

## Sobre la ansiedad

Sandra Sandoval<sup>1</sup>

Me lleno el plato con los abrazos de mamá  
Y sus lágrimas atoradas en la licuadora.



Fuente: *Sobre la ansiedad*. 2024. Archivo personal. Sandra Sandoval.



Fuente: *Sobre la ansiedad*. 2024. Archivo personal. Sandra Sandoval.

<sup>1</sup> Maestra en Artes Escénicas con énfasis en Actuación de la ASAB y Magister en Educación. Con amplia trayectoria en el sector educativo y artístico, es miembro del grupo Teatro para Voyeristas y se destaca como actriz, directora y pedagoga innovadora.

No prendas la luz

En mi viaje de cinco minutos las tripas me han quedado pegadas a las costillas.

Estoy atorada en un espacio diminuto que huele clorox,

y el reflejo mentiroso de ojos dilatados es el guardián de este encierro.

No prendas la luz.



*Fuente: Sobre la ansiedad. 2024. Archivo personal. Sandra Sandoval.*

En el cuarto metálico las pupilas se dilatan  
y los ombligos deformes invaden las baldosas.

Los dedos mordidos por incisivos hacen su trabajo.

El cuarto metálico ahora está lleno de baba, como pelusas amarillas y verdes.

Las tripas cotorrean  
Las tripas se enredan en la garganta  
Las tripas dicen “no, no, no”  
Las tripas se pintan de morado  
y orgullosas celebran el vacío del plato



*Fuente: Sobre la ansiedad. 2024. Archivo personal. Sandra Sandoval.*

La ansiedad me muerde las pestañas, me revuelca en la esquina,  
escupe mis planes olor de margarita y me llena los bolsillos de chocolates derretidos  
La ansiedad me saca la lengua  
me vence con un beso en la frente y se acurruca detrás de mi oreja.



*Fuente: Sobre la ansiedad. 2024. Archivo personal. Sandra Sandoval.*