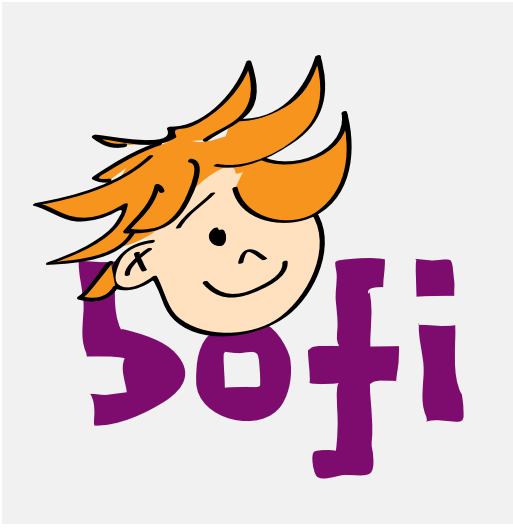
CBN ESPECIAL
Núm. 17
www.clinicabofill.net

2017 ANY DEL PACIENT a la Clínica Bofill



HISTÒRIES DE CLÍNICA BOFILL

Descobreix les històries d'alguns dels nostres pacients

ÍNDEX

3 **EDITORIAL - JOAN ORTEGA**
2017 Any del Pacient a la Clínica Bofill.

CARTA DE COMIAT DEL DR. LIARTE **4**

5

FLORENCI BUSQUETS "FURA"
Treballador Autònom

8

NEREA ORTEGA
Estudiant

12

DARYL IMPEY
Ciclista professional

16

VICENÇ GICH
Transportista jubilat

18

IMMA GUILLERA
Recepcionista

22

VÍCTOR PIJOAN
Estudiant

26

PELAYO GARCÍA
Notari

30
BOFI

CBN

Director General de la Clínica Bofill: Juan Ortega

Disseny i maquetació: Estudi Oliver Gràfic

Correcció: Aula Espai d'Estudis

Col·laboradors: Ana Mosquero, Àlex Hernàndez, Raul Ortega, Jane Priestley, Pau Chapur, Eva Viñolas, Lluís Madera, Ivette Tubert, Pilar Ortega, Consol Rivero.

Il·lustracions: Rosalina Bolea

Fotografia: Harold Abellán

Impressió: Impremta Aubert

Dipòsit Legal: Gi.505-2009

Clínica Bofill no es fa responsable de les opinions dels seus col·laboradors i pacients. Tots els drets d'aquesta publicació estan reservats. Queda prohibida la reproducció de qualsevol part de la mateixa, en qualsevol suport, encara citant la procedència.

Juliol 2017

Editorial

Ens hem proposat convertir el 2017 en l'any del pacient a la Clínica Bofill. Durant tot l'any hem impulsat iniciatives dins dels nostres centres mèdics per millorar la qualitat assistencial cap als nostres pacients, tenint com marc de referència la percepció de qualitat que tenen ells mateixos.

Aquesta publicació és la nostra manera d'homenatjar la figura del pacient. Volem que siguin els protagonistes de la nostra revista de clínica. Per aquest motiu, fem aquest especial CBN, on oferim el recull de testimonis de persones, que han sigut o són malalts, amb un esperit de lluita constant i optimisme vital.

Persones com tu i com jo, que en un moment de la seva vida han hagut d'enfrontar-se a una gran dificultat i han escollit combatre-la amb una actitud positiva, amb motivació i superació personal. Aquests són els trets en comú que tenen els nostres protagonistes.

Volem agrair la valentia d'exposar les seves vides en públic, per donar visibilitat a la malaltia que els afecta i explicar com una malaltia pot arribar a canviar-te la vida.

Alguns d'aquests pacients han passat tanta estona amb el nostre personal que ja formen part de la gran família de la Clínica Bofill.

Malauradament, molts de nosaltres ens podem trobar en una situació similar en algun moment de la vida, i és de gran valor tenir el testimoni de persones que han pogut superar la malaltia i a dia d'avui viuen una vida saludable i plena.

Gràcies a totes aquelles persones que han optat pels nostres serveis sanitaris i professionals mèdics, gràcies per la confiança dipositada i per donar-nos l'oportunitat d'oferir-los l'ajuda que es mereixen.

Juan Ortega, director del Grup Clínica Bofill.

Agraïment

Lamentem una gran pèrdua per la Clínica Bofill, i donem el condol a la família del Dr. Joaquim Estela Montserrat, ginecòleg de reconeguda trajectòria a Girona, que va morir el passat 24 de juny. Estem orgullosos d'haver tingut aquest gran professional i millor persona treballant a la nostra clínica durant tants anys.

Volem destacar el comiat al doctor Ángel Liarte Guillen, que ha trobat el moment per jubilar-se i donar el relleu a les noves generacions. Volem donar-li les gràcies per tots aquest anys de cura als pacients més petits de la casa. A continuació trobareu un escrit que el propi doctor vol compartir amb tota la gent de la Clínica Bofill.

Carta de comiat del Dr. Liarte

Desde el año 1976, que llegué a Girona procedente de Zaragoza, trabajé durante 35 años como médico Adjunto de Pediatría en el Hospital Josep Trueta de Girona.

Recuerdo que mis primeros contactos con la Clínica Bofill fueron por los años 80, porque en algunas ocasiones me llamaron por problemas de algún recién nacido aunque no tenía ninguna relación contractual, pero gustosamente respondí acudiendo de inmediato.

Incluso en una ocasión tuve que remitirlo a una Clínica de Barcelona tras reanimarlo y contactar con la pediatra de guardia, dado que el recién nacido presentaba síntomas de Anoxia neonatal. Posteriormente contacté con la pediatra para asegurarme de que había llegado en buenas condiciones. Los padres no tenían Seguridad Social y en aquellos tiempos no se podían trasladar al Hospital Josep Trueta. En aquellos tiempos la Clínica disponía de medios limitados.

Qué tiempos aquellos...¡cómo ha cambiado!

Posteriormente se inició una reconversión extraordinaria que ha ido progresando hasta la actualidad. El cambio experimentado durante estos años ha sido espectacular en todos los aspectos: desde la parte estética, adecuando habitaciones, salas, despachos, hall, consultas externas, etc. hasta crearse múltiples servicios centrales (Radiología, Laboratorio, etc. que han ido aumentando sus prestaciones) y por supuesto las múltiples especialidades médicas que prestan atención a una gran parte de la población.

Hace 19 años aproximadamente se me presentó la ocasión, a través de la Dra. Imma Puig, de formar parte del Servicio de Pediatría de la Clínica Bofill.

Debo decir que para mí ha sido un honor y un enorme placer y satisfacción personal y profesional haber trabajo en la Clínica Bofill. Lo digo desde lo más profundo de mis sentimientos.

En todo momento he vivido una relación muy familiar, con atención muy amable hacia enfermos y familiares por parte de todo el personal.

En todo momento me he sentido respetado y apreciado, y por ello, doy gracias al apoyo y aprecio que me han transmitido los compañeros y compañeras de Pediatría del Servicio de Urgencias; de las enfermeras y auxiliares, de recepcionistas, y por último de las administrativas de consultas externas... en fin. No doy nombres para no olvidarme de ninguna persona.

De nuevo, gracias de corazón por haber tenido la oportunidad de trabajar en este Centro.

Por último, y no por eso menos importante, quiero despedirme de mis pacientes, los niños y también de sus padres, con los que he intentado siempre tener una buena sintonía, escucharles y comprenderles en su angustia cuando estaban enfermos y por supuesto ayudarles con mi trabajo y experiencia.

Gracias a vosotros, PADRES, por haber confiado la salud de vuestros hijos en mi persona. De verdad, gracias de corazón porque habéis hecho que me sintiera realizado en mi profesión.

De hecho es que, a veces, llegaba cansado a casa pero a la vez feliz. En alguna ocasión preocupado por algún problema relacionado con algún enfermo.

También quiero disculparme si en algún momento no he sabido responder a las expectativas.

Siempre os llevaré en mi corazón. Me despido alegre, pero por otra parte siento tristeza y añoranza.

Un abrazo para todos/as y hasta siempre amigos. Bueno no, solo ADIÓS.

Dr. Ángel Liarte Guillen

Girona, 14 de julio de 2017

FLORENCI BUSQUETS "FURA"
PALETA

EDAT
34 anys
PROFESSIÓ
Paleta
VIU A
Sant Hilari
PATOLOGIA
Càncer testicular

"A LA VIDA S'HA DE LLUITAR. ABANS DEL CÀNCER JO ERA FORT I ARA HO SÓC MÉS. ABANS TENIA POCA POR, ARA NO EN TINC"

Tinc 34 anys, sóc de Sant Hilari Sacalm. Quan em van detectar el càncer testicular tenia 33 anys, i feia 3 mesos que m'acabava de casar i dos que havia tornat del viatge de nuvis.

