

Muriel y el cormorán que no podía comer pescado



Más información sobre la Trimetilaminuria

www.guiametabolica.org

Más webs:

<http://www.ars.usda.gov/SP2UserFiles/Place/12354500/Data/Choline/Choln02.pdf>

©Idea original y texto:

M^aAntònia Vilaseca y Merche Serrano (Equipo Guía Metabólica, Hospital Sant Joan de Déu)

©Ilustraciones: Pitu Álvarez

Diseño y maquetación: Merche Serrano

Versió Catalana: M^aAntònia Vilaseca



Soy **Muriel**, una niña a quien le gusta mucho el mar. Tengo un amigo, Rayo, un cormorán que nada mucho más deprisa que yo para poder pescar los peces que necesita para alimentarse.

Soy **Rayo**,
un cormorán que vive con sus
hermanos y amigos en la orilla del
mar. Me encanta bucear, pescar peces
y tragármelos enteros. Pero tengo un
problema, huelo a pescado y mis
hermanos no quieren jugar conmigo.
Por suerte, Muriel está dispuesta a
ayudarme. Leed el cuento y veréis
cómo lo conseguirá....

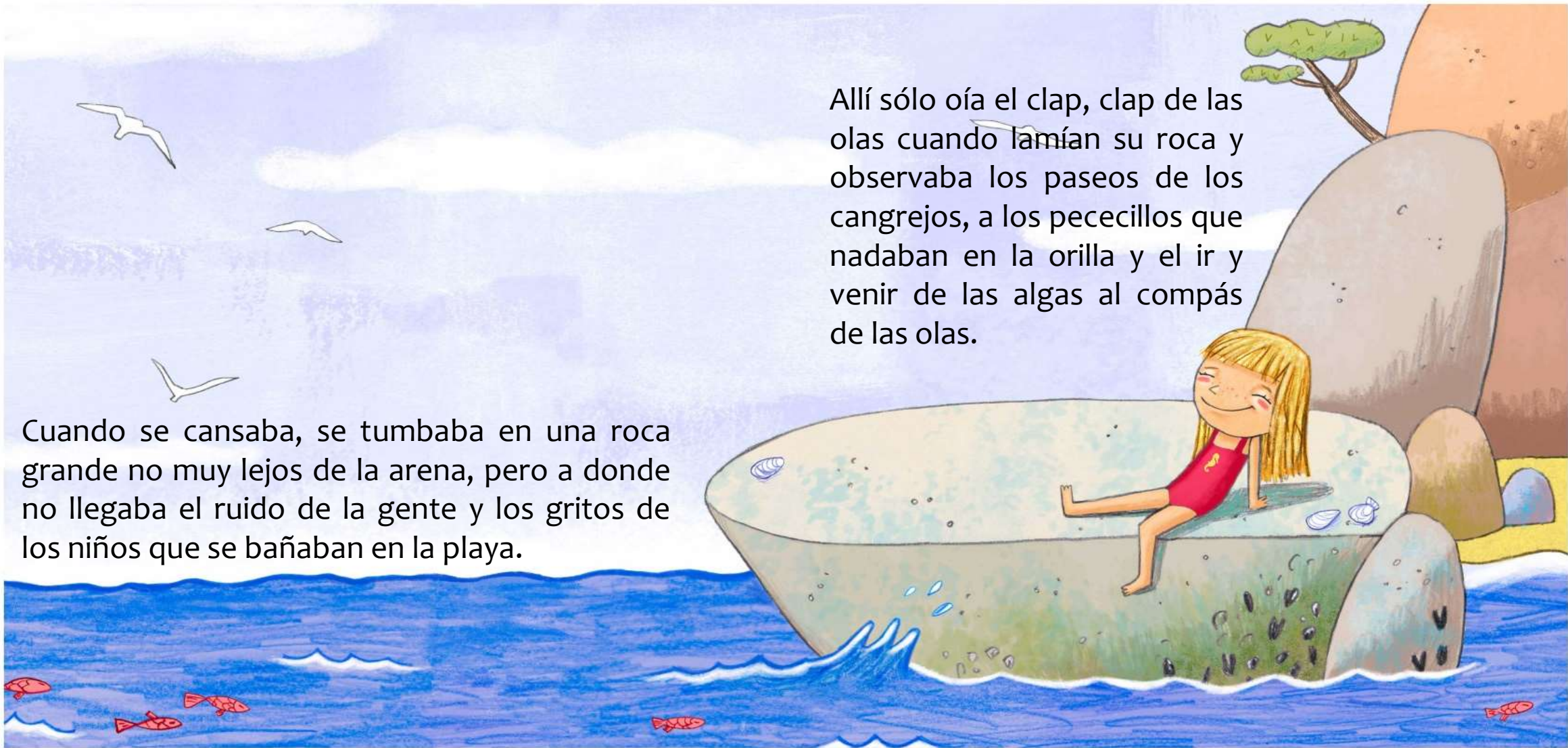


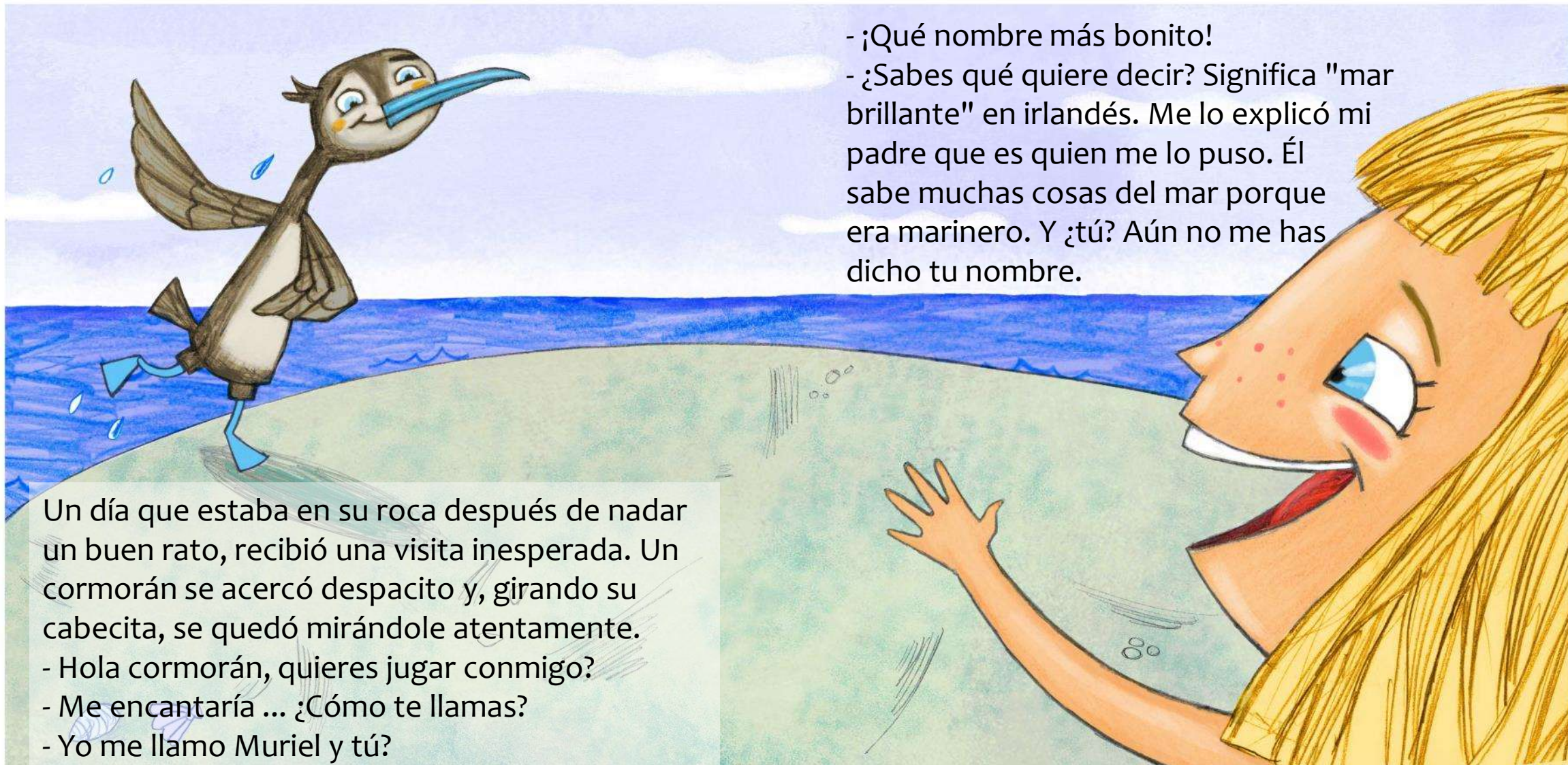
Muriel era una niña que vivía con su familia en una casita junto al mar. Tenían un huerto donde cultivaban verduras y frutas. Pero Muriel se pasaba el día en la playa, corriendo por la arena y saltando de roca en roca. Y aunque era pequeña, nadaba igual que si fuera un pez.



