



DAVID DE JORGE,
CON 131 KILOS
MENOS **P51**





«He perdido 131 kilos»

David de Jorge llegó a pesar hace dos años y medio 267. «Ya no tengo que reservar dos plazas de avión, me puedo atar los cordones, me ha bajado el azúcar y encuentro mi talla, la 62, en una tienda normal»



El cocinero de Telecinco se pesa todos los lunes. En junio de 2012 decidió adelgazar «sin torturas ni metas». «En ayunas peso 136, vestido y por la tarde llego a 141» :: FERNANDO GÓMEZ



Después de la reducción de estómago, el chef de Telecinco no pudo comer sólido en dos meses. Pero ahora que está hecho un pincel, de vez en cuando le da «un mordisco a algo prohibido», cuatro onzas de chocolate o un poco de chorizo de Pamplona, «que es lo más»



:: YOLANDA VEIGA



Encargaba camisas a medida que le costaban 200 euros y siempre usaba alpargatas. :: F. DE LA HERA

No es un día especialmente frío en Fuenterrabía. Ha amanecido con sol y esperan 12 grados a medio-día, pero David de Jorge agradece los calcetines. «Hace años que no me los ponía. Como no tenía sensación de frío, iba siempre en pantalón corto y alpargatas». Ahora se calza zapatillas con puntera de goma –del 47– porque llega a atarse los cordones y, por fin, ha encontrado su talla de pantalón. «¿Cuál es, Tati?». «¡La 62!», le ayuda su hermana, una mujer menuda al lado de este hombretón de 1,75 de altura. Lo fue mucho más porque

llegó a pesar 267 kilos. Ahora está en la mitad: 136 «en ayunas» y bajando.

El chef de Telecinco se ha quitado las lorzas en el quirófano y en la mesa, que sigue siendo un lugar de celebraciones, pero con platos de postre. Esta noche toca sopa de fideos en familia (cocina él) y mañana, tortilla de patata. «Somos cuatro hermanos y de niños nos volvía locos la tortilla, así que mi madre nos la preparaba el día 25. De postre nos ponía una piña rellena horrible». Las navidades en su casa siempre han sido «de muchas risas y de reñir también», pero ya no se pegan «esas cebadas con las que acabas cogiendo asco al turron y

hasta al cuñado», bromea el presentador de 'Robin Food: atracón a mano armada', el que grita 'Viva Prusia!' con el puño en alto. «Antes decía ¡viva Rusia!, que era algo que escuchaba de chaval a los pescadores de mi pueblo cuando estaban 'bolingas'. Pero mi amigo Mariano, que es frutero, se quedó muy jodiido con el bloqueo a los productos frescos de la UE por la bronca de Ucrania y me dijo: 'No tienes que decir más eso de ¡viva Rusia!».

Que hiciera caso al consejo de Mariano no entra en conflicto con su «primer mandamiento» (tiene veinte escritos en la pared): «Lo que los demás piensen de ti te la trae floja». Se lo lleva aplicando

toda la vida, desde que era aquel crío gordito que echaba mucha mantequilla a las tostadas y aprobara gimnasia por la caridad del profesor. «Corría con la lengua fuera y no podía hacer el pino». Hace seis años, se subió a la báscula en un matadero de Galicia y se quedó «petrificado»: 215 kilos. «La última vez que me había pesado estaba en 180».

«Un jamacuco»

El susto de la báscula fue la factura a una forma «desordenada y atropellada» de comer. «No desayunaba y a la hora de cenar me zampaba lo de doce comidas. Si uno cena cordero, al día siguiente procura

compensar con verduras o ensalada, pero yo me metía otra chuleta». Con 267 se dio cuenta de que tenía todos los boletos «para que me diera un jamacuco» y un día de finales de junio de 2012 le anunció a Eli, con la que lleva cuatro años casado, que había pedido hora con el médico. Aquel verano le colocaron un balón gástrico, un globo de silicona con la capacidad de una lata de Coca-Cola que le frenó el apetito y le ayudó a perder 70 kilos en siete meses –11 la primera semana–.

Un año más tarde, en mayo de 2013, se sometió a una reducción de estómago: «Iba al quirófano y los médicos me gritaban por el pasillo: ¡Viva Rusia! ¡Qué fenóme-



LOS DATOS

La 'dieta' del chef

En 27 de julio de 2012 David de Jorge se colocó un balón gástrico. Bajó 70 kilos en siete meses. En mayo de 2013 se sometió a una reducción de estómago y ahora pesa 132. Cuando le quiten las pieles que le sobran perderá otros 15 kilos. «Me peso todos los lunes. La última semana bajé un kilo. ¡Es la bomba!».

La obesidad en España

El 24% de los hombres y el 21% de las mujeres españolas sufren obesidad, según los últimos datos de la sociedad española que estudia esta enfermedad (SEEDO). Solo el 24% de la gente está satisfecha con su apariencia física. El 74% se ven gordos y querrían perder una media de diez kilos en cinco meses. El 81% de las personas que hacen dieta, fracasan.

Niños gorditos

El 15,5% de las niñas son obesas y en los niños se dispara hasta el 21,4%, según un estudio de la SEEDO hecho este año con alumnos de 7 y 8 años. Solo el 0,8% de los chavales tienen un peso por debajo de lo normal. A esa edad, el peso medio son 29,8 kilos y la estatura estándar 1,29 metros.