El meu nom és Florenci, però em diuen Fura. El nom ve de quan era petit. El meu veí tenia un cavall que no es podia muntar, era molt salvatge, i li deien Fura. A mi se'm va ficar al cap que l'havia de muntar, i un dia vaig pujar-hi, va començar a fer el boig i vaig aguantar-hi a sobre fins que es va calmar. Vaig acabar amb les cuixes ben morades i molt cansat, però vaig aconseguir muntar la Fura. Llavors, van dir que jo havia lluitat com una fura, i va quedar-me el sobrenom.

En altres aspectes de la meva vida, també he pres aquesta actitud de lluitar contra les dificultats, i no donar les coses per perdudes, com en el cas del càncer testicular.

Com vas assabentar-te que tenies un càncer?

Tot va començar en patir un accident de moto cross. Vaig trencar-me els ponts dels peus, i en la recuperació posterior van derivar-me a l'osteòpata. En una de les sessions van descobrir un punt feble pel maluc i van donar-me unes vitamines, que van provocar-me una reacció molt dolenta, fins i tot vaig orinar sang.

Llavors vam venir a urgències de la Clínica Bofill. Van fer-me diverses proves sospitant que era alguna mena de còlic, fins que en un TAC amb contrast, el doctor Campo va descobrir que jo patia una metàstasis testicular i m'havien d'operar aquell mateix dia. Com que la zona estava a prop del ronyó, donava l'efecte de còlic, però realment era un càncer.

Què recordes del moment en el qual vas rebre la notícia?

Va ser un moment dur, no tant per mi, sinó per veure la reacció de la gent que m'acompanyava: la meva mare, la meva dona, la meva sogra... Jo per dins pensava: els metges estan aquí per solucionar-ho. Però a la vegada també tenia pensaments més pessimistes... Però sens dubte, estàs més pendent dels familiars que de tu mateix. A vegades em trobava en la situació que els animava jo a ells... Vaig intentar buscar la calma i lluitar un cop més.

En tot moment, ha estat molt important el meu entorn, que des del primer moment han estat al meu costat. La família, els amics, i per exemple, el meu company de professió, que va assumir la meva feina d'autònom fins que em recuperi.

A partir d'aquí em vaig posar en mans de la medicina i vaig lluitar amb totes les meves forces. Jo pensava: si molts futbolistes o ciclistes com l'Armstrong han pogut superar-ho, jo també seguiré el camí.

El testicle esquerre era on hi havia el focus que provoca la massa de la metàstasi i, per risc d'expansió, van decidir que el més idoni era extirpar el focus.

Quin tractament va haver de seguir?

L'equip de la Bofill, amb els doctors Montserrat i Fuentes, es va coordinar amb el Dr. Germà Lluch, qui va establir el pla de medicació de la Quimioteràpia; i amb el doctor Dorca, qui va portar el seguiment del meu tractament. Des del primer moment tot va anar molt bé. Van decidir fer un tractament intensiu, perquè era jove i amb energia. Fèiem una setmana sencera de quimioteràpia i dos dilluns, això era un cicle. En total vaig fer-ne 4. Dins aquests 4 cicles, quan portava dos cicles i mig vaig tenir un problema d'intestins i em van haver d'operar. Aquí em van dir que s'havia de parar la quimioteràpia. Em va venir una baixada de moral... Però una vegada més vaig posar tota la meva voluntat per superar la situació. Jo sempre dic: "som vius, doncs a tirar endavant!"

Un dels moments més motivadors el vaig tenir mirant La Marató de TV3 en la qual tractaven de l'Ictus i la recuperació. Em va impactar el cas d'una noia que tenia uns 25 anys i estava gairebé tota ella paralitzada, només movia el cap i algun braç. Aquella noia volia que cada dia al dematí a les 8 h l'aixequessin i la portessin a passejar amb el seu gosset. Ella necessitava d'altres persones per fer tot allò, però jo m'ho vaig prendre com a repte.

"Et muntes com una família dins de l'hospital. Estic molt content de tota la gent que m'he anat trobant a la Bofill. Per mi tenen un 10!"

La seva lluita del dia a dia em va inspirar. Vaig pensar: "Jo estic fotut, la quimioteràpia et deixa molt aixafat i cansat, però tinc cames, tinc braços..." Llavors pels matins estava sol a casa i era un repte personal. Aixecar-me, dutxar-me, vestir-me i finalment, trigués el que trigués, em feia l'esmorzar, fent totes les pauses que havia de fer, però amb l'objectiu final d'aconseguir-ho sol. Potser des que m'aixecava a les 8 fins que esmorzava passaven tres hores, però quan ho aconseguia, era un èxit, "ho has aconseguit i sense ajuda de ningú".

Quan tens tant de temps lliure, també t'has de buscar distraccions per tirar endavant. Una d'aquestes va ser un camió de fusta de mil peces que vaig muntar amb molta paciència, perquè la delicadesa no és el meu punt fort, jo sóc molt nerviós per aquestes coses. Però poc a poc, dia rere dia, vaig acabar muntant aquell camió.

Has viscut a la teva pròpia pell el tabú que es genera al voltant d'aquesta malaltia per afectar els testicles?

Jo des del primer moment he intentat explicar-ho tot ben obertament. Crec que la gent ha de conèixer-ho. Si em preguntaven explicava totes les proves, tractaments, símptomes, com et canvia el teu dia a dia, etc. En definitiva, explicar-ho amb naturalitat i sense embuts. Crec que el fet d'explicar-ho pot ajudar a què la informació arribi a altres persones i se'n puguin beneficiar, perquè mai saps quan et pot tocar a tu.

Però també he gaudit del tracte amb els metges, amb tot l'equip d'infermeres i sanitaris amb qui hem passat moltes estones junts i que et fan sentir una mica més com a casa en una situació tan estranya com aquesta. Quan estàs sol a l'habitació t'ajuda molt poder conversar amb la gent que s'ocupa de la teva salut. Et muntes com una família dins de l'hospital. Estic molt content de tota la gent que m'he anat trobant a la Bofill. Per mi tenen un 10!

Quins consells donaries a algú que estigui passant pel mateix procés?

El meu consell seria que siguis tu mateix, que continuïs fent les coses que t'agraden encara que estiguis fotut, que no et posis límits. Fer les coses encara que costin, la recompensa serà més gran. A vegades fins i tot no tens ni ganes de menjar, doncs menges perquè saps que el cos ho necessita. En definitiva, continuar amb la teva vida normal, sense caure en la frase "estic malalt", perquè això no serveix per res.

Un altre consell és el de no deixar d'estar en contacte amb la gent, no deixar de parlar del que et passa. A vegades, per molt malament que et trobis, si algú et truca per preguntar com estàs, doncs atendre la seva trucada i parlar amb aquella persona que s'interessa per tu.

Sent un noi jove, com afecta aquesta malaltia a la teva vida de parella?

Jo estic molt content amb la meva dona (en Fura s'emociona en contestar). No tinc paraules per donar-li les gràcies per tot el suport que m'ha ofert. Hem creat una connexió, una cadena que sé que no es trencarà mai!

Com ets avui dia?

Em sento més fort que mai. Abans era fort i ara ho sóc més. Abans tenia poca vergonya i ara no en tinc gens. Abans tenia poca por, ara no en tinc. Com dic, "Gas al ferro!!!"

NEREA ORTEGA
ESTUDIANT

EDAT
18 anys

PROFESSIÓ
Estudiant

VIU A
Esclanyà

PATOLOGIA
Anorèxia

"POTS LLUITAR SEMPRE PER UNA VIDA MILLOR"

Sóc la Nerea i he patit anorèxia. Sóc d'Esclanyà, un poble a tocar Begur. Estudio batxillerat artístic a la Bisbal, faig teatre i, des de fa 2 anys, segueixo tractament a la Unitat de Patologies Alimentàries (UPA) de la Clínica Bofill. M'encanta la vida tranquil·la del poble i passar bons moments amb els amics.

Quan va començar a manifestar-se la malaltia?

La meva història amb el desordre alimentari va començar quan vaig fer el canvi de primària a ESO i vaig viure una doble experiència. La primera, una malaltia intestinal arran d'una bactèria intestinal. Cada vegada que menjava se m'inflava molt l'estómac i ho passava malament, així que intentava menjar molt poc per evitar el mal. La conseqüència va ser baixar de pes. La segona experiència va ser el mateix canvi d'institut. D'estudiar en un col·legi rural, on a classe només érem 10 nens de diferents edats i tots ens coneixíem, a estudiar ESO a Palafrugell, on hi havia 4 classes de 25 nens per curs.