Cuando se cansaba, se tumbaba en una roca grande no muy lejos de la arena, pero a donde no llegaba el ruido de la gente y los gritos de los niños que se bañaban en la playa.

Allí sólo oía el clap, clap de las olas cuando lamían su roca y observaba los paseos de los cangrejos, a los pececillos que nadaban en la orilla y el ir y venir de las algas al compás de las olas.





- ¡Qué nombre más bonito!
- ¿Sabes qué quiere decir? Significa "mar brillante" en irlandés. Me lo explicó mi padre que es quien me lo puso. Él sabe muchas cosas del mar porque era marinero. Y ¿tú? Aún no me has dicho tu nombre.

Un día que estaba en su roca después de nadar un buen rato, recibió una visita inesperada. Un cormorán se acercó despacito y, girando su cabecita, se quedó mirándole atentamente.

- Hola cormorán, quieres jugar conmigo?
- Me encantaría ... ¿Cómo te llamas?
- Yo me llamo Muriel y tú?

- Yo me llamo Rayo, ¡porque nado rapidísimo!

- ¡Yo también! Si quieres jugar conmigo luego hacemos una carrera, aunque seguro que me ganas si es por debajo del agua.

- Yo os he visto a veces a ti ya tus hermanos buceando, ¡parecéis verdaderos relámpagos!

- Venga, ¡vamos al agua que ya hemos descansado bastante!



Los dos se tiraron de cabeza al agua pero Muriel enseguida tuvo que salir a respirar, mientras que Rayo, haciendo honor a su nombre, cruzaba toda la playa bajo el agua.



- ¡Muy bien, Rayo! Y encima has pescado un pez enorme y te lo has tragado como si tuvieras un embudo. ¿No te hará daño así todo entero?
- ¡Qué va! ¿No ves que nosotros comemos muchos peces cada día?
- Pero tú aún eres muy pequeño para tragarte un pez tan grande, enterito.
- Dentro de un momentito voy a por otro, ya verás.

-¿Estás seguro de que no comes demasiados peces? Hasta tú hueles a pescado ...

El cormorán bajó la cabeza, disgustado, y se zambulló en el agua al oír las palabras de Muriel. Ésta se quedó un poco extrañada, pero no dio mucha importancia al hecho de que se fuera tan rápido, porque ella se lo había dicho de buena fe, lo del olor a pescado.



Al día siguiente, mientras Muriel estaba de nuevo en la roca observando un cangrejo que andaba de lado, apareció Rayo de repente. Los otros cormoranes estaban muy quietos mirando al horizonte desde otra roca más lejos, pero Rayo se acercó de nuevo a Muriel.

- ¡Hola Rayo! ¿Quieres hacer otra carrera hoy? Mira que siempre me ganarás tú, que vas como un relámpago por debajo del agua!

- ¡Hola Muriel! Después nadaremos, pero ahora me apetece más estar aquí en la roca contigo y hacerme tu amigo.



- ¡Qué suerte que tengo! ¡No hay muchas niñas que tengan un Rayo como amigo! Y tus hermanos, ¿no te echan de menos?
- No quiero estar con ellos porque se ríen de mí.
- ¡No lo puedo creer! ¿Y por qué se ríen de ti? ¿Tú lo sabes?
- Bueno, tú también lo notaste el otro día, pero lo dijiste sin reírte. Me dijiste que olía a pescado ... pero de buen rollo ...



