

"Adicto para toda la vida"

Carlos llegó a 150 kilos y no aceptó que estaba enfermo hasta los 29 años

CARLOS MÁRQUEZ DANIEL
BARCELONA

Jueves, 22 de octubre del 2015



[JULIO CARBÓ](#)

Carlos, en la cocina de casa de sus padres, en un pueblo del Maresme.

«Creo que ya era comedor compulsivo en la barriga de mi madre». La vida de Carlos gira en torno a la comida. Siempre fue el gordito de la clase, ese simpático calificativo que a determinadas edades genera un infierno personal. **«En el instituto empecé a ganar peso de verdad. Veía 25 pesetas en casa y me las llevaba para comprar lo que fuera. Mis amigos me daban la comida que no querían, yo era algo así como la basura de la gente»**. Llama la atención la naturalidad con la que se refiere a su cruda existencia. No terminó la ESO y empezó a trabajar con su padre en el negocio familiar, una panadería, lugar que no era el más adecuado para alguien como él. Hasta los 25 años, la balanza fue una montaña rusa, con bajadas y subidas desorbitadas. Nada bueno para el organismo. Ni para su estado emocional. Le practicaron una reducción de estómago, pero el efecto duró apenas unos meses. Empezó a trabajar en el sector de la pastelería e intentó abrir un negocio propio: un frankfurt, que tampoco era la mejor medicina para su adicción a la comida. La cosa salió mal y aquello le generó una ansiedad que solo lograba saciar engullendo sin control. Llegó a los 160 kilos.

En una de esas descontroladas dietas, llegó a perder 69 kilos en seis meses. **«Hacía dos horas diarias de spinning y tomaba laxantes. Ahora me doy cuenta de que la compulsividad también se me iba hacia el deporte. Hacía también ayunos de 40 días. En resumen, no me he querido nada»**. Carlos está convencido de que la nula autoestima le ha afectado en las relaciones personales. Con poco más de 30 años, hace uno que mantiene su primera relación estable. Nada ni nadie conseguía que las buenas rachas tuvieran continuidad. **«Al endocrino solo iba cuando estaba bien, para que me felicitará. Nunca fui cuando estaba fatal»**.

Hasta que conoció estos encuentros anónimos. **«Fue la primera vez que reconocí que estoy enfermo, que soy un adicto y que siempre lo seré, como lo es el**

alcohólico». Había llegado a zamparse tres menús de hamburguesería y un pote con 20 trozos de pollo. O seis croissants de chocolate untados con Nutella. Hasta los 29 años, aquello le parecía algo normal. Nunca se planteó que podía estar enfermo, que algo estaba mal en su cabeza. Aprendió a ir día a día, por eso dice: **«Hoy peso 92 kilos».** **«No veo el futuro, pero sé que hoy estoy sereno, abstinentemente** -así llaman a los periodos sin darse lo que ellos califican como atracones-, **sin dietas raras. Cuando te quieres a ti mismo es cuando puede pensar que otra persona puede fijarse en ti».** Así ha sido.