

## Publicación del Premio librevista de ensayo 2022

# Tengo cáncer, tengo dudas

x Patricia Elizabeth Torres González<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup> Patricia Elizabeth Torres González se presenta: 54 años, nacida y radicada en Chihuahua al norte de México, titulada de Administración de Empresas y actualmente estudiando Ingeniería de Software en la Facultad de Ingeniería de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Mi hobby favorito: me encanta jugar videojuegos y transmitirlos como *Pattytoz* en *Twitch*. Suelo leer y es la primera vez que escribo para un concurso o publicación.

El día que me dieron el diagnóstico de cáncer investigué por todos los medios a mi alcance cómo debía proceder a partir de ese día: qué cambios iban a suceder en mí o qué acciones debía tomar, pero me encontré con demasiada información médica (que es el cáncer, como se trata, los diferentes tipos y etapas, etc.) También encontré algunos consejos de psicólogos o gente que había padecido cáncer de cómo debía uno tratar de ser positivo y ver el cáncer como una bendición u oportunidad de vida... pero nada de eso me decía a mí cómo era que mi cuerpo o mi vida iban a cambiar.

Sé perfectamente cómo te sientes ahora mismo. Volteas a todos lados queriendo respuestas y solo encuentras textos e información científica que a veces no comprendes ni te dicen nada. Es todo tan confuso para ti en este momento que quisieras algo, cualquier cosa, que te hable directo a los ojos y te diga que es lo que te va a pasar.

Pues bien, para esto es para lo que escribí este ensayo, para ti que necesitas respuestas en tu idioma, no en idioma "médico", para ti que estás en mi misma situación y solamente quieres que alguien te ayude a tomar el control que perdiste momentáneamente.

Empecemos por el principio, por la definición técnica y médica misma: el cáncer es una enfermedad en la que algunas células del cuerpo se multiplican sin control y se van a otras partes. Es posible que el cáncer comience en cualquier parte del cuerpo humano ya que está formado por billones de células. En condiciones normales, las células humanas se forman y se multiplican para formar células nuevas a medida que el cuerpo las necesita. Cuando las células envejecen o se dañan, estas mueren y las células nuevas las reemplazan.

A veces el proceso no sigue este orden y las células anormales o dañadas son las que se multiplican cuando no deberían de hacerlo. Estas células tal

vez formen tumores que son bultos de tejido. Los tumores son cancerosos (malignos) o no cancerosos (benignos).

Esto viene a contestar una de mis primeras y más dolorosas preguntas: ¿Por qué a mí? ¿Acaso hice algo para que me diera cáncer? ¿Es el “karma” o alguna emoción que no pude procesar? ¿Fui o soy tan mal padre/madre/persona que esto es un castigo? NO. Tú no hiciste nada malo ni eres culpable de tu enfermedad, simplemente tus células al momento de hacer su trabajo de dividirse y desechar a las que no estaban sanas no lo hicieron bien; es decir; multiplicaron las dañadas en lugar de las sanas. Como una explicación tan simple puede ser tan dolorosa, pero es más doloroso el estarnos culpando por algo que no dependió totalmente de nuestro comportamiento.

Si bien es cierto que llevar una vida sana (buena alimentación, hacer ejercicio, etc.) influye para no tener enfermedades (entre ellas el cáncer), también lo es que hay personas sumamente sanas que les ha dado cáncer y otras que son la antítesis de la salud y aun así están libres del multicitado mal; así que no, no te dio a ti por no llevar una buena y saludable vida, simplemente debemos aceptar que nos toco esa suerte en la lotería genética, tal como podemos ver en estadísticas del cáncer publicado originalmente por el Instituto Nacional del Cáncer que informa que alrededor del 39,5% de hombres y mujeres recibirán un diagnóstico de cáncer en algún momento en su vida.

Vamos a detallar algunos temas relacionados con la enfermedad y aprovecho para darte algunos comentarios y consejos que pudieran arrojar luz a ese túnel oscuro en el que probablemente estés.

## Síntomas

Muchos de los cánceres son asintomáticos (no dan síntomas), pero es bueno estar alerta a las siguientes señales: bultos, cambios de peso (aumento o disminución sin motivo), tos persistente, dificultad para respirar o tragar, fiebres, sangrados y cualquier otra situación que consideres anormal. Siempre es mejor ir al médico y pecar de exagerados que no ir por desidia o porque es mejor ignorarlo.