Va ser un canvi radical per a mi, em vaig convertir en una persona anònima, amb noves regles socials, amb gent que anava vestida a la moda, tothom tenia presència a les xarxes socials. I jo? Per ser acceptada, vaig arribar a anul·lar els meus propis pensaments i gustos pels d'altres persones... vaig anul·lar la meva autoestima i seguretat com a persona a canvi de ser acceptada.

"A 3r d'ESO, la meva vida es basava en pesar-me i buscar estratègies per aprimar-me. Tant abans com després de cada àpat em pesava per veure com havia canviat el meu pes"

Però llavors no eres conscient de la malaltia....

Des de petita mai m'havia sentit bé amb el meu cos, jo. Però és a l'ESO quan va començar tot a fer-se més evident. Vaig començar a treure molts aliments de la meva dieta, a fer esport a més freqüència, a fer una dieta més líquida, tot per continuar aprimant-me... i tot i així no veia canvis. Em generava impotència veure que no podia fer més per canviar. Ara he après que tot això ho feia per no pensar en la vida que portava i que no m'agradava. Així mantenia el cap ocupat: preferia pensar en el meu cos que en la vida que llavors vivia. En el fons, el problema no era el cos, el problema real era que estava fingint ser una persona que no era.

Quan et vas adonar que era un problema?

Pel Nadal del 3r d'ESO. La meva vida es basava en pesar-me i buscar estratègies per aprimar-me. Tant abans com després de cada àpat em pesava per veure com havia canviat el meu pes. Vaig començar a patir molta por amb la relació amb els altres perquè les meves inseguretats anaven en augment. I per tal d'estalviar-me aquestes situacions em vaig recloure. També fugia dels pares.

Va ser llavors que vaig aturar-me a pensar: com és que no veig a ningú, estic tot el dia tancada, jo no sóc així... llavors vaig anar a demanar ajuda a la meva mare. Però vaig fer-ho pel tema dels amics perquè pel tema del menjar no ho considerava problema. Vaig anar al psicòleg i el primer que va sortir és que tenia un desordre alimentari, aquí va ser quan es va començar a descobrir tot una mica, i ja no havia d'amagar-me del fet de no voler menjar.

I després?

Llavors la psicòloga va derivar-me amb professionals especialitzats en trastorns alimentaris, i quan hi vam anar, de seguida em van diagnosticar anorèxia. Després em van derivar a l'Hospital Santa Caterina. Això va servir per no amagar més el fet de no voler menjar. Ja no m'havia d'amagar de no voler menjar. Ja no havia de mentir dient que m'ho havia menjat tot. I aquí sí que van començar totes les bronques amb els meus pares, les pressions per menjar... cada àpat era un conflicte! Ara els entenc i em poso en la seva situació, un pare davant d'un fill que veu que no menjarà els macarrons, però pot arribar a menjar les mongetes verdes, al final cedeix i li dóna mongetes verdes. Si més no, que mengi alguna cosa. Els meus pares també tenien molta por.

Abans d'entrar al centre, vaig estar un mes tancada a casa perquè em trobava tan dèbil que no tenia ni forces per pujar les escales. Tampoc no em deixaven sortir amb els amics perquè tenien por que en qualsevol moment em desmaiés. Jo no acabava de veure la gravetat de la situació. Fins que un dia, en voler aixecar-me del sofà, vaig caure rodona al terra.

"La meva vida d'abans no té res a veure a la del present. No sóc la mateixa Nerea"

Com arribes a la Unitat de Patologies Alimentàries (UPA) de la Clínica Bofill?

Un dia, una noia que coneixia de Palafrugell em va estar explicant la metodologia de la UPA de la Clínica Bofill. El que em va sorprendre va ser veure el canvi que havia fet aquella noia, perquè jo la coneixia abans d'entrar al centre i l'havia vist molt malament. Em vaig quedar parada! Llavors va ser quan ho vaig plantejar als meus pares. Vaig entrar a la UPA el febrer de 2015, acceptant el tractament de llarga durada, de 9 a 18 h cada dia. Vaig entrar molt motivada. Perquè uns dies abans del meu ingrés, vaig sortir amb els amics. Ells van sopar, i jo no. Ells parlaven lliurement, i jo no. Jo sense menjar ni parlar per por a quedar malament... Va ser una nit molt clau per motivar-me a fer un canvi a la meva vida.

Què estàs aprenent amb aquest tractament?

Costa molt enfrontar-te a coses que vas descobrint de tu mateixa que no t'agraden, i haver d'acceptar-ho. Aquesta malaltia exigeix cuidar-te sempre, ja que has de perdre la por al menjar. Has de fer créixer la teva seguretat personal, però quan tens una situació complicada en la teva vida el tema cos i menjar torna a la ment amb força. Per exemple si tinc enveja d'una persona, he après a no focalitzar-ho en el menjar i he après a reaccionar millor. Acceptar tot això no ha estat fàcil! Encara menys haver de canviar actituds personals tan arrelades en el teu interior. Aprens a saber què et funciona a tu per estar bé. És un tractament molt personalitzat.

Ara treballo el tema de l'assertivitat. Aprendre a dir no i posar límits. Dir-ho sense fer mal a l'altre, que no s'enfadi. O també treballem el tema de no ser acceptada, i d'estar exclosa, etc. Fins i tot, si m'agrada molt una cosa i em fa vergonya dir-ho, acabo per no expressar-ho. Per la por al que pensaran els altres. Suposo que tenia por que em jutgessin. Però ara, quan quedo amb els amics, puc analitzar aquests moments perquè ara tinc recursos per prendre'n consciència.

Què li diries a una persona amb problemes com el teu?

Jo li recomanaria que demani ajuda sense por. Sobretot a les persones properes (pares, amics, etc.) i després que busqui un bon professional. Que pensi que la vida pot ser molt maca. Que sempre pot lluitar per una vida millor. Tots ho podem superar. I que es centri en les coses bones que et pot donar la vida. Sobretot que pensi en com és estar bé. Que el benestar personal sigui la seva motivació. Una de les coses que més he recuperat és fer coses que realment m'agraden. Si al llarg del dia no has fet alguna cosa per a tu, que t'agradi, aquell dia has perdut una oportunitat.

I el teu futur ?

Me'l plantejo molt diferent que abans. M'agradaria estudiar una carrera, Comunicació Audiovisual, probablement, però no és una idea fixa. Fins i tot havia pensat acabar el Batxillerat, fer idiomes i viatjar al voltant del món i després anar a la Universitat. Ara tinc la ment més oberta i no descarto res, sé que ara tinc aquesta idea però pot canviar en qualsevol moment. L'únic que sé és que faré alguna cosa que m'agradi.

Amb perspectiva, sé que ara sí que tinc amics a l'institut. Ara sento que tinc amics, que respecten la meva opinió, la meva manera de vestir-me, o com sóc. Per mi és un premi. Ara tinc ganes d'anar a classe, aprendre, relacionar-me amb els amics i fer plans i poder gaudir. Sobretot respectant-me a mi mateixa .

Jo explico la meva història, però sóc una persona tan diferent a la que era que no em reconec. De vegades, costa connectar amb aquell passat. És com si fos una Nerea totalment diferent. Realment ara estic molt orgullosa d'estar com estic. La meva vida d'abans no té res a veure amb la del present. No sóc la mateixa Nerea.

TRENCA EL SILENCI, DEMANA AJUDA

UNITAT DE PATOLOGIES ALIMENTÀRIES

Anorèxia, Bulímia i Trastorns Relacionats

UPA, és líder gironí en el camp del tractament de patologies alimentàries i altres malalties associades.

L'equip mèdic i terapèutic està format per un grup interdisciplinari, composat per psicòlegs, terapeutes, auxiliars i altres especialistes que treballen en estreta col·laboració seguint un model psico-educatiu.

Amb una trajectòria de 17 anys, la unitat ofereix sempre un compromís de confidencialitat, docència i professionalitat, i relació continua amb els familiars per una completa recuperació del pacient.

L'anorèxia i la bulímia són les dues cares de la mateixa moneda, dues patologies complexes i multicausals que comporten no tan sols canvis fisiològics sinó també psicològics. Generalment la persona que pateix una d'aquestes malalties, les nega. A l'UPA t'oferim tractaments a mida.

