas. Me siento en el plato de ducha y abrazo mis rodillas, mientras el agua cae a borbotones sobre mi piel blancucha. No pienso en nada.

Me enjabono como una autómatas y decido pasar de lavarme el pelo. Una vez más. Mi melena pelirroja brilla por exceso de grasa. Pero me da igual. En realidad, todo me da igual. Enrollo el pelo en un moño mal hecho y vuelvo a la cama.

Pimienta asoma la patita bajo la almohada que la cobija. Desde que empezó el calvario, esta cavalier color canela se ha convertido en mi guardaespaldas. Es como si intuyera el pozo en el que estoy metida. La noto hambrienta. Creo que olvidé darle de cenar. Los remordimientos —y el pienso— me ayudan a cambiar la cama por el sofá. El piso sigue a oscuras. Para qué subir las persianas y ver cómo, un día más, el mundo me da la espalda.

Ya me he acostumbrado a mi nueva rutina: la voz de la presentadora de La 1 me acompaña todas las mañanas mientras

dormito. Esta profunda desazón me chupa hasta el último resquicio de energía. Muchas tardes, me tumbo en el suelo durante horas, incapaz de levantarme. No tengo fuerzas. Y no sé si quiero tenerlas.

El cambio de presentador televisivo me avisa de que es la hora de comer. Suelo pedir un Glovo y nunca varío de menú: poke de quinoa, aguacate, salmón, cebolla, wakame y semillas de sésamo con extra de soja. Otras veces descongelo una bolsa de arroz tres delicias. Las compro a granel el día que me arrastro hasta el súper. De postre, natillas caducadas que, por cierto, me sientan de maravilla. Creo que se inventan las fechas de vencimiento.



Primera vez

El despacho de mi psiquiatra no es tan aséptico como imaginaba. Estoy sentada en una butaca de piel desgastada frente a un secreter que también acumula años. A mi izquierda me custodia una pila ingente de folios desordenados. Espero inquieta la llegada del doctor, mientras escudriño sus dominios en busca de alguna pista sobre su personalidad. Las paredes están pintadas de un tono verdoso, la amiga decoradora de mi madre lo llamaría *verde mint*. Descubro la figurita de una virgen junto a un cenicero de plata impoluto. Un PC de los de antes ocupa la mitad del escritorio. No hay fotos. Me hubiera gustado saber si me va a tratar un padre de familia o un lobo solitario adicto a la psiquiatría. Aunque, en realidad, las dos opciones me valen. A mi derecha hay una ventana que da a la calle. Las cortinas están echadas.

Una voz ronca irrumpe en la habitación. El doctor Negre me saluda con un fuerte apretón de manos. Mientras se acomoda en una butaca tan desaliñada como él, su expresión afable me invita a confesar. Pero no sé cómo ahondar en los rincones más oscuros de mi mente con un extraño. Tampoco le pongo nombre a esto que me pasa. Mucha gente está triste y no va al médico. Pero aquí estoy yo, pidiéndole a un desconocido que ponga remedio a mis penas. El doctor Negre es mi última esperanza. Convivir con esta desolación me está matando.

—¿Por qué estás aquí, Ginevra? —me pregunta directo a la yugular.

—No lo sé —respondo con un hilo de voz—. Hace semanas que apenas puedo levantarme de la cama.

Noto cómo me ruborizo. Me avergüenza reconocerme tan hecha polvo sin una explicación lógica. Pero Negre no parece sorprenderse y me anima a ponerlo al día.