En mi caso detecté una bolita y para el día siguiente ya había sacado cita para una mastografía y una sonografía mamaria, resultado: bulto sospechoso, había que hacer biopsia.

La **biopsia** es lo que te van a realizar si es que las imágenes salen sospechosas, es la manera que tienen los doctores para saber si es benigno o maligno. Pregunta acerca de la biopsia: sí, sí duele un poco. Te pueden o no inyectar para que se te duerma donde te harán la biopsia y sentir menos dolor, pero aún así es de leve a moderadamente doloroso. A través de una aguja de calibre mayor a las que te inyectan normalmente, te sacan alrededor de seis muestras para enviarlas al patólogo (el médico que revisa esas células y determina si son benignas o malignas) A algunas personas le salen moretones pero no a todas, y el dolor desaparece muy poco tiempo después de tomada la muestra.

En el sector salud de mi país (que fue donde me atendí), tardaban de seis a ocho semanas en darme el resultado, por lo que en familia juntamos dinero para hacerlo en particular y los resultados estuvieron en un par de días. Independientemente si puedes o no esperar ese tiempo, mi consejo es que cuando vayas por el resultado no vayas solo, es un verdadero impacto el saber que tienes cáncer y recibir la noticia estando sin compañía. A partir de ese momento, procura asistir a las consultas acompañado, no únicamente

porque puedes sostenerte en tu red de confianza sino que al estar en shock omites cosas importantes que tu acompañante te recordará.

Recuerda que entre más rápido lo detecten mejor pronóstico tienes y ten presente que aquí el tiempo sí importa, por lo que si tienes posibilidades de acelerar los procesos (ya sea en particular o dialogando con tu sistema de salud) esto se verá reflejado en dicho pronóstico, lo que nos lleva a lo siguiente.

## **Pronóstico de vida**

El cáncer es la principal causa de muerte en el mundo: en 2020 se atribuyeron a esta enfermedad casi 10 millones de defunciones, es decir, casi una de cada seis. La tasa de muertes por cáncer es de 158,3 por 100 000 hombres y mujeres por año, la tasa de casos nuevos de cáncer es de 442,4 por 100 000 hombres y mujeres por año. Dado que las estadísticas se basan en grandes grupos de personas, no se pueden usar para predecir con exactitud que te sucederá en lo particular. Cada persona es diferente. Los tratamientos y el cómo responden las personas al mismo pueden variar muchísimo. Recuerda que cualquiera que sea el pronóstico que el médico te dé, se basa en la información disponible. El médico no puede saber con certeza cómo será la enfermedad en tu caso.

¿Qué podemos sacar en claro de esto? Que es cierto cuando nos dicen: “el cáncer no es una sentencia de muerte”. Si bien es cierto que ahora tenemos una probabilidad mayor de morir antes de lo que habíamos planeado o soñado, el tener un diagnóstico de cáncer no significa que inevitablemente morirás pronto debido a ese diagnóstico. Depende de la etapa (de una al cuatro), del tipo de cáncer, de nuestra respuesta al tratamiento y de muchos otros factores. Así que no te angusties: el cáncer no siempre significa muerte.

En mi caso particular tengo una esperanza de vida del 80% a cinco años. Significa que tengo el 80% de probabilidad de vivir cinco años más a partir del diagnóstico o lo que es lo mismo: de diez personas en mi misma situación, dos morirán antes de que pasen cinco años.

La ida al doctor después de que tienes el resultado en tus manos es cuando debes aprovechar para hacerle todas las preguntas que se te ocurran, recuerda que ninguna es tonta: debes preguntarle por tu tipo de cáncer en específico, si es agresivo o no, tu pronóstico personal de vida, el tratamiento que seguirá, si debes cambiar tu dieta, recuerda anotar el medicamento que tomaras y los horarios recomendados para ingerirlos... el saber más acerca de lo que ahora te pasa te hará sentir menos desorientado y hasta cierto punto en control de tu cuerpo.

## **Tratamiento**

Este dependerá de tu tipo de cáncer y de tu doctor; pero por lo regular son cirugía, quimioterapia, radioterapia. También existen terapia hormonal, inmunoterapia y trasplantes de célula madre. Sé que suena atemorizante, pero voy a tratar de explicarte los pasos más comunes y los que me tocaron a mí.