CLÍNICA BOFILL GIRONA
Ronda St. Antoni Maria Claret, 20
Tel. 972 20 43 50 EXT. 601
PAU CHAPUR

DARYL IMPEY
CICLISTA PROFESSIONAL

EDAT
32 anys

PROFESSIÓ
Ciclista professional d'*Orica Scott*

VIU A
Girona, originari de Johannesburg (Sud-Àfrika)

PATOLOGIA
Fractura de clavícula

"LA NOSTRA CARRERA PROFESSIONAL ÉS CURTA, CAL TENIR ACCÉS AL MILLOR TRACTAMENT MÈDIC"

Daryl Impey (Sud-Àfrica, 1984) és un dels ciclistes professionals que viu a Girona amb la seva família. Forma part de l'equip *Orica Scott*. L'any 2013 va esdevenir el primer ciclista sud-africà en vestir el mallot groc de líder del Tour de França.

Què et va impulsar a venir a viure a Girona?

El ciclisme, perquè les carreteres tenen poc trànsit i perquè hi ha molts parlants anglesos aquí, un fet important per la meva dona (en aquell temps la meva xicota, però ara ja som casats i tenim una família). Els catalans són gent amable i amistosa, sempre disposats a parlar-nos en anglès a les botigues i restaurants per entendre'ns millor.

Consideres que Girona és un bon lloc per viure?

Vam veure que Girona oferia un paquet d'activitats familiar ideal per a nosaltres: passejades pels voltants de la ciutat, senderisme per les muntanyes, rutes de ciclisme... En definitiva una ciutat orientada a la vida familiar i a la comunitat.

A més té un clima ideal per entrenar, persones amables, carreteres tranquil·les, els Pirineus ben a prop, l'aeroport de Barcelona molt accessible, especialment ara amb l'AVE. Un altre motiu és que és una ciutat petita on pots conèixer la gent del barri.

El fet que Lance Armstrong visqués aquí va atreure molts ciclistes a Girona.

Hi havia altres ciclistes famosos aquí abans que Lance, però naturalment ell va posar Girona al mapa. Avui dia, cada vegada més ciclistes europeus es traslladen a viure aquí per evitar el mal temps del nord d'Europa. També és cert que el col·lectiu del ciclisme ha crescut massivament a Girona en pocs anys i això atreu més ciclistes professionals.

"La Clínica Bofill té un valor afegit: el Departament Internacional, que permet atendre els ciclistes professionals en anglès i altres idiomes"

Quan vas arribar a Girona per primera vegada no sabies res sobre la Clínica Bofill?

Res. De fet el primer cop que vaig anar a un hospital em vaig topar amb la barrera de l'idioma. Després d'allò un amic em va posar en contacte amb Jane Priestley, la responsable del Departament Internacional de la Clínica Bofill. No només ens va ajudar amb les traduccions, sinó que també es va

cuidar de tots els tràmits mentre jo estava malalt. Més tard altres ciclistes del nostre equip es van traslladar a viure a la ciutat, i es va crear una xarxa mèdica complerta a la Clínica Bofill – ja saps que els ciclistes tenen molts accidents i la majoria dels ciclistes internacionals no parlen espanyol, aquí tenim la tranquil·litat que Jane domina diversos idiomes, i això fa tot procés molt més fàcil. Ara mateix estavafent broma dient-li: crec que reconec massa cares del personal de la clínica, crec que passo massa per aquí... A part de les meves visites al departament d'urgències, la meva dona també es visita aquí, els meus dos fills van néixer aquí i venim sovint a la visita del pediatra. Penso que és una bona clínica, i té un valor afegit per tenir el servei internacional molt personalitzat.

Quin aspecte consideres més important de la Clínica Bofill per a un ciclista professional estranger?

Crec que la professionalitat dels metges. Normalment la carrera de ciclista professional dura de 10 a 15 anys i per nosaltres és molt important tenir accés al millor tractament mèdic disponible. Amb això ens assegurem que les nostres carreres no són prematurament curtes i gràcies al vostre Departament Internacional i la Jane Priestley, que ho organitza tot tan de pressa, tot és més fàcil per a nosaltres. La coordinació – per exemple, quan tenim un xoc entrenant – de ser atesos ràpidament per un especialista (amb radiografies o operacions d'urgències) és indispensable per la nostra salut i carrera. És per això que venim a la Clínica Bofill, perquè sabem que ens atendran de la millor manera possible.

Moltes persones podrien creure que els professionals d'esports solen anar a un hospital privat de Barcelona o fins i tot a Nova York...

Amb els anys hem comprovat que podem confiar completament en el servei mèdic de la Clínica Bofill. Això és molt important per a nosaltres. A més sabem que si existeix algun cas complicat, la Clínica ens ho faria saber i ens recomanaria als professionals que poden assumir millor el cas en altres hospitals.

Entrenes sol o juntament amb altres ciclistes que viuen dins Girona?

Hi ha molts ciclistes professionals vivint a la ciutat, és impossible reunir-se amb tothom, però tinc un grup d'aproximadament 10 ciclistes (no només del meu equip) que sortim en grup depenent de qui estigui a la ciutat. A més cada ciclista té un programa de cursa diferent – fins i tot podríem entrenar per la mateixa cursa, però amb objectius diferents. Per exemple, un gran objectiu per mi cada any és el Tour de França. Després del meu accident recent haig d'entrenar sol durant un temps per atrapar els ciclistes de la meva categoria.

Què vas sentir en aconseguir portar el Mallot Groc com a líder del Tour de França?

És una sensació fantàstica! Un somni acomplert! Especialment sent el primer sud-africà de portar-lo i entrar a la història. Després d'aquesta fita vaig començar a rebre tantes trucades i missatges de tot el món que vaig haver de desfer-me del telèfon. En aquests moments és quan t'adones del que és estar al Tour de França. Diria que l'única cosa que ho supera va ser quan vaig tenir els meus fills.

Respecte a la pressió psicològica que suposa l'èxit i/o la derrota en aquesta professió, teniu psicòlegs a l'equip?

Si cal hi ha sempre algun professional disponible. El nostre equip té de 3 a 4 doctors i també un coordinador de benestar que vigila els ciclistes, no només en la seva salut física, sinó també intentant entendre cada motivació i cada decepció.

Quan parles de ciclisme, parles d'utilitzar les teves cames, d'esprémer el teu cos en cada cursa sigui en pla o en muntanya. És un esport dur, i és difícil arribar al nivell professional, es necessita molta automotivació personal per aconseguir les fites.

Com preveus el teu futur?

M'estic fent vell. Sóc un del més veterans de l'equip en aquests moments. L'edat mitjana de l'equip és de 25 anys i jo en tinc 32. Tenim un ambient molt bo a l'equip gràcies a la "camaraderia" que existeix entre els companys. Encara estaré 3 anys més amb l'equip; em sento bé i fort, capaç de fer coses grans dins l'equip.

BOFILLSPORT

Unitat de Medicina Esportiva
de la **Clínica Bofill**

UNITAT DE MEDICINA ESPORTIVA

CLÍNICA BOFILL
ProActive Health

972 22 11 04
www.clinicabofill.net

VICENÇ GICH
CAMIONER JUBILAT

"EL DIA QUE VAIG VEURE LES CAMES ANIVELLADES EM VA CANVIAR LA VIDA"

Vicenç Gich, pacient de la Clínica Bofill des del 1999.

Ha estat intervingut en diverses parts del seu cos

EDAT 77 anys
PROFESSIÓ Camioner jubilat
VIU A Llançà, Alt Empordà
INTERVENCIÓ Maluc, mà esquerra i cor

Vicenç Gich Fàbrega, tot i els cops que ha rebut de la vida, manté inalterable el bon humor i les ganes de fer coses i de ser el més actiu possible. Aquesta és una història de superació d'un home que, des del 1999, ha estat pacient de la Clínica Bofill. Sempre remarca que li agrada l'ambient familiar que ha trobat en el nostre equip humà.

Ple de confiança en els professionals de la Clínica Bofill, aquest home ha passat per diverses operacions que l'han portat a tenir pròtesis als dos genolls, un ferro al maluc i cargols en una mà. I tot i el seu historial mèdic, sempre té un somriure a la cara i es manté molt actiu mentre passeja per Llançà amb els seus néts i besnéts i ajuda a construir un gran pessebre a l'església d'aquest municipi altempordanès.

Des dels 20 anys ha tingut problemes a les cames degut a un accident que va patir quan feia el servei militar obligatori. Allà va fracturar-se el fèmur, i va estar ingressat a l'Hospital de Lleida. El van donar d'alta per continuar el servei militar i el van traslladar a Olot. Degut a què caminava coix, va fer de soldat a la cuina de la caserna militar de la capital garrotxina.

Quan va acabar el temps de mili, va tornar a Llançà. El seu sogre, que era sabater, va fer-li unes alces a les sabates perquè no caminés tan coix. I d'aquesta manera en Vicenç va anar fent vida normal i va treballar com a xofer de camions, una feina heretada del seu pare. Però amb el pas dels anys, i degut al problema del fèmur que li provocava no tenir bé l'articulació, el seu genoll s'anava desplaçant progressivament. I llavors en Vicenç va començar a viure amb un dolor que anava augmentant.