—Tengo treinta y tres años y soy periodista, pero me dedico a las redes sociales. Mi vida transcurre (o transcurría) entre

aeropuertos, *shootings*¹ y rodajes publicitarios. Soy hija de padres separados. Y no me siento bien ni pensarlo. Cuando mi padre, un reputado piloto de Iberia, perdió el norte por una azafata que podría haber sido mi hermana, me pareció un tópico demasiado soez. Yo tenía catorce años cuando se fue de casa, dejando a mi madre con su cuento de hadas hecho trizas. Ella era de las que creían en el amor para toda la vida. Y me parece que sigue en sus trece. Jamás ha vuelto a enamorarse. Continúa diciendo que el matrimonio es para siempre. Me pone negra escucharla. No debería seguir condenada a un hombre que nunca la mereció. Desde entonces, siento aversión por el matrimonio y todo lo que tenga que ver con relaciones sentimentales a largo plazo. Mi madre sigue ejerciendo de ama de casa entregada, pero su mirada no ha vuelto a ser la misma desde que mi padre hizo saltar por los aires la familia feliz que un día fuimos. O, por lo menos, eso me tragué durante demasiado tiempo.

—Y ahora, ¿cómo os lleváis? Me refiero a tu padre.

—Después de varios años sin hablarle, ahora tenemos una relación normal. Si por normal entiendes comer con él una vez al mes. Suerte que tenía a Sebas, mi hermano mayor, al que adoro y odio a partes iguales. Él se convirtió en nuestro salvavidas cuando papá se fue. Lo recuerdo arrodillado junto a mi cama muchas noches, acariciando mis mechones pelirrojos, mientras yo empapaba la almohada. Y se quedaba ahí, en silencio durante no sé cuánto tiempo, dejando que mi llanto fluyera sin cortapisas.

—El doctor no para de tomar notas a mano, pero eso no le impide seguir el hilo de mi monólogo—. Tuve una infancia feliz que se truncó en la adolescencia con el divorcio de mis padres. Menos mal del Santa Margarita, el colegio de monjas en el que cursé toda mi etapa escolar. Recuerdo muy especialmente a

1. Un *shooting* es una sesión de fotos.

Vicky, la profe de Filosofía que tanto me ayudó a superar esos años complicados. Y a mis amigas, María y Casilda, que venían a estudiar a casa todos los días para que no estuviera sola.

El doctor Negre asiente por primera vez, pero sigue sin decir nada. ¿Este hombre es mudo o qué? Para evitarme un silencio incómodo, continúo con mi verborrea.

—Sinceramente, no tengo ni puñetera idea de lo que me está pasando. ¿Por qué no tengo fuerzas para andar? ¿Por qué me da miedo salir de casa? ¿Por qué no tengo hambre? ¿Por qué prefiero las zapatillas de estar por casa a mis mocasines Celine? No sabía que vivir podía pesar tanto.

—¿Duermes bien? —Negre cambia de tercio sin responder a ninguna de mis preguntas. Su aparente falta de empatía empieza a mosquearme.

—Suelo desvelarme de madrugada. —No sé qué narices tiene que ver el sueño con mi desilusión vital.

El doctor Negre conserva su semblante hierático durante los cincuenta minutos que dura la sesión. Salgo de su consulta con el alma encogida y una receta que dice: «Seroxat 20 mg y Orfidal 1 mg». El primero aliviará los síntomas de mi depresión (por fin tengo un nombre) y lo segundo amainará el estado de nerviosismo y ansiedad en el que vivo las veinticuatro horas del día. A veces tengo la sensación de ser un cóctel molotov a punto de explotar. Es la primera vez que voy a medicarme con regularidad. Hasta hoy, no conocía mucho más allá del Ibuprofeno y el Fluimucil Forte.

Cruzo el umbral de la farmacia nerviosa y, sin mediar palabra, extiendo la receta a una mujer de unos cuarenta y tantos. Antes muerta que pronunciar en voz alta las palabras Orfidal y Seroxat. Ahora mismo me parecen armas de destrucción masiva. Escondo en mi bolso las cajitas que me delatan, pago lo más rápido que puedo y salgo como una exhalación de aquel lugar mordíendome el pulgar. Adiós a la única uña que conservaba su esmalte.

«Hola, depresión»

La mente es poderosa y sádica. La mía se esfuerza todos los días por enterrar mi cuerpo, aún caliente, para aniquilar cualquier atisbo de vida. Con ella viajo a los recovecos más siniestros del alma, allí donde no soy nadie ni valgo para nada. Y en este bucle de autodestrucción siempre aparece ella: la culpa. La misma que te grita: «¡Si no te levantas del suelo es porque no quieres!». La culpa no da tregua. Y te engaña con la falsa premisa de que todo es cuestión de querer «animarse». Y así lo entienden todos. Así te ve el mundo. Y eso te hace sentir aún más pequeña.