Con la **cirugía** removerán todo el tumor y quitarán también algunos centímetros extras para tratar de garantizar que las células cancerosas no se queden en tu cuerpo (cirugía de bordes limpios), también es posible que te retiren uno o algunos ganglios linfáticos para saber si el cáncer hizo metástasis (si ya se fue a otro órgano, huesos o sangre). Hay algunos tipos de cáncer (como en el cerebro) que por su localización no es posible quitar todo el tumor, pero quitarán lo más posible de él.

Esta cirugía duele como cualquier operación mayor y debemos de tener los mismos cuidados que se tendrían con otra; depende del sitio a operar será con anestesia local, regional o total, el médico debe explicarte el procedimiento. Además debemos estar concientes que en las cirugías de cáncer de mama hay que tener en cuenta la carga emocional de que nos sean retirados uno o ambos senos.

En lo personal, sí me dolió bastante y hay que tener cuidado para que no se infecte. Si nos quedaron cicatrices visibles (como en el caso de cáncer de mama) creo firmemente que debemos vernos al espejo y apreciar nuestras cicatrices o deformidad (si la queremos llamar así) como lo que realmente es: una muestra de que estamos luchando para seguir vivos aunque nos cueste un pedazo de nuestra carne el seguir adelante. No te avergüences de ellas, los que nos aman lo hacen aunque tengamos o no nuestro cuerpo intacto y sobre todo, tú debes amarte a pesar de ello, pues es cuando más necesitas tu propio amor.

Desde un principio es válido llorar sin dejarte caer en la depresión. Podemos llorar porque estamos pasando el duelo de perder nuestra salud, nuestra vida como la conocíamos, nuestro cuerpo como era pero lo más importante es que lloramos porque nos da fuerza para seguir adelante, porque esas lágrimas son nuestro desahogo para después continuar en la lucha. Así que si tienes ganas de llorar ¡LLORA! no tienes porque hacerte el fuerte; pero recuerda no quedarte allí, debes levantarte para seguir disfrutando de la vida, porque sin senos o sin matriz o sin cualquier cosa que te hayan quitado, realmente aun hay mucho por lo cual vivir.

Eso me lleva a otra pregunta que llegue a hacerme: Me quitaron la matriz y ovarios, me quitaron parte, uno o ambos senos y parte de la axila y estoy tomando medicamento para no producir hormonas femeninas... ¿eso me hace menos femenina o dejar de ser mujer? ¿Soy menos mujer que las mujeres que están "completas"? ¡Por supuesto que no! Eres aún mas mujer que antes

ya que a pesar de tener esas carencias de órganos o esas feas cicatrices, sigues criando y organizando tu hogar y tu familia, porque a pesar de todo tu llanto, sigues levantándote cada mañana con deseos de seguir viva para ti y para los que te aman.

Pues bien, después de que cicatrice tu operación (para mí fue un par de meses), sigue el proceso de la quimioterapia.

Existen más de cien tipos de medicamentos para realizar los siete tipos de **quimioterapia** que actualmente se administran y dependerá de tu tipo de cáncer la que el doctor te recete. Básicamente todas, al final de cuentas, tienen la misma intención: disminuir el tamaño del tumor, hacer que las células dejen de reproducirse y mueran. Desafortunadamente la quimioterapia no distingue entre células de cáncer y células sanas, por lo que hay muchos efectos secundarios... hasta los mismos doctores te dicen que es un veneno inyectado para tu salud.

La primera pregunta que me surgió fue: ¿duele? No, en realidad la quimioterapia en sí no duele y si te duele (o arde o sientes que te vas a desmayar) hay que avisar de inmediato al personal encargado. El procedimiento en sí es sencillo: viene la enfermera que te pondrá el tratamiento y te canaliza (insertar el tratamiento a través de la vena), te pone el medicamento indicado por el médico y se asegura que todo esté bien.

Después del primer o segundo tratamiento, las venas se empiezan a poner duras, casi como plástico (se queman) y cada vez será más difícil encontrar donde canalizarte por lo que a muchas personas (sobre todo las que ya no se les encuentran las venas o a las que les recetaron muchas sesiones de quimioterapia) se les coloca un catéter o puerto en el brazo o en el pecho a través de una cirugía ambulatoria (después de unas cuantas horas te



recuperas y vas a casa) y este catéter hace más fácil tanto el administrar como el recibir el tratamiento.