A mitjans del 1999 va decidir ser visitat a la Clínica Bofill. Primer pel doctor León, especialista en traumatologia, qui el va derivar al doctor Lluís Madera, també traumatòleg però especialitzat en pròtesis de malucs i de genolls.

El mateix Vicenç recorda amb bon humor com va ser el diagnòstic del doctor Madera: "ho posarem tot bé, però primer hem d'espatllar-ho tot". I és que hagués estat inútil col·locar directament una pròtesi de genoll sinó que calia fer primer el fèmur. "I després tota la resta", detalla el nostre protagonista.

Guarda molt bons records del doctor Madera, del qual ens diu que "és un gran professional però és millor amb la seva condició humana".

De la primera operació ens destaca la seva immensa emoció quan va adonar-se que tornava a tenir les cames anivellades per primera vegada després de 39 anys d'aquell accident en el servei militar obligatori. "Va ser una de les alegries més grans de la meva vida", ens relata.

Ara bé, tot i els moments baixos que va viure, també va demostrar una personalitat entremaliada tot i l'edat. Per exemple, sempre provava de fer broma amb les infermeres del torn de nit. "Les nits que no podia dormir m'aixecava amb compte i, amagat, llançava les espardenyes pel passadís, i les infermeres s'emportaven un bon ensurt."

Més endavant, el mateix doctor Lluís Madera va haver d'implantar uns cargols a la mà d'en Vicenç. "Ara la puc moure perfectament", afirma.

Però l'atzar encara li tenia una altra prova per passar. Poc temps després d'aquestes operacions, en Vicenç va patir un accident molt seriós. Va caure pel forat d'un ascensor des d'una alçada de 3 metres. Després de la primera cura, va demanar ser tractat a la Clínica Bofill. A les proves van descobrir un coàgul al cap, el qual sortosament no va revestir més perill.

Mentre va estar ingressat, en Vicenç va passar altres proves sota el control del doctor Lluís Madera. I una vegada més, el destí posava un nou repte: van descobrir que el cor d'aquest altempordanès no rutllava del tot bé.

En Vicenç va ser derivat a un cardiòleg. Finalment, va ser intervingut a Barcelona. "Porto 3 by-pass", ens relata.

El pitjor, segons diu, és que va haver de retirar-se de la feina de transportista. "Això va ser un cop molt dur perquè el transport havia estat la meva vida", diu. Però poc després va trobar una feina d'encarregat en una fàbrica de formigó fins que, als 60 anys, van donar-li la invalidesa permanent.

L'última vegada que va haver de ser ingressat a la Clínica Bofill va ser per una pneumònia. "Podria haver-me quedat a Figueres, però prefereixo baixar a Girona per la confiança que tinc en el servei de la Bofill. Em sento molt a gust. Em tracten sempre de manera propera i familiar".

I ara com viu en Vicenç? Ell mateix ens ho diu : "He après a gaudir dels meus néts i besnéts. M'encanta passejar per Llançà amb ells i veure com surten les barques des del port".

IMMA GUILLERA
RECEPCIONISTA

EDAT
50 anys

PROFESSIÓ
Recepcionista

VIU A
Blanes

PATOLOGIA
Obesitat

SI SEGUEIXES LES PAUTES QUE ET MARCA L'EQUIP MÈDIC DE LA UNITAT DE SOBREPÈS I OBESITAT, POTS ASSOLIR ELS OBJECTIUS SENSE PROBLEMA

Visc a Blanes, tinc 50 anys, sóc recepcionista a una empresa a Palafolls, i el meu hobby és la muntanya. Vaig patir obesitat i m'he recuperat gràcies a ENEQUILIBRI: la Unitat de Sobrepès i Obesitat de la Clínica Bofill.

Quan comença el teu problema de pes?

Jo sempre he sigut propensa a engreixar-me i tenir sobrepès, però sempre havia recuperat el pes ideal. El problema va sorgir quan van haver d'operar-me d'una hèrnia discal. Però en menys d'un any van operar-me una segona vegada i van canviar-me el disc de la columna. Ara en tinc una de titani. Vaig estar molts mesos fent repòs. Sedentarisme, medicació, mals hàbits alimentaris... Per tot plegat, vaig arribar a pesar 81.5 Kg amb una alçada de 1.49 cm.

Per acabar-ho d'adobar em van començar a fer mal els peus, i em van detectar fascitis plantar pel poc que caminava, i em feia mal.

A mi m'encanta el senderisme de muntanya, però vaig haver de deixar-ho aparcat per poder recuperar-me de les operacions. Vaig haver de renunciar a la meva vàlvula d'escapament. Em vaig sentir molt trista. Treballava, però el cap de setmana no feia res i això va anar minvant-me els ànims i vaig anar augmentant de pes.

Vaig estar una bona temporada en aquesta situació de malestar constant, fins que el juny de l'any passat vaig dir prou. No volia sortir a cap foto, em veia lletja. Llavors vaig anar al metge de capçalera i el doctor em va parlar de la Unitat de Sobrepès i Obesitat de la Clínica Bofill. Vaig decidir provar-ho.

Què buscaves a ENEQULIBRI, la Unitat de Sobrepès i Obesitat?

Jo estava desesperada, l'únic que volia era baixar pes i necessitava un sistema eficaç. Quan vaig poder caminar després de les operacions d'esquena intentava fer rutes per muntanya però en guanyar tant de pes, tot era un sobreesforç i em cansava moltíssim. En aquelles circumstàncies era horrible, no en gaudia gens.

A la Clínica Bofill vaig explicar el meu problema i em van informar dels diferents tipus de tractaments que existien. Em vaig sentir molt motivada en tot el procés. Per raons econòmiques vaig començar pel tractament de l'Obalon de 3 mesos, un mètode poc invasiu i una solució ràpida, simple i sense cirurgia. Ja em van advertir que com a màxim podria perdre entre 8 i 14 kg.

Explica'ns com és el procés de l'Obalon

Quan entres a la Unitat et fan la visita informativa i després et visiten diferents professionals mèdics: endocrí, nutricionista i psicòleg. Sempre t'informen de tot i et sents molt acompanyada. Després del tractament tens un seguiment continu d'un any.

El dia que et posen el baló gàstric has d'anar en dejú. La col·locació del Obalon triga al voltant de 15 minuts. Has d'empassar-te una càpsula que té un tub prim que li permet al metge inflar el baló i una vegada que la càpsula arriba a l'estómac es dissol i allibera el baló.

Després et fan una radiografia per confirmar la ubicació i t'inflen de gas el baló. Finalment, et retiren el tub. Després d'això, vaig tornar a casa meva i en tres dies vaig tornar amb la nutricionista. Ella em va fer una dieta personalitzada adaptada al tractament, ja que amb l'Obalon, hi ha aliments que no pots menjar.

"A la Clínica Bofill vaig explicar el meu problema i em van informar dels diferents tipus de tractaments que existien. Vaig escollir l'Obalon i em vaig sentir molt acompanyada en tot el procés"

Com són els primers dies amb l'Obalon?

Els primers dies estàs a disgust, perquè tens un objecte estrany al cos i tens molèsties. Al principi tens una sensació incòmoda, però passat el període d'adaptació la cosa millora. Crec que aquest mètode és molt psicològic. A part que et satisfàs abans amb el menjar, tenir un objecte a l'estómac et fa recordar que no pots menjar qualsevol cosa i has de continuar amb el procés.

Què és el més dur del tractament?

Sens dubte el més dur ha estat la vida social. Sopars de Nadal, barbacoes, sopars amb grups de pares, aniversaris, etc. Davant teu, veus tota mena d'aliments i begudes que no entren a la teva dieta. Has de tenir molta més força de voluntat quan estàs en grup. D'altra banda també he trobat molt de suport en la gent del meu voltant, donant-me ànims i reforçant la meva voluntat.

La dieta és molt estricta?

Una de les millors coses és que adapten els teus gustos a la dieta que has de seguir, i això fa que sigui molt personalitzada i molt fàcil de seguir. Avui dia, continuo amb la dieta perquè ja forma part de la manera d'entendre l'alimentació.

I després dels tres mesos amb l'Obalon?

L'equip mèdic es va quedar sorprès dels resultats. Jo ja els vaig dir que perdria més del que em van pronosticar, perquè realment vaig ser molt estricta i no em vaig permetre cap extra. Vaig perdre 16 quilos amb l'Obalon i m'havien pronosticat perdre'n entre 8 i 14. Crec que si segueixes les pautes que et marca l'equip mèdic pots assolir els objectius sense problema.