- Es que olías mucho, como te pasas el día comiendo pescado, incluso llegas a oler, supongo...

- No, no es eso. Todos comemos lo mismo, pero ellos no huelen a pescado y yo, sí y todos se ríen de mi olor... y no quieren jugar conmigo... ¡Hasta me llaman Rayo Apestoso!



- Bueno ahora no vayas a pensar tonterías. ¡Yo sí quiero jugar contigo!

- Gracias, Muriel, eres muy simpática. Pero dentro de un rato ya te habrás cansado de mi olor a pescado. ¿Podrías ayudarme?

- A ver... ¿Y si no comieras tanto pescado? Si yo comiera tanto como tú y encima pescado crudo, seguro que olería también ... ¿Y si intentarás comer otras cosas?

- Pero es que los cormoranes sólo comemos pescado y ¡mucho cada día!

- Bueno, pero si a ti no te va bien, quizás podríamos ver si encontramos algún otro animal del mar, como cangrejos, pulpos o mejillones. ¿Te gustaría comer mejillones? En casa los hacemos al vapor, buenísimos.

- Es que pulpos no hay muchos y los mejillones hay que abrirlos.

- Pero tú tienes un pico bastante afilado y curvado que puedes utilizar para muchas cosas, ¿no?



- ¿Tú crees que no tendría mal olor si no comiera tanto pescado?
- Podemos probar ... Le puedo preguntar a mi padre que entiende mucho de todo lo que sea del mar. Quizás él tiene alguna idea brillante. En nuestro huerto tenemos muchas frutas y verduras, tal vez te van bien.
- No me gusta la verdura, me gusta el pescado.
- A mí también me gusta más el pescado, pero si no quieres oler mal... Alguna solución habrá que pensar. Tienes que esforzarte en probar otras cosas. Mi madre siempre me lo dice, que hay que comer de todo y que las frutas y las verduras son muy buenas para la salud. Ahora podemos nadar un rato y luego vienes al huerto y pruebas a ver si te gusta algo de allí.
- Vamos, ¡al agua patos!



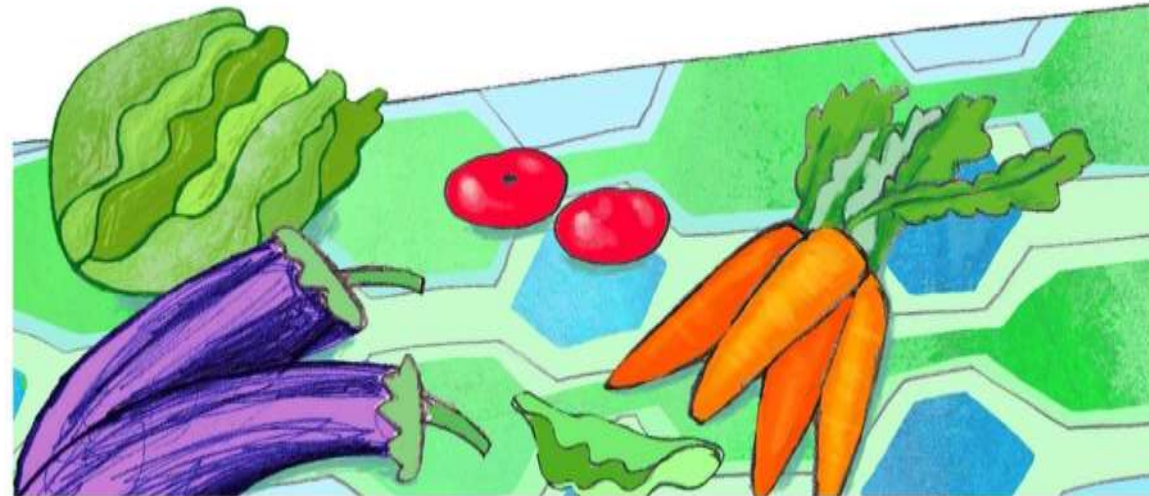


Hoy Muriel regresa de la playa muy bien acompañada. Rayo la va siguiendo, remoloneando un poco.

Sus patas palmeadas sirven más para nadar que para andar por el camino de ronda, pero el huerto de Muriel está muy cerca y enseguida llegan.



