

Gent corrent

Sandra Cywis

Emprenedora. Després de practicar-se un 'bypass' gàstric, va decidir organitzar caminades per a obesos.

«Després de l'operació, un ha de ser responsable»



JAVIER LIANO

Catalina
Gayà



—¿Com se li va acudir organitzar les caminades?

—Fa tres anys em van operar. Em van fer un *bypass* gàstric i, des d'aleshores, vaig perdre més de 50 quilos. Aquesta és la meua manera d'agrair al personal de l'Hospital Clínic el que van fer per mi. A més, em semblava necessari com a grup de suport. L'obesitat no s'acaba amb l'operació: és una malaltia crònica.

—Aleshores, a vostè l'operen i...

—Esperi, més aviat vaig fer l'últim esforç amb una dieta, però, al final, prenc la decisió d'operar-me i em preparo per fer-ho durant un any i mig. La meua lògica és que si m'han de regalar un estómac nou, he d'arribar a l'operació al millor possible. Decideixo apuntar-me a un gimnàs.

Li asseguro que això va ser tot un èxit.

—¿Perdó?

—No sap què és per a una persona obesa anar al gimnàs. És gairebé impossible. Després de provar-ne diversos, em decideixo per un per a dones i en un any perdo fins a nou quilos.

—¿Quant pesava?

—122 quilos.

—¿Sempre va tenir obesitat?

—No era obesa, era una nena normal, activa. Era filla d'una obesa, això sí. Se'm va disparar als 17.

—¿Què va passar?

—Vivia a Buenos Aires. Provinc d'una família de jueus polonesos. El 1982, vaig anar a Israel en un viatge que fèiem molts joves. Durant un any em vaig alimentar a base d'esmorzars continentals. Va esclatar la guerra del Líban i vam haver de modificar

«L'obesitat només es combat a llarg termini amb exercici i un canvi total d'hàbits»

el pla original. Vam anar a treballar al quibuts perquè els homes estaven al front.

—¿I allà es va engreixar?

—iQuan vaig tornar a Buenos Aires, semblava Mercedes Sosa! M'havia engreixat 30 quilos i ni me n'havia adonat. Llavors l'única cosa que volia era tornar a Israel, però els meus pares no ho volien.

—¿Què va passar?

—Des dels 18 fins als 40 i tants la meua vida va ser una muntanya russa de quilos amunt i quilos avall. Ana-

va i tornava dels grups d'ajuda. També és cert que l'obesitat no em va impedir moure'm: em vaig traslladar a Israel als 21 anys i, el 1998, vaig venir a Barcelona per estudiar un Màster en documental creatiu.

—¿Què feia a Israel?

—Vivia a Jerusalem i treballava en un canal de televisió. Era l'època de la Intifada, i hi havia molta moguda i tensió.

—Perdó, però em pensava que l'obesitat impedia tant de moviment.

—Curar-te ha de ser la teua decisió. No s'hi val passar pel quiròfan i ja està: has de deixar de buscar una recompensa en el menjar; s'ha de reaprendre a menjar. Si només fos tancar la boca, seria molt fàcil. Per a un obès, el menjar és un premi; no un aliment. Per l'operació pagues un preu molt alt: perds els cabells, has de medicar-te diàriament... i és només un pas. Després de l'operació,

un ha de ser responsable i viure una vida sana en tots els sentits. L'hi dic més clar: l'obesitat només es combat a llarg termini amb exercici i un canvi total d'hàbits.

—¿Quan va decidir operar-se?

—Fa tres anys i mig vaig haver de viatjar a Israel perquè la meua mare estava molt malalta. Ara la meua família viu allà. Va tenir una operació de columna que es va complicar a causa de l'obesitat. Jo no volia arribar a això, i vaig decidir operar-me.

—¿Quan són les caminades?

—Cada tercer diumenge de mes ens trobem a la plaça de Francesc Macià i anem fins al Palau Reial de Pedralbes, anada i tornada. Li asseguro que per a un obès aconseguir sortir a caminar amb l'únic objectiu de caminar és molt important. Per cert: a partir d'ara les caminades tindran un padrí.

—¿Un padrí?

—Sí. Cada vegada que sortim hi haurà un responsable diferent i així li donarà la seva personalitat. A més, ja s'estan organitzant en altres ciutats de Catalunya.

—Escolti, ¿hi ha un abans i un després de l'operació?

—Segueixo sent la mateixa, però ara sóc normal. Es pot dir que iper fi sóc invisible! Abans la gent em mirava amb ulls de llàstima, amb cara de fàstic. Aquesta malaltia és impossible d'ocultar i la societat no perdona l'obès.

—¿D'on treu tanta energia?

—[Riu] Segueixo aquesta dita: si jo no m'ocupo de mi, ¿qui ho farà? I si m'ocupo només de mi, ¿què sóc? I si no és ara, ¿quan? ≡



gentecorriente@elperiodico.com