Un cop van retirar-me l'Obalon –amb una endoscòpia i sedada- vaig continuar el tractament. Van ampliar-me la dieta i vaig passar a controls cada 15 dies. Recordo que la Glòria, coordinadora de la Unitat, em va dir: "com que has fet una gesta important, i vull que continuïs motivada quan arribis al teu objectiu de pes ideal, rebràs un premi". Però per mi el gran premi va ser aconseguir el meu objectiu de salut: trobar-me bé, poder anar a la muntanya a gaudir i no a patir, sentir-me bé amb mi mateixa.

Ara m'estic mantenint en el pes ideal i vinc només una vegada al mes.

"Després d'un any d'haver iniciat el procés he perdut un total de 30kg, 16 dels quals els vaig perdre amb l'Obalon."

Quina va ser la teva motivació principal?

La bàscula. El fet que cada vegada que pujava a la bàscula anava baixant de pes, era motivació suficient per la següent setmana. També es veritat que va haver moments d'estancament i continues fent la mateixa dieta però sense tanta efectivitat. Això desmotiva una mica, però has de continuar amb el camí.

En aquest any com ha canviat la teva vida?

He recuperat la meva agilitat al practicar esport. El mal d'esquena el continuo tenint, però ara puc caminar per la muntanya i em trobo millor. He recuperat la meva autoestima.

Recomanaries aquest procediment?

Sí, però per gent molt conscienciada. Has d'estar molt mentalitzat que aquest tractament no és miraculós, que la feina depèn exclusivament de tu i de la teva força de voluntat. L'Obalon t'ajuda a menjar menys perquè et redueix la gana, però els aliments que decideixes menjar depenen exclusivament de tu. Tens el suport darrere de l'equip d'ENEQUILIBRI, que t'ajuda en tot el que necessitis, i et motiva a continuar endavant.

enEQuilibri

Unitat de Sobrepès i Obesitat
de la **Clínica Bofill**

Una solució per a cada persona

La nostra varietat de tractaments ens permet dissenyar un pla a mida per a cada persona i aconseguir l'equilibri entre la pèrdua de pes i la qualitat de vida.

TÈCNIQUES:

- **OBALON:** Càpsula ingerible
- **POSE:** Reducció d'estómac sense incisions
- **CIRURGIA BARIÀTRICA:** Sleeve i Bypass gàstric

La primera visita és gratuïta!

Demana hora al **972 20 43 50** (ext 512)

www.clinicabofill.net

CLÍNICA BOFILL
ProActive Health

Clínica Bofill Girona Centre Rda. Sant Antoni Maria Claret, 20 - 17002 Girona - nutricio@clinicabofill.net

La Unitat també està disponible en els altres centres de Clínica Bofill

Clínica Bofill Migdia
C. Migdia, 130-132 - 17002 Girona
972 22 11 04

Clínica Bofill Platja d'Aro
Av. S'Agaró amb c. Santiago Russinyol, s/n
17250 Platja d'Aro - 872 59 80 00

Clínica Bofill Figueres
C. Sant Llatzer, 4 (Plaça Triangular) - 17600 Figueres
872 55 09 99

VÍCTOR PIJOAN
ESTUDIANT

"VULL ESTUDIAR MEDICINA I TROBAR UNA CURA PER LA PSORIASI"

Ha patit assetjament escolar (bullying) per la seva malaltia a la pell i va publicar una foto a les xarxes socials denunciant el seu cas

EDAT 17 anys
PROFESSIÓ Estudiant
VIU A Figueres
PATOLOGIA Psoriasi

Aquest jove conviu des dels 4 anys amb la psoriasi, una malaltia inflamatòria crònica de la pell caracteritzada per taques vermelles al cuir cabellut, als colzes i als genolls, i que pot associar-se amb artritis aguda.

Víctor Pijoan té 17 anys i és fill d'una infermera de la seu de la Clínica Bofill a Figueres. Massa jove per haver patit assetjament escolar i rebuig degut a una malaltia que no és contagiosa. El patiment d'una malaltia visible i sovint desagradable pels altres condueix a l'estigmatització i rebuig, por al contagi i distorsions en les relacions personals.

I tot i això, en Víctor no s'ha tancat en el victimisme o en la revenja. Al contrari, ha potenciat la seva vessant més solidària: "vull estudiar medicina per trobar una cura per la psoriasi. S'ha convertit en un repte per a mi".

Coneix de casos en els quals la malaltia ha remès, per tant, considera que la psoriasi no és crònica "sinó que l'hem de definir com una malaltia temporal".

Un altre factor que creu que l'ajudarà com a futur metge és la seva experiència com a pacient. "Quan estàs ingressat agraeixes que el personal sanita-

ri t'atengui amb un somriure a la cara i amb un to amable i comprensiu. I això és especialment important quan pateixes dolors i malestar", explica. A més, creu que no tindrà cap problema amb la gent. "Sóc molt sociable, jo, m'agrada molt parlar i relacionar-me amb la gent".

Ell creu que és una malaltia que té a veure amb "el teu cervell, els teus pensaments, els teus sentiments". S'autodefineix com a "persona nerviosa" i sap que això no ajuda a minvar la seva malaltia. Per exemple, en època d'exàmens els nervis provoquen "picors, augment de les escames..."

La primera vegada que va patir la malaltia a la seva vida va ser quan tenia 4 anys. Va estar ingressat a l'hospital durant 17 dies perquè el 88% del seu cos estava cobert per la psoriasi. La seva malaltia té un component genètic. Des de llavors ha passat per tota mena de professionals i provat tot tipus de tractaments. "Moltes cremes, molts fàrmacs... fins i tot he visitat a naturòpates per tenir una altra visió", manifesta en Víctor.

"Callar quan pateixes bullying no serveix de res. Jo callava per por. Cal explicar-ho i cal fer-ho visible"

Fins i tot em van proposar un tractament amb Ciclosporina, que és un medicament immunodepressor que utilitzen els pacients amb òrgans trasplantats per evitar el rebuig. Ara bé, entre les contraindicacions hi ha efectes secundaris perjudicials en altres òrgans del cos. El nostre entrevistat afirma que per aquesta raó no va intentar aquesta alternativa: "Prefereixo tenir la pell malament abans que afectar un òrgan intern", detalla.

Rebuig i Assetjament

Aquest jove recorda que de petit no era conscient del rebuig que provocava la psoriasi. La seva família, però, sí que va patir-lo quan en Víctor just tenia 4 anys. Els mestres de P4 van voler enviar una carta informant a la resta de famílies dels companys de classe del tipus de malaltia del Víctor. Els seus pares van negar-s'hi en rodó. Van argumentar que no està permès fer pública la història clínica d'una persona. I molt menys per una malaltia no contagiosa com la psoriasi.

Però l'any 2009, amb un canvi d'escola, la malaltia va reaparèixer amb més força. "Estàs en un lloc on no coneixes cap altre alumne, notes que et miren... i et poses més nerviós del compte", recorda en Víctor. Aquí va patir també assetjament fins que en cursar 5è de Primària va decidir explicar-ho a la tutora. Ella va trucar als pares per informar-los dels lamentables fets. Víctor, avui dia, reconeix que "callava per por".

Però els problemes van agreujar-se en arribar a l'institut. Especialment en els dos darrers cursos, 3r i 4t, que corresponen als 15 i 16 anys. Allà va patir assetjament (bullying en anglès) de manera més radical.

Fins el punt que va usar una fotografia que va escampar a les xarxes socials per denunciar el cas.

"Va ser abans de Setmana Santa, abans d'exàmens i estava molt estressat" explica. Víctor Pijoan tenia un objectiu ben clar, a banda de denunciar el seu cas. "La idea era fer-ho visible per altres amics i amigues que també han passat pel bullying. Ja sé que només amb una foto i uns quants likes no canviaré la vida de les persones", però relata que posteriorment va rebre moltes mostres de suport i d'afecte. I, també important, "per la gent que potser no sabia que estava comportant-se com a assetja-

dora prengui consciencia que la seva conducta provoca patiment als seus companys".

I en algun cas, això va funcionar. Alguns dels seus companys assetjadors van demanar perdó pel seu comportament "fins i tot via whastapp" i en Víctor recorda que van dir-li que no eren conscients del patiment que li havien provocat.

El jove entrevistat ho té ben clar. "Callar quan pateixes bullying no serveix de res. Cal explicar-ho i cal fer-ho visible".

De tota aquesta trista història, Víctor Pijoan n'ha extret una lliçó molt valuosa. "Patir bullying m'ha servit per identificar qui m'estima i qui són els autèntics amics, ja que la resta s'allunyaven de mi pel físic". I també que avui dia ha après a no donar massa importància al que pensin d'ell els desconeguts. Encara que reconeix que "continua comportant una certa incomoditat".

