

Beatriz Marín:

“He ganado años de vida, no me he quitado nada”

En 2017, se sometió a una cirugía bariátrica en el Área de Obesidad de la Clínica, tras alcanzar los 117 kilos durante su segundo embarazo

CUN ■ La llegada de su segunda hija fue el detonante para que Beatriz Marín (Lodosa, Navarra) tomara una determinación que le cambiaría la vida. Desde pequeña había tenido problemas con su peso, pero durante ese segundo embarazo llegó a engordar 30 kilos. Un exceso de peso que comenzaba a generarle problemas asociados, especialmente con dos niños pequeños.

A sus 34 años decidió someterse a una cirugía bariátrica de la mano del equipo del Dr. Víctor Valentí, codirector del Área de Obesidad de la Clínica, que le permitiera tener una mejor calidad de vida y, sobre todo, una mayor tranquilidad de cara al futuro. “Yo solo pensaba que no quería que me pasara algo y se quedaran sin su madre”.

Usted padecía obesidad. ¿Qué le decidió a dar el paso de someterse a una cirugía bariátrica? Siempre fui la niña más grande de mi cole pero nunca me causó ningún tipo de complejo ni de preocupación. Pero tuve dos bebés, con la segunda bebé engordé 30 kilos y me planté en los 117 kilos. Hice mil dietas, lo probé todo, pero nada me funcionaba. Un amigo de la familia se operó con el Dr. Víctor Valentí y, al ver los resultados, no me lo pensé dos veces y me lancé.

¿Cómo le estaba afectando en su día a día?

Suena muy frívolo a lo mejor, pero el hecho de ir de tiendas era una tortura. He llegado a ir a tiendas y que nada más entrar por la puerta me dijeran ‘aquí no tenemos nada para ti’. Y volver a casa

llorando. En el tema salud, se me dormían los brazos, se me aceleraba el corazón... y claro con dos niños pequeños, yo solo pensaba que no quería que me pasara algo y se quedaran sin su madre.

Entonces, conoció la cirugía a través de un amigo.

Sí, de hecho, cuando me enteré que mi conocido se había operado, él tenía la semana siguiente una cita con el Dr. Valentí y me dijo que viniera con él, lo conociera y que el doctor me contara cómo era todo. Fue lo que hicimos. Vine con él, conocí al doctor y fue quien me explicó todo lo que requería esta operación. Al final, es una cirugía mayor, no es fácil, de hecho a veces parece que es el camino fácil pero realmente hay que tener fuerza de voluntad.

¿Cómo fue el proceso?

Antes de la operación, estuve un mes haciendo dieta para que los médicos vieran cómo funcionaba mi cuerpo y me hicieron distintas pruebas antes de someterme a la cirugía el 21 de febrero de 2017.



¿Y el postoperatorio?

El proceso de recuperación es muy duro, hay que tener fuerza de voluntad. Pero para eso están el Dr. Camilo Silva (Departamento de Endocrinología) y Patricia Yárnoz, que fue mi nutricionista, que te ayudan muchísimo. Pero el primer mes o dos meses comiendo puré fue durísimo. Además, en las pruebas previas a la cirugía, me diagnosticaron una enfermedad crónica en el esófago (esofagitis eosinofílica) que me produce alergias a un grupo de alimentos. En mi caso, soy alérgica a la carne de ave, que para las dietas es lo primero que te meten, el pollo o el pavo, por lo que conmigo fue más complicado de lo habitual.

Pero ahora ya tiene una alimentación normal.

Progresivamente te van metiendo más alimentos, vas dejando a un lado los purés y poco a poco vas comiendo mejor. La verdad que estoy muy contenta, hago una vida totalmente normal, comiendo poquito muchas veces, pero totalmente normal, no tengo ningún tipo de secuelas.

“Un amigo de la familia se operó con el Dr. Valentí y, al ver los resultados, no me lo pensé dos veces y me lancé”.

“Hago una vida totalmente normal, comiendo poquito muchas veces, pero totalmente normal”.

“Aunque te ayudan muchísimo, tienes que tener una fuerza mental brutal”.

Tenemos unas normas básicas, primero proteínas, poquitos hidratos, para mantener el músculo y se vaya perdiendo la grasa. Pero sí, se come relativamente normal. Tenemos que saber qué es lo que tenemos que comer. Antes comías sin hambre, comías porque, no sé, yo creo que aliviaba mis emociones o malos sentimientos con la comida. Y ahí también está el Dr. Silva que te ayuda mucho con ese tipo de cosas.