- A ver, Rayo, ¿qué te gustaría probar, un poco de lechuga?
- No está mal del todo ...
- Está buenísima. ¿Y si pruebas un tomate? Con un poco de aceite aún está más rico, pero tú no vas a tener aceite para aliñar en el mar, tal vez es mejor que no te acostumbres. Y ya no digamos el pan con tomate... Bueno, mejor que comas cosas que puedas encontrar fácilmente cerca de la playa.



- Sí, el pan con tomate no está mal ... Pero como los peces, no hay nada...
- Lo más importante es ver si con este menú de verduras, aun hueles a pescado. Hoy hemos empezado por las verduras y mañana probaremos las frutas.
- Ahora vamos a la playa a refrescarnos un poco y jugaremos a salpicarnos, que me gusta mucho. A ver quién salpica más al otro. Yo te gano seguro, ¡ya verás!



Al día siguiente en la roca, en su cita diaria...

- Mi padre me ha dicho que tiene un amigo con el síndrome del olor a pescado. Lo ha mirado en Internet y dice que cuando comes pescado, no lo digieres bien y es por eso que tienes olor. Quizá es eso lo que te pasa a ti.

- ¡Pero mi olor es de pescado podrido! Por eso no quieren jugar conmigo mis amigos.

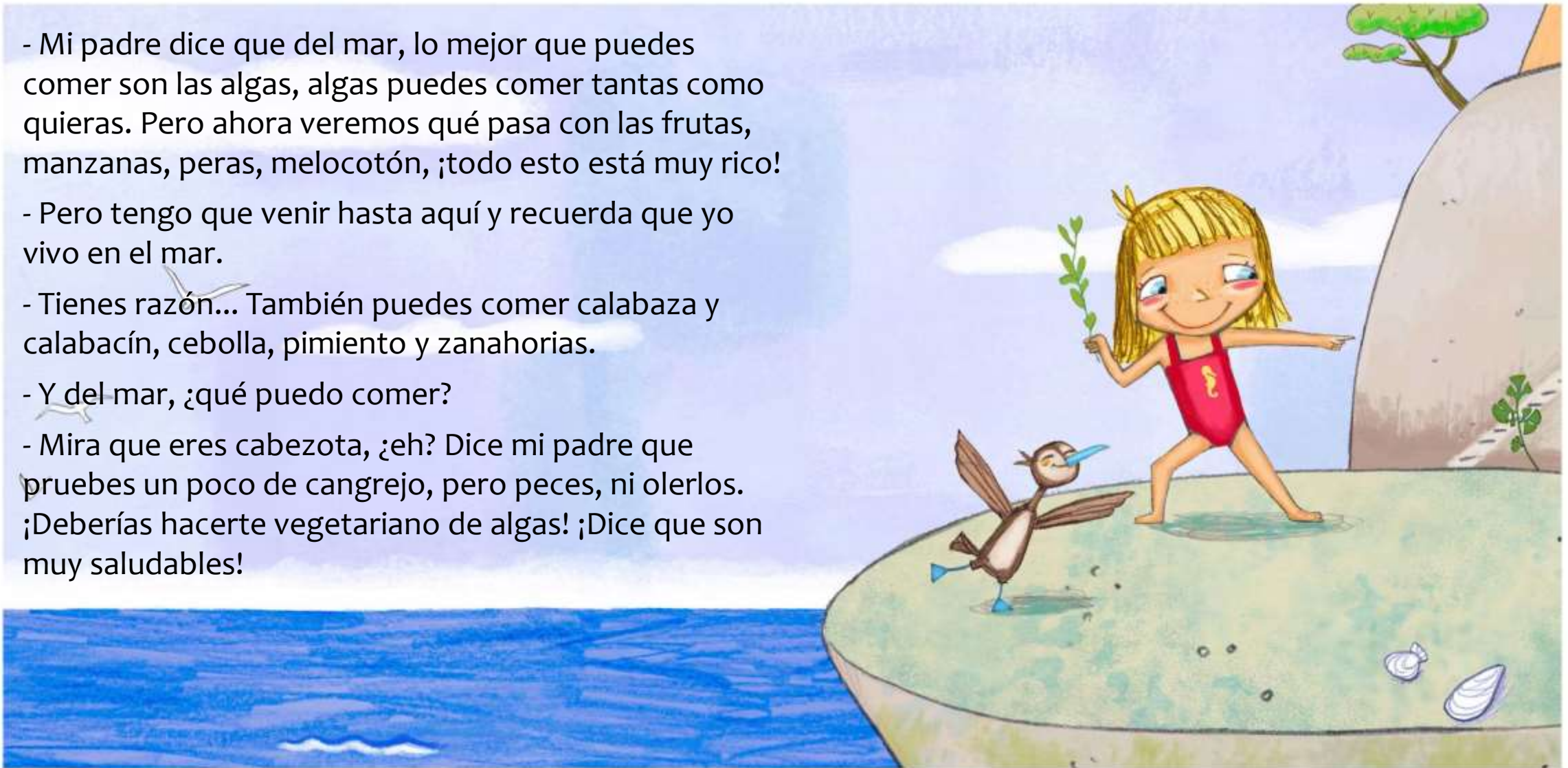
- No le des más vueltas. Lo importante es solucionarlo. Si ya no hueles, todos querrán jugar contigo y todo irá bien.