En definitiva, considera que " si no et tapes i ensenyes qui ets, després vius la vida més tranquil i a gust amb tu mateix". I com a jove, li encanta estar actiu en tot moment. "M'agrada provar-ho tot, fer coses noves... sóc una persona inquieta" ens reconeix.

Consells

Quan preguntem al Víctor de quins consells donaria a altres persones que pateixen psoriasi, té clar quin seria el primer: "que no pensi en què pensarà la gent. Que s'obri al món i a les persones".

Respecte a això, recorda el llibre titulat "Wonder", on s'explica la història de l'Auggie, un nen nascut amb una malformació facial que li ha impedit anar a l'escola. "Als 10 anys trepitja per primera vegada una escola", detalla el jove entrevistat. "Em vaig sentir molt identificat amb el personatge, quan es trobava amb els prejudicis de la gent".

Del llibre en destaca "la valentia del protagonista, l'August" davant la seva malformació i el rebuig que entre altra gent genera. "És un clar exemple que tenim molts prejudicis i que és important no deixar-se portar per les aparences".

Professionals de la salut

Cada dia més a prop teu!

CLÍNICA BOFILL

ProActive Health

www.clinicabofill.net

CENTRAL:

CLÍNICA BOFILL - GIRONA CENTRE
Ronda St. Antoni Maria Claret, 20
17002 GIRONA - Tel. 972 20 43 50

www.clinicabofill.net

DELEGACIONS:

CLÍNICA BOFILL - PLATJA D'ARO
Avd. S'Agaró amb C/ Santiago Rusiñol, s/n
17250 PLATJA D'ARO - Tel. 872 598 000

CLÍNICA BOFILL - FIGUERES
C. Sant Llàtzer, 4 - 17600 Figueres
Tel. 872 550 999

CLÍNICA BOFILL - GIRONA MIGDIA
C. Migdia, 130-132 - 17003 GIRONA
Tel. 972 221 104

PELAYO GARCÍA DE CECA

NOTARI

"ES POT VIURE PERFECTAMENT FELIÇ AMB UNA INVALIDESA FÍSICA, CREC QUE MENTRE TINGUIS ÚS DE RAÓ POTS LLUITAR PER LA RECUPERACIÓ"

Va patir un ictus i des de fa 4 anys fa rehabilitació a Endavant, la Unitat de Neurorehabilitació i Neurovascular de la Clínica Bofill

EDAT 53 anys
PROFESSIÓ Notari
VIU A Banyoles
PATOLOGIA Ictus

El madrileny Pelayo fa 20 anys que viu i treballa a Banyoles com a notari. Ara fa 4 anys va patir un ictus. Tot d'una, quan era a casa, va notar que perdia tota la sensibilitat de la part dreta del seu cos. "Vaig trucar a una ambulància i vam poder reaccionar a temps", ens detalla. Això va ser clau per a la posterior recuperació, ja que hi ha gent que pateix un ictus quan dorm i no se n'adona fins el dia següent, quan les conseqüències són més greus.

Pelayo García va patir un ictus de tipus hemorràgic. És a dir, va patir un trencament d'un vas sanguini a l'encèfal. L'ictus és una de les primeres causes de mort entre la població femenina, i la segona entre la població masculina. Pel nostre entrevistat, aquesta malaltia "és molt pitjor del que la gent creu. I és una malaltia molt invalidant".

En patir l'ictus, va estar ingressat 3 setmanes a la UCI i després 6 setmanes més a l'Hospital Josep Trueta de Girona, on va passar de la cadira de rodes a caminar amb una crossa. D'allà va anar a l'Institut Guttman de Barcelona per fer neurorehabilitació i, posteriorment, en un altre centre de la seva ciutat natal, Madrid, on encara hi va cada 15 dies, combinant el tractament que rep a la Clínica Bofill.

De les seqüeles de memòria, aquest madrileny reconeix que ho ha recuperat tot. Amb molt bon humor i rialles ens diu: "L'ictus a nivell intel·lectual m'ha deixat igual de tonto que era abans." Fora bromes, també diu que amb el treball amb neuropsicòlegs "vaig recuperar molt en capacitat per a memoritzar coses noves. Això dóna molts d'ànims per continuar endavant".

Pel que fa a les seqüeles físiques, Pelayo ha recuperat la mobilitat de la part dreta, però no així tota la sensibilitat. Diu que amb les teràpies rehabilitadores, tot just fa un any que comença a recuperar una mica de tacte, un fet que ha sorprès els professionals perquè no és habitual, i menys quan han passat tants anys des de l'ictus. Però pel Pelayo això és molt important: "aquesta mínima recuperació m'ha permès fer coses noves".

Per exemple, ara pot nedar, o fer la volta a l'estany de Banyoles amb una bicicleta adaptada a les seves necessitats. També pot conduir, amb un cotxe preparat perquè pugui fer-lo servir amb la part esquerra del seu cos.

"Al meu braç dret l'anomeno Rodolfo perquè és com si fos d'un altre" ens comenta mostrant una vegada més el seu bon humor.

Unitat Endavant

Pelayo García era a la Clínica Lescer de Madrid quan va decidir retornar a la feina a Banyoles. Va ser quan va conèixer Endavant, la Unitat de Neurorehabilitació i Neurovascular de la Clínica Bofill. Aquí va conèixer la coordinadora de la Unitat, Consuelo Rivera, qui el va guiar en el procés de rehabilitació.

L'entrevistat ens detalla que viatja cada 15 dies a Madrid i que combina sessions a domicili i a Girona. Reconeix que això encara el beneficia més. "Penseu que per mi un desplaçament implica el triple de temps que per una altra persona". Aquest servei a domicili és un dels valor afegits que ens vol destacar.

Pelayo afirma que el personal d'Endavant és "excepcional" perquè, a parer seu, a banda de la preparació professional, en destaca la qualitat humana... "tots formen un gran equip professional i humà."

De la mà de doctor Joaquim Serena està iniciant un nou tractament. I és que des de fa un any el nostre entrevistat pateix estats de tensió muscular a la part dreta, com si estigués carregant un pes molt gros durant molta estona. I això li causa molta fatiga.

A més, també està molt content de la coordinació entre la Clínica Bofill i la Clínica Lescer de Madrid, on continúa en tractament quan és allà. "Uneixen esforços perquè la meva rehabilitació vagi en una mateixa direcció", ens detalla.

Per tot plegat, té molta fe en la rehabilitació. Com ell mateix ens argumenta: "Potser tens parts invalidades però hi ha moltes altres coses que pots fer igualment. Pots adaptar-te a la nova realitat. El que cal és lluitar i no rendir-se mai. Sempre hi haurà algú disposat a ajudar-te".

Reconeix, però, que pot haver-hi gent que cau en depressions o moments baixos perquè, com ens diu, "és un moment realment molt dur. Pot invalidar-te del tot i no només físicament".

I no té cap dubte en dir-nos que ell és feliç. "Sí, pots viure perfectament feliç amb una invalidesa física, crec que mentre tinguis ús de raó pots lluitar per la recuperació."

Després de l'ictus

Com a notari, el nostre entrevistat treballava gairebé tot el dia. Després de l'ictus, ara treballa les hores justes i, en canvi, es cuida molt més. Reconeix que triga molt en escriure amb ordinador perquè només pot fer-ho amb la mà dreta. "He provat programes de reconeixement de veu, però no són del tot perfectes encara", ens detalla. Pot continuar exercint com a notari ja que, com diu, és una professió amb molt tracte verbal al públic, i això permet que "pugui desenvolupar-la perfectament".

De totes les coses perdudes, Pelayo García la que més lamenta és tocar el piano. "Si em diguessin alguna cosa per recuperar seria aquesta", manifesta.

També ha patit una transformació en com veu aquesta mena de malalties. Ell, després de l'ictus, va fer recuperació a la sanitat pública però limitada en el temps. "En el meu cas tenia una assegurança privada que m'ha permès continuar en centres com la Clínica Bofill i a Madrid".

Per això reflexiona que l'ictus és una malaltia que pot marcar el futur de la nostra societat. "És una malaltia molt invalidant per qui la pateix, però també suposa un cost molt elevat per a la sanitat, perquè cada pacient necessita de dos a tres professionals mèdics, un neuròleg, un fisioterapeuta, un de teràpia ocupacional... i és clar, això és una despesa molt elevada", ens detalla al respecte.

Tot i que el seu ictus va ser hemorràgic -causat per un problema de tensió degut a una malformació hereditària- l'entrevistat també aconsella seguir els consells coneguts. No fumar, mantenir una dieta equilibrada, fer exercici de manera regular, no excedir-se amb l'alcohol. "Són factors que sumats poden prevenir moltes malalties que poden portar-te a l'ictus".