Mi consejo: Si te ofrecen el catéter acéptalo y si no te lo ofrecen pregúntale a tu oncólogo si sería recomendable para ti. Será menos dolorosa y fácil la quimioterapia, solo recuerda que el catéter te lo dejan en el cuerpo mínimo por cinco años y cada dos o tres meses después de la quimioterapia debes acudir a darle mantenimiento (le inyectan heparina para evitar coagulación). La ventaja también es que si te regresa el cáncer pues ya tienes colocado el catéter por si tienen que volver a ponerte quimioterapia.

Uno de los consejos que me dieron antes de ponerme las quimioterapias fue la de cortarme todo el cabello lo más que pudiera (con la navaja uno o cero, pero no con rastrillo). Creo sinceramente que fue uno de los mejores consejos que pudieron darme, porque la pérdida de cabello a mechones cuando empieza la quimioterapia es algo traumante sobre todo para nosotras; muchas mujeres lloran y no es tanto por el cabello (como mucha gente piensa y por eso les dice: “es solo cabello”, “vuelve a crecer”). Ojalá comprendieran que no se llora por el cabello: se llora porque es cuando caes en cuenta que en tu vida ya no tienes control, porque es cuando “ves” que tienes cáncer, porque te sientes indefensa y muy vulnerable...pero si te lo cortas antes tú, es una señal de control que aunque de momento no lo entiendas, realmente funciona.

En la mayoría de los hospitales donde te administran la quimioterapia te permiten llevar agua y un snack (tipo galletas). El tiempo que tarda en pasar a tu organismo varía según las indicaciones del médico, pero en mi experiencia y por lo que vi, tardan entre cuarenta y cinco minutos a tres horas; así que procura llevar también algo con que distraerte (celular, un libro) porque será bastante tiempo.

Cada quimioterapia es diferente así como su duración. Las que a mí me administraron fueron cuatro rojas (llamadas así por el color del medicamento) una cada tres semanas y doce blancas, una cada semana. Las rojas (y un medicamento posterior para las defensas) se me hicieron más pesadas, pero las blancas me dieron más efectos secundarios según explico a continuación:

En lo particular yo solo sentía sueño y en la mayoría de las ocasiones me dormí, así que dejé de llevar libros a pesar de que conmigo tardaban de dos horas a dos horas y media. Entre la mitad y el final del tratamiento probablemente tengas necesidad de ir al baño, tanto por la cantidad de líquidos que tomas y los que te administran y muchos pacientes necesitamos ayuda de los familiares para ir, porque te sientes agotado o desorientado. Una nota importante es decir que en esas primeras idas al baño la orina saldrá de un color entre rojo y anaranjado: no hay que asustarse, no es sangre sino el medicamento saliendo. Sales por tu propio pie, solo procura apoyarte de tu acompañante por si te mareas.

Terminando el tratamiento y ya en casa procura comer algo aunque no tengas hambre, cualquier cosa es buena (mejor si es nutritiva) porque conforme van pasando las horas, el cansancio y las náuseas no te dejen comer pero si no comes tu organismo no podrá reponerse en esas tres semanas y provocarás más dificultades para tu mejoría. Las náuseas y ganas de vomitar no se te quitarán a pesar de tomar el medicamento para no vomitar, es decir, no vomitas tanto (o nada en absoluto) pero las ganas de vomitar siempre las conservas. Lo que sí, toma mucha agua, la más que puedas, entre más tomes más rápido saldrá el medicamento de tu cuerpo.

Hablando de desechar el medicamento, esas primeras horas tal vez tengas que pedir ayuda para ir al baño (por la debilidad/cansancio/desorientación)... recuerda que el pensar que estas "molestando" a tus cuidadores o familiares no te detenga de tomar agua; es preferible estarles dando ese trabajo extra a

ellos que darle a tu organismo el trabajo extra de sacar el veneno de tu ser, así que hago énfasis en tomar mucha agua aunque tengas que ir mucho al baño.

Algo que me hubiera gustado que me dijeran es que debía acostarme sobre una toalla o una sábana que no importe que se deseche después: el cuerpo al sudar (porque sudas muchísimo) desecha el medicamento, pero lo hace de un color café oscuro que provoca que el colchón se manche; es preferible poner algo que manchar bajo nuestro cuerpo para tratar de evitar que nuestro colchón se eche a perder.

