

[Inicio](#) > [Maratón](#) > La cirugía que cambió la vida a Rubén

La cirugía que cambió la vida a Rubén

22 AGOSTO, 2018

La transformación de Rubén Garrido (Sabadell, 1985) puede resumirse en dos cifras que aparentemente nada tienen que ver: 165 kilogramos y 42.195 metros. Las primeras reflejan el peso que llegó a alcanzar en octubre de 2016. Las segundas, la distancia, es la que completó apenas un año después en el **Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP** del pasado noviembre.

«Soy un corredor aficionado que descubrió el mundo del running allá en el año 2013. En aquel entonces me costaba bastante terminar cinco kilómetros. Hacía lo que podía para ir mejorando, pero no avanzaba bien y con el paso del tiempo fue empeorando mi situación personal debido a mis importantes problemas de obesidad», relata Rubén.



«Con el tiempo fui ganando mucho peso hasta llegar a los 165 kilos. Decidí decir basta a las lamentaciones, aposté por tomar las riendas de mi vida, afronté el problema y decidí someterme a una delicada intervención de bypass gástrico para solucionar mi problema de obesidad mórbida», continúa. El 18 de octubre de 2016 entró a quirófano. «En ese momento me propuse un reto para celebrar un año después de la operación, terminar el Maratón de Valencia», recuerda.

Después de seis horas de cirugía y varios meses de dura recuperación, Rubén empezó a tomar las riendas de su vida para cumplir aquel objetivo que se había marcado. «Me propuse que si la intervención salía bien y me rehabilitaba, pondría orden a todo, cambiaría mi alimentación para comer sano de nuevo y retomaría los hábitos de hacer deporte que nunca debí abandonar», describe.

El esfuerzo de Rubén tuvo su recompensa: «Los sentimientos que albergué al llegar a la meta cruzando la alfombra azul son indescriptibles». En todo ese camino no estuvo solo: «En la meta, al igual que durante esos meses, estuvieron a mi lado familiares y amigos que me esperaron allí viendo cómo cumplía mi objetivo».

El próximo **2 de diciembre** volverá a Valencia. «Está considerado el mejor maratón de España y quise que mi primera gran prueba fuera especial. Ahora espero regresar para mejorar mi marca», concluye.

Historia publicada en Las Provincias

[Lee otras historias de 42,195K](#)

ENLACES DE INTERÉS

INSCRÍBETE

Canjea tu promo

Inscripciones para grupos y empresas

Organiza tu viaje

Reglamento 2018

Recorrido

Personal Best

Planes de entrenamiento

Noticias

Descargar APP

Entidad solidaria

Patrocinadores

Historias de 42.195 KM

Info Ciudadana

Voluntariado

Ediciones anteriores

