

La vida -decía Scott Fitzgerald- no es como la pensábamos, sino más bien como nos la temíamos. Si buena parte de mi vida, vida mía, vivida desde la altura de un metro y dieciocho la pensé como un decir y repetir de una misma estrofa “Yo puedo, yo puedo, yo puedo, yo puedo...(puedo sin ayuda, puedo sin adaptaciones)”, llegó un día en el que la vida -terca- me enseñó a pronunciar una variación sobre la misma estrofa: el ahora que “Ya no puedo”.

Esta enunciación de la mujer que te habla contiene un desplazamiento nada ingenuo; la terquedad no está en la vida, está, pertenece al sujeto de la enunciación, al pensamiento, al yo-terco de la mujer que te habla.

La clave de esta interiorización y subjetivización de la negación de la evidencia -Yo puedo, yo puedo, yo puedo...- cuando, evidentemente la vida de una persona de talla baja es mucho más cómoda, su bienestar -y salud- están mucho más garantizados si su entorno está adaptado a las dimensiones de su tamaño; entiendo que responde a un miedo -más que razonable- al rechazo del otro. Un miedo, pues, a la interpretación que puedan hacer los otros de esa evidencia asumida.

Salvo en preescolar, donde me servía de una bacinilla, un orinal, al no alcanzar a sentarme en el retrete; mi educación primaria, secundaria y universitaria la realicé en el mismo mobiliario que mis compañeros. Como cualquier joven más y sin más limitación física que el no poder dar grandes caminatas, por aquel entonces todo apuntaba hacia el “Yo puedo” en sentido amplio. Lo que si tenía adaptado desde niña a mi talla era: la cama, la mesa y la silla de estudio, la barra del armario ropero y las cajoneras. Al mudarnos a vivir a un chalet cuando tenía 16 años, aprovechamos -mis padres y yo- para adaptar a mi altura también el lavabo del cuarto de baño. En el suelo del baño construimos una pequeña zona en tarima, elevada. Subida en la tarima ganaba un palmo de altura y alcanzaba sin problemas al seno del lavabo y al misterio del espejo.

Donde nunca hubo dilema del tipo puedo-no puedo-ya no puedo y me dio exactamente igual lo que quiera que sea que pudieran pensar los demás fue el momento en el que pude optar a mi propio vehículo. Desde el principio, pasaba por una adaptación asumida de forma obvia-natural. Mi primer vehículo fue un ciclomotor de venta libre en el mercado; una Mecatecno Chic, cuya adaptación pasó simplemente por retirar una pieza entre el sillín y la carcasa, recolocando el sillín original sobre la carcasa de la rueda trasera. El tercer año de la Universidad lo cursé yendo y viniendo en mi primer coche. Un Peugeot 205. Con cambio de marchas manual la adaptación consistió en un embrague semiautomático, acelerador y freno al volante, más un cojín de asiento y respaldo sobre el asiento original junto a una pequeña plataforma de madera de 4 cm bajo la alfombrilla del suelo para pisar con toda la superficie de la planta del pie. El vehículo que conduzco en la actualidad tiene un cambio de marchas automático y la adaptación fue la elongación de los pedales, más el asiento y la pequeña tarima de madera que utilizaba ya en el vehículo anterior.

No ha sido sino de cuatro años para acá que empecé a tener problemas musculoesqueléticos más serios. Problemas que en buena medida vinieron a raíz de una negación de la evidencia, un ejercicio bruto, un alarde del Yo puedo en su versión más terca; cuando me emancipé y me fui a vivir a una casa de alquiler en la que lo único que

había a mi altura era la cama (y porque era la mía). Al cabo de un año y medio sufrí un pinzamiento cervical. A partir de ahí se acabó el dilema entre adaptarme o no el entorno más inmediato. A partir de ahí, sobrevinieron una serie de cambios y reformas en casa: la cocina, los interruptores de la luz, mi estudio -una silla ergonómica pequeña, reformas ergonómicas en la mesa de trabajo- junto a los que quedan pendientes -las manivelas de las puertas, los tiradores del armario; y aquellos que están por venir o pueda necesitar más adelante.

No hay que llevar el cuerpo -inconscientemente- al límite para darse cuenta de que una/uno, como cualquiera, tiene límites.

Adaptaciones:

Estudio:

Mesa baja/silla

Dormitorio:

Cama baja (patas más bajitas para el somier a la venta en el mercado)
mesita de noche baja

Barra del armario ropero a mi altura, espejo, perchero.

Cuarto de baño:

Lavabo, espejo

armario.

bañera-ducha.

Cocina:

En una cocina convencional -grande- hicimos la siguiente adaptación. Conservando la encimera en forma de L original diseñamos una cocina duplicada: “la zona de la esquina se diseñó a una altura más baja que equipamos con fregadero y vitrocerámica”

Pollo de la cocina a una altura baja con Hornilla-vitrocerámica+fregadero incorporados.

Horno.

Muebles bajos: despensa, cacerolas, platos, vasos, cubertería.

Frigorífico con el congelador arriba, en la parte alta.

Salón:

Mesa semibaja. Utilizo un reposapiés y un cojín para el respaldo con una silla corriente.

Cojín supletorio para el respaldo del sofá.

Otros:

Interruptores de la luz duplicados. Se mantienen los originales, pero de ahí se desdoblaron en otros a una altura baja.

Vehículos:

Moto. Ciclomotor Mecatecno- Chic. Adaptación del sillín original, suprimí altura eliminando una estructura metálica y recolocando el sillín original sobre la carcasa del guardabarros de la rueda trasera.

Coche:

Vehículo con cambio de marchas automático.

Elongación de los pedales + cojines supletorios de respaldo y asiento que se apoyan sobre el asiento original del vehículo + tarima de madera de 3 cm. bajo la alfombrilla del suelo del asiento del conductor para elevar la distancia del suelo del vehículo y apoyar correctamente con toda la planta del pie.

Otra posible adaptación -más cara- que usé con anterioridad en un coche sin caja de cambios automática es: adaptación a embrague semiautomático, el embrague se acciona por contacto desde el pomo del cambio de marchas; acelerador y palanca de frenos al volante.

Para ver esta película, debe
disponer de QuickTime™ y de
un descompresor TIFF (sin comprimir).