Pelayo García es reconeix com a afortunat : "he tingut molta ajuda de la meva família, dels amics, dels companys de feina...", I gràcies a l'AVE viatja de Banyoles a Madrid tant per continuar rehabilitacions com per mantenir el lligam amb les seves filles, que estudien a la capital espanyola.

Endavant

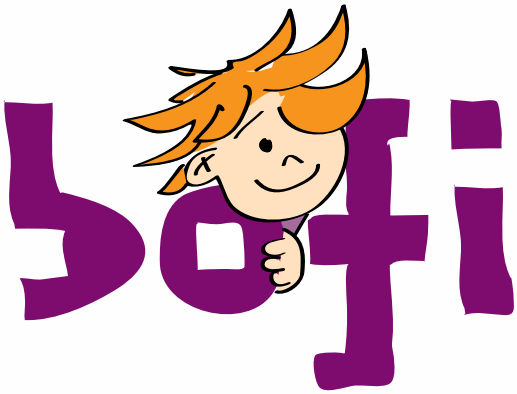
Unitat de Neurorehabilitació i Neurovascular de la **Clínica Bofill**

T'acompanyem en la teva recuperació

CLÍNICA BOFILL
GIRONA MIGDIA
ProActive Health

Clínica Bofill Migdia
C. Migdia, 130-132
17002 Girona
972 22 11 04

Coordinadora
Consuelo Rivera
650 72 60 10



LA FAMÍLIA BOFI

Bofi és el nen protagonista de les nostres historietes a les clíniques Bofill. L'acompanyen la seva família i molts altres amics!

LA MAMA JENNIFER PASSA PER NOW YOU

Li van diagnosticar un càncer de mama i va ser sotmesa a cirurgia per extirpar-lo. Després va acudir a Now You per una reconstrucció mamària.

Feia 5 anys que m'havia sotmès a una mastectomia que em va deixar profundes cicatrius no solament en el meu cos, sinó també en la meva forma de ser. Odiava mirar-me al mirall, ja no em veia a mi mateixa.

Abans de l'operació feia exercici, anava al gimnàs i no m'importava canviar-me de roba davant de les altres companyes. Però després això era impossible. La gent em mirava i jo em sentia cohibida.

Vaig conèixer Now You, perquè la meva família i jo som habituals a la Clínica Bofill, vaig trucar i vaig demanar hora per informar-me de forma gratuïta. Després de tenir una cita a la consulta del Dr. Vernetta, em vaig adonar que estava en el lloc adequat.

Em van tractar amb total confiança i tacte, sabent que per a mi era un tema complicat i personal. No obstant això, em vaig sentir en família i de seguida vaig poder expressar totes les pors i dubtes que tenia.

Em van informar de les diferents tècniques de reconstrucció mamària que disposaven, perquè tingués totes les opcions al meu abast. Finalment vaig decantar-me per la tècnica d'expansió cutània: és la més utilitzada i consisteix a expandir la pell i, posteriorment, col·locar una pròtesi. Existeixen altres tècniques, però amb l'assessorament del Dr. Vernetta vaig decantar-me per aquesta per ser la que et deixa un resultat més natural. Ara torno a ser jo mateixa.

L'AVI D'EN BOFI, OPERAT DE CATARACTES

Com va saber que tenia cataractes?

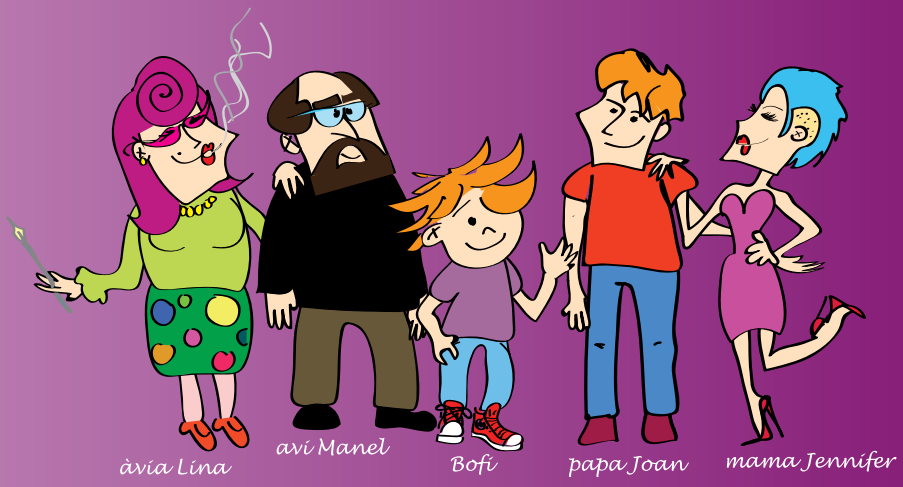
Doncs fa ja gairebé més de tres anys, en un reconeixement. Vaig començar a veure com boira i el sol em feia mal als ulls, sobretot a contrallum. A la Clínica Bofill, amb la tecnologia ocular que disposen, em van diagnosticar una cataracta.

Com va ser la seva operació de cataractes?

Doncs en la mateixa operació em van eliminar les cataractes i em van introduir la lent per corregir la vista a mitja i a llarga distància i la veritat és que va anar perfectament. L'endemà vaig venir al reconeixement i havia recuperat ja un 80% de la visibilitat d'aquest ull. Quan vaig arribar a casa, vaig sentir-me com el que hi veu per primera vegada; acostumat a no apreciar bé els colors, la nitidesa cromàtica era una cosa meravellosa... i m'ha anat molt bé.

Recomanaria l'operació de cataractes?

L'operació dura uns 20 minuts i la veritat és que és molt senzilla, et donen molts ànims, et van explicant tot el que et van fent i no sents cap molèstia en absolut. Per tant, animo a la gent que ho faci, és més, ara ja vaig pel segon ull. És "bufar i fer ampolles".



L'ÀVIA LINA DEIXA DE FUMAR

Quan va decidir deixar de fumar?

Portava tota la vida fumant i vaig pensar que no ho deixaria mai. Però un dia em vaig decidir quan vaig veure estossegar en Bofi per culpa de la meva cigarreta.

Com ho va fer?

Vaig assessorar-me a la Unitat de Tabaquisme que tenen a la Clínica Bofill, i em van explicar com aniria el procés. Que començaríem amb una revisió mèdica general, després faríem sessions amb la psicòloga i després parlaria amb la nutricionista.

La veritat és que aquest tractament ha sigut el recolzament que necessitava per fer front a la síndrome d'abstinència i a l'ansietat que sents quan deixes de fumar. Poc a poc, després d'haver visitat la Unitat i amb molta força de voluntat, finalment vaig deixar de fumar fa 3 anys!

Què és el més important per deixar de fumar?

Això ho vaig descobrir durant el procés... necessites el desig i la motivació per deixar de fumar. Sense motivació no és possible. Penso que és una de les millors coses que he fet, ja que ha millorar la meva salut i qualitat de vida i la dels que m'envolten.

EN BOFI VA TENIR UN ESQUINÇ DE TURMELL

Sóc un nen bastant sa i alegre, m'agrada estar actiu, tant que una vegada em vaig emocionar a la platja i em vaig torçar el turmell.

Estava amb l'àvia i el cosí, i com que era a la platja de Roses, vam anar a les Urgències de la Clínica Bofill Figueres. Allà van ser molt amables, i ens van atendre ràpidament. Encara portava sorra enganxada de la platja, però com em feia tant de mal no vaig ni pensar a netejar-ho.

La Dra. Patrícia, la doctora d'urgències que em va atendre, em va fer la neteja de la zona perquè m'havien de fer una radiografia i comprovar que no hi hagués res trencat. Els resultats van ser positius, ja que tot estava bé i només va ser un esquinç lleu. Em va recomanar que fes uns exercicis per la recuperació i vaig sortir amb un peu embenat. En aquell moment ja gairebé no em feia mal. Així que l'Àvia Lina va decidir que podríem acabar de passar la tarda visitant el museu Dalí, perquè el meu cosí encara no hi havia estat.

Reserva Hora Online, sense esperes
www.clinicabofill.net

CLÍNICA BOFILL GIRONA
Ronda St. Antoni Maria Claret, 20
Tel. 972 20 43 50

CLÍNICA BOFILL GIRONA - MIGDIA
C. Migdia, 130 - 132
Tel. 972 22 11 04

CLÍNICA BOFILL - PLATJA D'ARO
Avd. S'Agaró amb C. Santiago Rusiñol, s/n
Tel. 872 598 000

CLÍNICA BOFILL - FIGUERES
C. Sant Llàtzer, 4
Tel. 872 550 999