Me preguntaban alguna vez como era ese cansancio y les decía que no era cansancio lo que yo sentía, era como si alguien hubiera puesto una aguja en mi cuerpo y hubiera succionado toda la vida y dejado únicamente el cascarón; así es como sentía las primeras horas: un cascarón carente de vida al que le es muy difícil manejarse por sí mismo, no puedes ni pensar claramente, lloraba y no salían lágrimas, mis manos no me obedecían, para mí realmente no había vida dentro de ese cuerpo.

Afortunadamente esa sensación me duraba alrededor de un día o día y medio, pero al tercer día tenían que inyectarme un medicamento (refuerzo del sistema inmune) que me hacía sentir peor ese día y el siguiente; después de ese tiempo vomitaba y ya el resto del tiempo para el siguiente tratamiento solo me sentía ahora sí cansada “normal”, algo soportable y llevadero.

Te van a estar tomando muestras de sangre para ver si tu organismo puede tolerar las siguientes quimioterapias, por lo que es recomendable que comas todos los días aunque no tengas hambre; lo recalco tanto porque debido a las náuseas o cansancio no quieres comer, pero después podemos estar con problemas por anemia (o falta de plaquetas o qué se yo) y consiguiendo sangre para hacer transfusiones.

La quimioterapia roja básicamente fue eso, sin demasiados efectos secundarios. La blanca fue la que me dio algunos problemas.

Yo tuve reacciones desde la primera toma de la quimioterapia blanca. En cuanto entro a mi organismo sentí que tenía problemas para respirar y obviamente me estaba desmayando (tuve una reacción alérgica), afortunadamente conseguí avisarles y rápidamente me sacaron de ese apuro; pero el tratamiento tiene que aplicarse, así que me pusieron otro medicamento diferente para que mi cuerpo pudiera tolerar que la quimioterapia blanca pasara sin problemas.

Ésta la dan por semana porque al parecer ataca menos al sistema inmune que la roja. Uno de los problemas que me dio (y que es bastante común) es que te da alergias y tienes que tomar medicamento para controlarla. De cualquier manera te darán dichas alergias, pero al parecer con menor fuerza.

A mí en lo particular, me dio alergia a mi sudor (tenía que ponerme talco en donde sudaba debido a la comezón), tuve que empezar a usar shampoo para bebés porque la sensación del cuero cabelludo mientras se pierde el cabello se torna bastante doloroso, llagas en la boca por lo que debí usar pasta de dientes para niños y comer con mucho cuidado para no lastimármela.

Tampoco soportas muy bien el frío, si tu cama está bajo el aire acondicionado o le pega directo, recomiendo cambiarla de posición porque sientes que se te clavan agujas en todo el cuerpo. En muchas ocasiones sentirás que te quemas por dentro (principalmente la cabeza), yo lo aminoraba bastante sentada en un banco dentro de la regadera, el agua cayendo en mi cuerpo aliviaba mucho ese síntoma; otras personas simplemente se ponen compresas de agua o “trapos fríos” en su cabeza para aliviarlo.

Y como anécdota traté de tomar las cosas con humor y hacer chistes o bromas acerca de mi situación y apariencia; cosas tales como decir: “ya cambie de signo zodiacal, ahora soy cáncer”, o “ni modo que el karma haga que me de cáncer...”, Oh, ¡espera!” o “deja consultarlo con mi bola mágica” y me frotaba la cabeza carente de cabello. Lo que más recuerdo es cuando mencioné en una plática: “bueno pues sirve que adelgace esos kilos de más que traigo” pero sorpresa: uno de los medicamentos que me ponían es un esteroide que no solo no me hizo adelgazar sino que subí alrededor de 25 kilos; así que nada está escrito, todo depende de nuestro organismo.

Después de la quimioterapia, tienes que esperar entre uno y dos meses para la siguiente fase: radiación.

La **radioterapia** destruye las células cancerosas o hace lento su crecimiento al dañar su ADN. Las células cancerosas cuyo ADN está dañado irreparablemente dejan de dividirse o mueren. Cuando las células dañadas mueren, se descomponen y el cuerpo las desecha. La radiación no solo destruye o hace lento el crecimiento de las células cancerosas sino que puede afectar también las células sanas de alrededor. El daño a las células sanas puede causar efectos secundarios.

