



EN PRIMERA PERSONA

CHUS MARCHADOR



►► **Protagonista** ► José María Valencia, ayer, posa para EL PERIÓDICO en su casa de Zaragoza.

«Alguien me salvó la vida»

El zaragozano José María Valencia se sometió a un trasplante de hígado hace menos de dos años tras una cirrosis hepática que lo tuvo «al límite» ≡ «Hasta que no te pasa no valoras la donación», dice

ANA LAHOZ
 alahoz@aragon.elperiodico.com
 ZARAGOZA

La luz de alerta en el cuerpo de José María Valencia se encendió en unos análisis rutinarios con su médico de cabecera hace más de dos años. Era por la mañana y este zaragozano acudía, como cualquier paciente, a recoger los resultados a su centro de salud del barrio de Delicias. Pero ya no volvió a casa. Desde aquella consulta de Atención Primaria pasó, directamente, a una cama del hospital Clínico de Zaragoza. ¿Resultado? Una cirrosis hepática grave que requería de un trasplante urgente de hígado. «No me lo podía creer», confiesa a este diario.

Recuperado y tras adaptar su vida a unos buenos hábitos, Valencia es consciente —«ahora que me ha tocado», reconoce— de la importancia de donar. Aragón, tal y como adelantó EL PERIÓDICO el pasado sábado, alcanzó en el 2019 su récord de donantes con 72 personas y, además, incrementó en un 26% el número de trasplantes. «Los jóvenes son el futuro y son quienes más concienciados deben estar. Las personas mayores siempre hemos visto eso de donar órganos como algo raro, si se me permite decirlo así. Pero cuando te pasa, cuando es-

tás al límite y necesitas la ayuda de alguien y llega, abres los ojos», cuenta Valencia.

Sabe que él tuvo «mucha suerte» y por momentos llegó a perder la esperanza. «Un día me dijeron que había opciones con un paciente de Madrid y me ilusióné, pero luego la situación no llegó a buen puerto. Ni siquiera me intervinieron porque no era compatible, no me valía por así decirlo. Ahí me quedé muy chafado, ya no por mí, sino por mis hi-

«Sin mis hijas no habría tenido fuerzas para salir adelante. Me daba todo igual», confiesa

jas», señala. Este aragonés confiesa que aquel día «algo se rompió» y empezó a pensar que no había solución.

«Compartí habitación con muchos compañeros que salían bien y otros que no. Con los que un día comías y al día siguiente fallecían. Aquello fue muy duro. Yo veía, y también lo intuía en la cara de los médicos, que si no llegaba un órgano yo no iba a durar mucho más», explica con la voz entrecortada. «Sin mis hijas (La-

ra y Ruth) no habría tenido fuerzas para salir adelante. Me daba ya todo igual. Nunca lloraron delante de mí, lo harían fuera, y se convirtieron en mi mayor motivación», asegura.

Agradecido

El 6 de febrero del 2018 se produjo «el milagro» cuando José María Valencia ya sentía que «había empujado la cuenta atrás», dice. Le comunicaron que había un órgano compatible y entonces vio la luz. «Recuerdo que salí de la habitación entre aplausos de las enfermeras y muy contento. Jamás olvidaré el buen trato y el apoyo que recibí», señala.

No hubo rechazo al hígado, todo encajó «a la perfección» y desde entonces este aragonés lleva «una vida normal», con sus rutinarios análisis cada varios meses, y «totalmente alejado» de los malos hábitos que le llevaron a necesitar un trasplante. «Alguien me salvó la vida, no se quién, pero desde aquí se lo agradezco. Llevo dos años vivo gracias a ese donante. Y esa acción gratuita y de generosidad se valora cuando te pasa», reitera Valencia, que ahora colabora con la Asociación de Enfermos y Trasplantados Hepáticos de Aragón. «He conocido gente, comparto mi experiencia y todos damos las gracias por estar aquí gracias a alguien», dice. ≡

en Aragón

OBJETIVOS PARA ESTE AÑO

► El Departamento de Sanidad quiere continuar y potenciar este año el programa de donación de órganos tras la muerte por parada cardíaca y, además, seguir ofreciendo la posibilidad de la donación renal de vivo «de manera sistemática» a todos los pacientes que puedan beneficiarse de esta modalidad terapéutica. También se potenciará, según indicó ayer Sanidad, el trasplante renal anticipado a la diálisis con órganos procedentes de fallecido. Otra de las líneas estratégicas será profundizar en la colaboración de los servicios de urgencias, emergencias y neurología como detectores de posibles donantes de órganos en muerte encefálica. Asimismo, se está trabajando para establecer procedimientos de colaboración con hospitales y clínicas de titularidad privada en el marco de la donación.