25

es el índice máximo de masa corporal para estar dentro del peso considerado 'normal' (el mínimo es 18,5). Entre 25 y 30 indica 'sobrepeso', más de 30 es 'obesidad' y más de 40 se considera 'obesidad mórbida'. Este dato se calcula dividiendo el peso entre la altura al cuadrado.

un festival porque ya no tengo que reservar dos plazas, las sillas de las terrazas no me miran amenazantes, levanto la pata y me puedo atar los zapatos, duermo seis horas con calidad y me levanto de un salto, como una zarcigüeya, las rodillas no me duelen, no me quedo adormilado en el sofá... y paso desapercibido por la calle, porque antes la gente te miraba y pensaba: '¡Vaya diplodocus!».

Y no será porque ahora no pasee, que camina dos horas por la mañana y va tres días al gimnasio para reforzar los músculos, que los tiene 'analfabetos'. Se hace análisis cuatro veces al año y en los últimos ya no hay rastro del azúcar que amenazaba con diabetes. «Tengo los parámetros como un adolescente!». Pero que no se despidá del médico, que todavía le queda otra visita al quirófano, una operación estética para quitarse «los colgajos de la barriga». «Es un trabajo de charcutería fina porque la zona del abdomen es complicada. Esa piel igual pesa quince kilos, vamos a mandarla a Ubrique para que nos hagan mochilas y monederos (risas)».

Los embutidos de la Esteban

Con esos 131 kilos menos y el entrenamiento de seis años cocinando en Euskal Telebista, llegó la hora de «correr la maratón de Nueva York»... y fichó este verano por Telecinco. «Los comienzos fueron más difíciles en ETB porque la gente decía: '¿Pero de dónde ha salido esta bestia parda?'», confiesa el chef.

A la cadena de Vasile le faltaba un cocinero y ahora tiene dos, porque Martín Berasategui, 'padrino' y amigo íntimo de De Jorge, también sale los jueves. «Es un titán, revienta los audímetros. Vas con él a un restaurante en Hong Kong y le hacen la ola. Yo soy el jabalí y él, el siete estrellas Michelin. Me ha ayudado mucho, en la tele y con la operación. También su mujer Oneka, es una casta. ¡Ay! Que ahora no se puede decir casta, ni levantar el puño, ni decir 'copón', ni echar puerro a la paella porque te llaman terrorista... ¡Somos un país de cainitas!».

Martín y De Jorge cocinan hoy a medias en 'Robin Food' (a las 14.30 horas) carrilladas en salsa y crema suave de ajos. Y con Belén Esteban preparó churros y chocolate el lunes. «Los dos nos enfrentamos muy verdes el uno al otro, sin juicios previos. Yo no sé con quién ha estado casada ni me interesa. Belén estuvo muy atenta, educada y agradecida, se hizo fotos con todo 'pichichi' y me trajo unos embutidos de su madre». Ella le dijo que si sin conocerle, a Jesús Vázquez lo tiene «casi pillado», pero Jon Kortajarena se resiste. Y no será porque la tele le 'engorde'... A David tampoco, que ha perdido delante de las cámaras 131 kilos. «A veces repiten programas antiguos y mi madre me llama toda preocupada por si he vuelto a engordar. Por cierto, la mujer tiene 81 años y va hecha un pincel».

«Solo he guardado este pantalón y una chamarra roja que hicieron para mí». :: FERNANDO GÓMEZ

nos!». Salió del hospital y estuvo dos meses sin masticar, pensando en la tortilla de patata de su madre, o en la suya, o en la del bar... ¿A qué sabría después de tanto tiempo? «Lo primero que probé fue un caldo, zumo de naranja y yogur líquido, todo me sabía como si fuera la primera vez que lo comía. Pero la cabeza me pedía algo salado, así que prepare unas patatas a la riojana trituradas, con pimentón y sin chorizo. Comí dos o tres cucharadas y no me entraba más. Luego empecé a hacer pasteles y purés de carne y pescado».

Ahora come sólido y saludable, empezando por el desayuno: un café pequeño con leche, pan tosta-

do con aceite, jamón cocido, tres cucharadas de compota de manzana y un trozo de queso «del que tenga más grasa, nada de alimentos desgrasados ni mierdas de esas». El pan, solo el de la mañana, que le sabe «a ambrosía pura». Y a media-día han caído unas lentejas: «He hecho como que no añadía chorizo, pero han caído cuatro trozos», se ríe De Jorge. Gloria bendita, que el único infierno al que quiere descender es al de la 'Divina Comedia' de Dante. En la biblioteca con 151 libros que tiene en el plató, ubicado en el bajo del restaurante de Martín Berasategui en Lasarte, asoman los tres volúmenes de la obra del poeta italiano ('Inferno', 'Pur-

gatorio' y 'Paraíso') ilustrados por Miquel Barceló, entre recetarios de Santi Santamaría y de comida peruana. Al lado, los cuadros de los Kennedy y Mandela, en otra esquina un futbolín con los muñecos vestidos del Athletic y la Real Sociedad, una silueta de cartón de Michael Jackson, fotos de Laborde, Buenafuente y Berto, cajones con cucharas a modo de tiradores y una nevera con tres botellas de infusión de té con jengibre y miel «para hidratar la garganta».

El chorizo de las lentejas de hoy es uno de esos premios que se da alguna vez por semana: «Le pego un mordisco a algo prohibido, cuatro onzas de chocolate, un bocadillo de chorizo de Pamplona que es lo más, tres cubatas...». A diario no perdoná uno o dos vinos antes de cenar y dos o tres puros a la semana. Esas 'recompensas' se las ha permitido siempre, pero ahora se ha encontrado con otras inesperadas. «Me monto en un avión y es

llo de chorizo de Pamplona que es lo más, tres cubatas...». A diario no perdoná uno o dos vinos antes de cenar y dos o tres puros a la semana. Esas 'recompensas' se las ha permitido siempre, pero ahora se ha encontrado con otras inesperadas. «Me monto en un avión y es

Todavía tiene que regresar al quirófano para quitarse «los colgajos de la barriga»