

Se sometió a un by pass gástrico y estuvo en tratamiento por más de un año Mujer relata cómo superó la obesidad severa: llegó a pesar 164 kilos y bajó 80

» “Esto me salvó la vida”, confiesa la paciente, quien sentía que no iba a durar cinco años más.

Durante casi toda su vida, Elimary Coromoto Piñero de Soto convivió con el sobrepeso. Llegó a pesar casi 164 kilos, y las consecuencias no sólo se sentían en su cuerpo, sino también en su salud mental, en su trabajo y en su vida cotidiana. “Estaba al borde. No podía estar de pie mucho rato, tenía un problema de columna, y aún así debía seguir adelante con mis dos emprendimientos y criar a mis hijos. Sentía que no iba a durar cinco años más”, relata con crudeza. Hoy, tras someterse a una cirugía bariátrica en el Hospital Clínico, ha perdido más de 80 kilos y se siente renacer. “Me quitó una persona de encima”, resume con emoción.

El proceso que la llevó hasta este punto comenzó a gestarse en 2019, cuando empezó a informarse sobre la cirugía. Sin embargo, la pandemia postergó sus planes por más de dos años y, en ese lapso, subió otros 30 kilos. Fue en 2023 cuando tomó la decisión definitiva: se acercó al Instituto Magallánico de la Obesidad donde inició un camino guiado por un equipo multidisciplinario. “Tuve ocho meses de preparación: exámenes, controles, psicólogo, nutricionista, cirujano, internista. Me pidieron bajar al menos 10 kilos antes de la cirugía, y lo hice. Estaba convencida”, rememora.

La cirugía se realizó el 9 de agosto de 2023 en el Hospital Clínico, utilizando el Bono Pad del sistema Fonasa, que le permitió acceder a la operación y al tratamiento posterior con apoyo integral. “El hospital me pareció la mejor opción por mi condición: los equipos, el espacio, la seguridad que me dio

» “La operación es apenas el primer paso. Después viene lo más difícil: comprometerse con el cambio. Hacer ejercicio, tomar vitaminas, seguir las pautas”



Elimary en una imagen que ya corresponde al pasado.

el doctor (Alejandro Altamirano). Fue excelente”.

Ya al día siguiente del procedimiento, Elimary comenzó a caminar, como parte del protocolo de recuperación. Luego vino el régimen alimenticio estricto: agua en cantidades medidas, papillas, alimentos blandos. “Es un proceso que hay que respetar al pie de la letra. No se puede jugar con esto. El estómago queda muy delicado, la cicatrización puede tardar meses. Es una reeducación completa”.

Pero la cirugía no lo es todo, subraya. “La operación es apenas el primer paso. Después viene lo más difícil: comprometerse con el cambio. Hacer ejercicio, tomar vitamini-

nas, seguir las pautas. Yo he sido disciplinada, aunque no perfecta. Pero me esfuerzo. Hago entrenamiento funcional, suspensión, baile, pilates. Voy al gimnasio varias veces por semana. Y cuando el cuerpo se acostumbra a sentirse bien, no quiere volver atrás”.

A sus 45 años y con tres cesáreas a cuestas, Elimary destaca que cada cuerpo es distinto y que los resultados dependen de múltiples factores. “Yo creo que he cumplido con el 80% de lo que debía, y eso ya es un logro. No somos robots. Pero uno se compromete, y eso es lo importante”.

Cirujano

El doctor Alejandro Altamirano, jefe de cirugía del Hospital Clínico y director médico de la Clínica Alta Salud, ha acompañado a cientos de pacientes en este camino. Explica que la obesidad ha sido reconocida como una enfermedad crónica y que afecta profundamente la salud pública en la región. “Tenemos una alta prevalencia, incluso en jóvenes y niños. La cirugía bariátrica, cuando está indicada, puede ser una herramienta poderosa para recuperar salud y calidad de vida. Pero debe ir acompañada de un tratamiento integral y seguimiento a largo plazo”.

Altamirano detalla que el Pad Bariátrico de Fonasa permite acceder a la operación si se cumple con ciertos requisitos: un IMC (Ín-



Elimary Coromoto Piñero de Soto junto al doctor Alejandro Altamirano, cirujano digestivo.

dice de Masa Corporal) sobre 40, o sobre 35 si hay co-morbididades como diabetes o hipertensión, además del respaldo de especialistas como nutricionistas y psicólogos. “Hoy operamos entre 150 y 300 personas al año. Y no sólo cambia la vida del paciente. También cambia la dinámica familiar. Muchas veces el entorno también adopta hábitos más saludables, como pasó con Elimary”.

En su caso, la transformación fue compartida: sus hijos y esposo también adoptaron una alimentación distinta. “Esto se volvió un proyecto familiar. Porque cuando tú cambias, todo tu mundo cambia contigo”, puntualiza el médico.

Elimary tiene claro que este camino no ha sido fácil, pero lo volvería a elegir. “Hace un año y medio pensaba que me quedaban cinco años de vida. Hoy siento que tengo cincuenta por delante. Me siento de 25, llena de energía. Me gusta cómo me veo, claro. Pero más me gusta cómo me siento: saludable, activa, feliz”.

Para quienes están considerando dar este paso, su mensaje es claro: “Que no se detengan. Pero que lo hagan con responsabilidad. Si no van a comprometerse, mejor darle esa oportunidad a otra persona que sí lo hará. Esto te cambia la vida, pero hay que estar dispuesto a cambiar con ella”./LPA