En mi caso particular me recetaron treinta dosis de radioterapia, una dosis por día. Yo no sentí nada al principio, fue como tomarse unas placas de rayos X; pero al cabo de una semana ya sentía que me empezaba a quemar la piel. Fue entonces que me dieron el consejo de utilizar antes de cada sesión de radioterapia una especie de película plástica en spray que no interfería con la radiación y después de la radiación, un gel para refrescar y minimizar las quemaduras.

Este fue también de los mejores consejos que he recibido, porque evitaron muchísimo las quemaduras y su efecto en mi piel no es tan notorio como los

que pueden encontrar en imágenes de internet. Lamento profundamente no poder dar marcas en este escrito, pero pueden preguntar ya sea a su oncólogo o al técnico en radiación; ellos son los primeros en querer que sobrepases este período con las menores molestias posibles.

De los efectos secundarios ya les comenté que casi no me quedaron quemaduras externas, por lo tanto no me dolió ni ardió demasiado, realmente fue un poco más que leve; pero si hubo personas que me comentaron que si duele de moderado a fuerte y si te irradian alrededor del área sacra (cáncer de ovarios, de matriz, de colon, etc.), se te dificulta sentarte por las quemaduras. El vello (o cabello si fue en la cabeza) que había donde te radiaron ya no vuelve a crecer y regresa otra vez la fatiga; supongo que porque toda tu energía está desviándose para curar tus quemaduras tanto internas como externas. Así que mismos consejos: aliméntate bien y descansa lo más que puedas.

Para cuando terminé la radioterapia había pasado unos tres meses de mi última quimioterapia, así que ya estaban saliendo tanto las cejas como las pestañas (recuerden que se cae todo el cabello y vello con la quimioterapia y todo el cuerpo se queda sin vellos) y empezaba a crecer como una “pelusa” blanca en la cabeza. Era como la consistencia del cabello de un bebé, pero aún más fino y como crespo, blanco y sin vida.

El cabello no empieza a salir como lo teníamos, comúnmente sale rizado en las mujeres (llamados también quimio-rizos) y tal vez cambie un poco de color. Casi exactamente después de que cumples un año de tu última quimioterapia ya empieza a salir de tu color y ya no rizado pero si muy canoso y mucho más delgado de lo que lo tenias.

En este punto probablemente ya terminaste el tratamiento pero NO estás curado del cáncer, estás en **remisión**. Existe la remisión parcial que es donde el cáncer se hizo más pequeño y la remisión total que es donde no existen

señales de cáncer en tu cuerpo. Se dice que estás curado hasta que hayan transcurrido al menos cinco años sin señal alguna de cáncer en cualquier parte de tu organismo.

A partir de aquí vas a estar teniendo citas con el oncólogo y te va a estar pidiendo exámenes periódicos (rayos X, marcadores tumorales, sonografías, exámenes de laboratorio, etc.) tanto para saber si el cáncer regresó o si hace metástasis hacia otro órgano.

Creo, sin temor a equivocarme, que estas consultas son las que más han templado mi carácter y fortaleza debido a la angustia que me generan. El hecho de saber que los estudios pueden mostrar que regreso el cáncer a pesar de tú sentirte bien hace que desde días antes estés estresada, llorosa y hasta de mal humor, pero tienes que saber que todo ese estrés es hasta cierto punto normal y comprensible; porque para uno es sentir que se está parada sobre el filo de una navaja filosa y al borde del precipicio y no estoy siendo exagerada, es sentir que la espada de Damocles está sobre nuestra cabeza, solo pendiendo de un hilo.

Pero a pesar de toda la angustia y estrés que puedan provocarte estas citas, nunca dejes de asistir ni de hacerte los estudios solicitados. Recuerda que entre más pronto sepas si regresó, más pronto podrás atacarlo.

Creo que la gran mayoría tenemos efectos secundarios del tratamiento, aunque claro todo depende de la edad y del estado de tu organismo; mis molestias incluyen fatiga leve, problemas en el hígado y digestivos debido a los medicamentos, dolor de huesos (especialmente articulaciones) tanto por el tratamiento como por la terapia hormonal, movilidad reducida (no me puedo mover bien y batallo para caminar) debido al dolor de huesos, mi cabello está muy delgado y frágil y tengo insomnio. En los efectos psicológicos podemos hablar del estrés y angustia (especialmente cuando se acercan las fechas de

los estudios) y ocasionalmente tristeza sin motivo aparente. Ignoro si estos síntomas desaparecerán conforme pasa el tiempo pero para mí es mejor no caminar bien a morir antes.