- ¿Crees que podríamos encontrar algún animal del mar que me fuera más fácil de pescar que las verduras de tu huerto?

- Mira que eres pesado. Le diré a mi padre que lo mire. Pero mañana probamos las frutas.



- Mi padre dice que del mar, lo mejor que puedes comer son las algas, algas puedes comer tantas como quieras. Pero ahora veremos qué pasa con las frutas, manzanas, peras, melocotón, ¡todo esto está muy rico!
- Pero tengo que venir hasta aquí y recuerda que yo vivo en el mar.
- Tienes razón... También puedes comer calabaza y calabacín, cebolla, pimiento y zanahorias.
- Y del mar, ¿qué puedo comer?
- Mira que eres cabezota, ¿eh? Dice mi padre que pruebes un poco de cangrejo, pero peces, ni olerlos. ¡Deberías hacerte vegetariano de algas! ¡Dice que son muy saludables!



- Hola Rayo! Hoy tengo una buena noticia para ti! Me ha dicho mi padre que pruebes las hojas o frutos de cilantro, que desprenden buen olor y no se te notará el olor de pescado.

- ¿Y dónde encuentro yo cilantro?

- Nosotros tenemos en el patio y puedo plantar más en la orilla del agua, debajo del camino de ronda. Así puedes cogerlo sin alejarte demasiado de la playa.



- Eres muy maja, Muriel. Te echaré mucho de menos cuando me vaya a migrar.
- Podrías no irte muy lejos. Aquí no hace frío y yo vengo a la playa también en invierno, cuando salgo de del colegio.

Dicho y hecho.

Muriel plantó unas matas de cilantro junto al mar y Rayo se acostumbró a comer la fruta y verdura que ella le preparaba cada día antes de ir al colegio. Algún día, Rayo no podía resistirse a comer algún pez, aunque comía mucho menos que antes. Cuando acababa, iba a las matas de cilantro y se tragaba algún fruto o trocitos de hojas.

Nunca más olió a pescado y pudo jugar tanto con sus compañeros como, sobre todo, con Muriel. Los dos se habían convertido en amigos inseparables.



Cormorán colorado,
este cuento se ha acabado!



La **trimetilaminuria** o **síndrome de olor a pescado** es un error congénito del metabolismo. Se caracteriza por el olor a pescado podrido que desprende la persona que la padece, debido a la excesiva excreción en orina, sudor y aliento de un compuesto volátil, la **trimetilamina**. Ésta se forma en el intestino por la degradación bacteriana de varios productos de la dieta que contienen colina (precursora de la trimetilamina), como pescado (especialmente el pescado azul) y también huevos, hígado y legumbres (coles).

Aunque la trimetilaminuria ha sido considerada como una condición benigna, puede causar muchos problemas sociales al niño, adolescente o adulto que la padece, con la angustia que ello puede acarrear para él y su familia.

La trimetilaminuria no tiene un tratamiento curativo en la actualidad. No obstante, la dieta adecuada exenta de colina y alguna otra medida adicional pueden aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida de los que la padecen.

