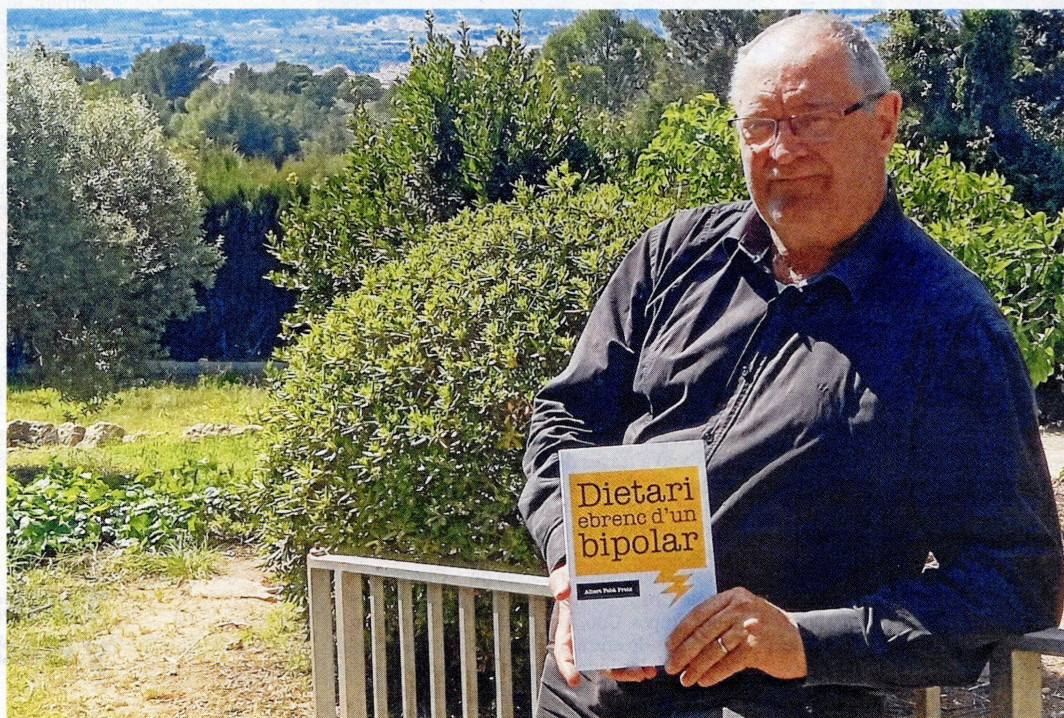


Albert Fabà Prats Mestre i sociolingüista

«EL MÉS DIFÍCIL DE SUPORTAR HA ESTAT LA DEPRESSIÓ»

Entrevista

L'autor detalla, en el llibre 'Dietari ebrenc d'un bipolar', l'evolució dels cicles emotius associats a la malaltia mental que pateix



SÍLVIA FORNÓS
TORTOSA

Ebrenc Albert Fabà Prats (Tortosa, 1956) és llicenciat en Història Contemporània, mestre de català i sociolingüista. Actualment viu a Barcelona i treballa als Serveis Centrals del Consorci per a la Normalització Lingüística com a responsable d'Anàlisi i Avaluació. *Dietari ebrenc d'un bipolar* (Quorum Llibres) és la seva última publicació, on detalla amb precisió l'evolució dels cicles emotius associats a la malaltia bipolar que pateix, entre el maig del 2018 i el juliol de 2020, coincidint amb els mesos de confinament.

En quin moment li van diagnosticar la malaltia i quina va ser la seva reacció al diagnòstic?

Cap al 2004 lleixo al setmanal d'*El País* un article on es parla dels bipolars. I m'hi reconec. La meua dona em diu que m'he de fer visitar per un professional. Vaig a un psicòleg. M'hi estic un any i mig, que m'ajuda a consolidar el diagnòstic. Però la teràpia psicològica pot servir de suport, però no 'cura' la malaltia. En aquells darrers mesos m'encerclen les idees suïcides... Finalment, el psicòleg m'aconsella anar a un psiquiatre, que em recepta liti. La medicació ha estat *lo tot*, com diria la meua mare.

Després de tants anys, què el va motivar a escriure 'Dietari ebrenc d'un bipolar'?

La iniciativa d'escriure'l és fruit de la malaltia, del pas d'un cicle d'apatia i tristesa a un d'eufòria.

Aquest canvi s'esdevé de cop. Un dia t'allites apagat i a les cinc o les sis del matí de l'endemà et despertes, sense poder dormir, amb mil idees al cap. Això em va passar el dia 10 de maig del 2018, com reflecteix la primera entrada del llibre. M'aixeco i em dic: «Faré un dietari».

Per què, precisament, un dietari?

Va sorgir de forma natural. Hi té a veure, també, que aleshores jo vaig tornar als orígens, per dir-ho d'alguna manera. Havia marxat de Tortosa per estudiar a la universitat, cap als anys setanta del segle passat. Vaig fer cap a Santa Coloma de Gramenet i allà vaig estar-hi molt actiu perdent, en bona part, la meua relació amb l'Ebre. Però ara la recuperava,

Albert Fabà Prats a 'Loturó', la caseta on han viscut els seus pares durant els darrers vint anys. Un dels principals protagonistes del dietari.

FOTO: CEDIDA