Aquí cabe recalcar y volver a repetir que todos los cuerpos y organismos son diferentes, puedes tener todos o ninguno de mis síntomas o quizá tengas otros nuevos; solo recuerda que el cuerpo humano es maravilloso y con cuidados tanto médicos como de una dieta equilibrada, podemos lidiar con estos síntomas y salir adelante.

Algo que me gustaría tratar aquí es el hecho que en mucha de la literatura que encontré “romantizan” el cáncer. No es lo mismo el tratar de sacar la casta y afrontar con valentía nuestra situación a afirmar que “es lo mejor que me ha pasado”, “soy su mejor guerrero y por eso me da estos desafíos”, “estoy en ventaja porque veo la vida mejor que nadie”... Si bien es cierto que debemos tener esperanza, que debemos de tratar de sacar adelante nuestra vida a pesar de estar enfermos, no sé de nadie que haya dicho “me dio cáncer: felicítenme o ténganme envidia” o que se sienta orgulloso de haberse enfermado. Por favor, paren de decir eso y romantizarlo. Duele leerlo o escucharlo.

Pues bien, creo que he tocado todos los temas que a mí me generaron dudas, te ofrecí los consejos que me hubiera gustado recibir y también los que sí me dieron y me sirvieron de mucho. Ojalá y al menos una de tus dudas haya quedado resuelta al leer este escrito, y con una sola persona que se haya beneficiado de su lectura con eso estaré más que satisfecha; porque cuando uno empieza a recorrer este camino todo te parece tan irreal que no entiendes nada de lo que te dicen o lees y eso te hace sentir perdido y desorientado, como comentaba al principio.

Es por demás sugerirles que sean positivos, que tengan Fé y mucha fortaleza, porque el camino es largo y duro pero nosotros somos más fuertes que eso,



aunque aún no lo sepamos. Y si un día sientes como yo que “la historia de Job es hermosa mientras no te toque ser Job” (Job, historia bíblica) solo recuerda que no estás solo, cuentas con tu familia, con gente que te ama y habemos muchas personas que estamos pasando por lo mismo y estaremos felices de ayudarte con tus dudas si lo necesitas.

Recuerda siempre que si bien es cierto que nosotros no podemos elegir nuestros desafíos si podemos elegir el cómo enfrentarlos. Que el cáncer sepa con quien se metió, demuéstrole que tu eres más fuerte que él y si acaso éste al final gana, que no digan que te fuiste sin pelear. ||

### **Vínculos que informan en la web** (octubre 2022)

[¿Qué es el cáncer? - Instituto Nacional del Cáncer \(cancer.gov\)](#)

[Cáncer - Síntomas y causas - Mayo Clinic](#)

[Cáncer \(who.int\)](#)

[El pronóstico del cáncer - Instituto Nacional del Cáncer \(cancer.gov\)](#)

[Estadísticas del cáncer - Instituto Nacional del Cáncer \(cancer.gov\)](#)

[http://www.facmed.unam.mx/sms/temas/2010/10\\_oct\\_2k10.pdf?msclkid=95a000aeb9d711ec8f41fc43689f16cd](http://www.facmed.unam.mx/sms/temas/2010/10_oct_2k10.pdf?msclkid=95a000aeb9d711ec8f41fc43689f16cd)

[Tipos de tratamiento - Instituto Nacional del Cáncer \(cancer.gov\)](#)

[La quimioterapia y usted \(cancer.gov\)](#)

[Tipos de quimioterapia: MedlinePlus enciclopedia médica](#)

[Radioterapia para el cáncer - Instituto Nacional del Cáncer \(cancer.gov\)](#)

[Efectos secundarios de la radioterapia - Instituto Nacional del Cáncer \(cancer.gov\)](#)

[Cómo Cuidar Y Estilizar Tus Rizos De Quimio - Disciplied](#)

[What Does Cancer Remission Really Mean? \(webmd.com\)](#)

[¿Qué era la espada de Damocles? | Historias de nuestra Historia \(hdnh.es\)](#)

[La Historia De Job, Un Ejemplo De Paciencia Y Fe En Dios](http://www.oraciondesanacion.com)  
([oraciondesanacion.com](http://www.oraciondesanacion.com))

**[www.librevista.com](http://www.librevista.com) n°49, octubre 2022**