¿Conlleva mucha fuerza de voluntad?

Es más emocional, hay que tener más fuerza mental que física. Cuando la gente te dice que has cogido el camino fácil, yo siempre les digo que de fácil nada. Ya solo someterte a una cirugía así, con los riesgos asociados que tiene, y soportar todo el proceso, aunque es verdad que te ayudan muchísimo, tienes que tener una fuerza mental brutal. Tu mente sigue teniendo hambre.

Qué ha ocurrido con las molestias previas que tenía? ¿Han mejorado?

PASA A LA PÁG. 34 >>



MÁS INFORMACIÓN.

Visita la web
<https://www.cun.es/nuestros-profesionales/servicios-medicos/area-obesidad>

Beatriz, junto a la enfermera María Luisa Acedo del Área de Obesidad durante una revisión de seguimiento en la Clínica.

<<VIENE DE LA PÁG.33

Todas esas molestias han desaparecido, tengo mucha más vitalidad. De hecho, la gente me dice ‘te has quitado años’ y yo les digo que no, que los he ganado. He ganado años de vida, no me he quitado nada. Estoy súper contenta, puedo montar en bici con mis hijos, podemos ir al monte, hacer deporte... puedo hacer de todo, cosas que antes era impensable hacer. Puedo entrar en una tienda sin que nadie me mire o me diga que no hay nada para mí. Me ha cambiado la vida totalmente. De hecho, ya hay varias personas que me conocen que, al ver el resultado, han dado también el paso. Y están muy contentos y me lo agradecen, aunque ya les digo que no me lo tienen que agradecer a mí, sino al Dr. Valentí y a su equipo, que es quien les ha ayudado.

¿Está contenta con su decisión?

Mi experiencia ha sido buenísima. Me han tratado genial y siempre han estado pendientes. Yo me operé hace ya tres años y todavía me llama María Luisa, la enfermera, para ver qué tal estoy. Se preocupan muchísimo por los pacientes y estoy muy agradecida, la verdad.

Área de Obesidad, centro de excelencia

La Clínica cuenta con un equipo interdisciplinar con más de 20 años de experiencia en el tratamiento personalizado de la obesidad, siendo Centro de Excelencia Internacional gracias a las acreditaciones de la Federación Internacional para la Cirugía Bariátrica (IFSO) y por la Sociedad Europea para el Estudio de la Obesidad (EASO).

Las cirugías han demostrado un claro beneficio para la salud más allá de la pérdida de peso. Tras la intervención, algunas de las complicaciones como la diabetes y la hipertensión arterial también mejoran rápidamente. Además, los pacientes experimentan un mejor control del apetito y saciedad alimentaria que facilita adquirir unos hábitos alimenticios adecuados.

Una experiencia conseguida gracias al trabajo multidisciplinar de especialistas en Endocrinología, Nutrición o Cirugía, entre otros. “Es fundamental que no le vea solo el cirujano sino que tenga un adecuado seguimiento multidisciplinar

junto al endocrinólogo porque según la cirugía puede ser preciso la suplementación de vitaminas, calcio o hierro y el nutricionista, que es clave para seguir la dieta, ya que se necesita un proceso para ir introduciendo alimentos, cantidades, calorías, etc.”, explica el Dr. Víctor Valentí, cirujano y codirector del Área de Obesidad.

De forma coordinada, realizan una valoración personalizada de cada paciente abordando todos los aspectos relacionados para ofrecerle el tratamiento que mejor se adecua a su caso. Una atención médica que continúa tras la operación, ya que un estudio propio publicado en la revista *Obesity Surgery* muestra que un adecuado seguimiento consigue mejores resultados a largo plazo.

“Hemos visto que en aquellos que físicamente están más cerca de nosotros y vienen a consulta cada año, el resultado a largo plazo es mucho mejor ya que pierden más peso o el peso disminuido permanece estable”.

Esta publicación cuenta con la colaboración de:



Montiel
JOYERO

Montiel Joyero



Gestión de Alojamientos
y
Servicios Inmobiliarios

**Apartamentos
Gestión de Alojamientos**



SEGUROS DE SALUD
ACUNSA
CLÍNICA UNIVERSIDAD
DE NAVARRA

Acunsa



SmartBank

Banco Santander



Ikerna garden
cesped artificial
instalaciones paisajisticas

Ikerna Garden



MELIÀ
AVENIDA AMÉRICA
MADRID

Melia Avenida América



ECOLAVER
LIMPIEZA ECOLÓGICA A DOMICILIO

Ecolaver



Clinica
Universidad
de Navarra