Abro un ojo a regañadientes. Miro la hora en el diminuto reloj de muñeca que heredé de mi abuela. No recuerdo la última vez que me quité su Cartier de oro amarillo. Es mi manera de llevarla conmigo.

Ya es mediodía. Llevo durmiendo desde las ocho de la tarde anterior. Dormir es el único antídoto para dejar de sentir.

En un acto casi heroico, decido levantar la persiana. Hoy sí. Mis ojos tardan unos segundos en acostumbrarse a la luz. Llevo muchos días (no sé cuántos) viviendo en penumbra. Contemplo, absorta, cómo un tímido rayo de sol ilumina los geranios rojos de mi vecina. No hay prueba de vida más fehaciente que ellos. «Y tú eres la prueba de lo contrario», me digo con sorna.

Entreabro la ventana y una brizna de aire frío acaricia mi mejilla. Vale, puede que, después de todo, sentir no duela siempre. Corro de nuevo las cortinas de lino. Entra demasiada luz. Me quedo de pie tras ellas, intuyendo el ir y venir de la gente por el movimiento de sus sombras. Pero no soy capaz de anhelar la normalidad de sus vidas.

De camino a la despensa, me topo sin querer con mi reflejo. El surco de las ojeras resalta el blanco nuclear de mi piel. Tengo los labios cuarteados. Hace días que no me peino. Mi pobre

melenita pelirroja está condenada a vivir entre nudos. Ya he notado cuatro.

Tampoco me atrevo a ponerme mis «vaqueros de la verdad». Esos que me dicen sin rodeos cuándo engordo o adelgazo. Me temo que voy a bailar en ellos. Las facciones de mi cara —cada vez más angulosas— no engañan.

El sofá ha empezado a deformarse por el lado izquierdo. Ahí es donde suelo pasar el día, fustigándome por ser un despojo humano sin la menor intención de revertir la situación. A menudo Pimienta se tumba a mi lado. Su peso pluma todavía no ha conseguido dejar huella en el relleno del sofá.

La luz de la pantalla de mi móvil me alerta de un nuevo *whats*. Cuando leo el nombre del remitente, casi me caigo al suelo. A mi favor debo decir que estaba retozando al borde del asiento. Noto cómo mi corazón se doblaba con pasmosa facilidad. Tardo diecisiete minutos en leer su mensaje. No quiero parecer desesperada (aunque lo esté). «Recién aterrizado en Madrid. ¿Nos vemos?» Y, en un abrir y cerrar de ojos, Claudio pone mi vida del revés.



Masaje de remonte

Me tumbo en la camilla y noto, agradecida, el calor de la esterilla cuando me cubro con el edredón blanco. Mi piel necesita un milagro antes de ver a Claudio, y eso solo puede conseguirlo el famoso «masaje remonte» de Silvia, mi facialista desde hace una década. Ojalá pudiera remontar mi vida entera, pero por algo tendré que empezar.

Sus manos se funden con mi piel en deliciosos movimientos circulares. Me pica la cara por culpa del exfoliante. Es una sensación agri dulce. Pero enseguida llega la recompensa: el masaje de brazos que siempre pido «con mucha presión, por favor», mientras actúa la mascarilla.

Suelo —solía— visitar a Silvia una vez a la semana. En octubre celebrábamos nuestra particular vuelta al cole y agendábamos una batería de tratamientos para las semanas venideras. Respeto el sol menos de lo que debería y, cuando dejo el verano atrás, vuelvo al redil cual hija pródiga para minimizar sus estragos.

Qué tiempos aquellos en los que me preocupaba verme bien. Antes no perdonaba la limpieza facial diaria o el exfoliante semanal. El pijama lo esconde todo. Hasta los pelos incipientes de mis piernas y la piel escamada por falta de hidratante.

