

YO, UNA DE DIEZ

Me ocurrió hace ya tiempo, en una etapa en que suelen ocurrir cambios importantes en la vida de las mujeres que nos hace más vulnerables: el acercamiento a la menopausia, la época donde ya se empieza a observar cómo se van alejando o perdiendo personas y cosas importantes y donde además, por otro lado, nuestra imagen en el espejo nos devuelve a una mujer que pensamos que no somos "yo".

COMO EMPEZO TODO

Fue en uno de esos controles de mamografías que te hacen periódicamente debido a unas alteraciones que debían tener un seguimiento a lo que se añadía un historial de antecedente familiar.

Y allí, a la espera de los resultados, deseabas que saliese la técnico para entregarte las radiografías y decirte que está todo igual, sin cambios. O puede ocurrir que salga para explicarte que hay que repetir la mamografía porque "no ha salido bien". No recuerdo cuantas fueron las que me hicieron, ya que repitieron varias veces. Fue al ver mi cara asustada, porque empecé a sospechar que algo podía no ir bien, cuando la técnico me dijo que no me preocupase, que en ocasiones pasa eso, hay que repetir las. Se quedaron las placas, no me dijeron nada y yo salí de allí angustiada.

EL TIEMPO

Los tiempos, los días, las horas tienen ya significados diferentes, unas veces demasiado cortos y otros, en cambio, demasiado largos según qué estés esperando.

Las esperas para los resultados se te hacen larguísimas. A la semana, un mensaje en el contestador: cita en ginecología para los resultados: Pequeña lesión a estudiar. Cita preferente a radiología adjuntando el informe. A partir de ahí comienzas a acongojarte.

Y luego esa angustia aumenta cuando te explican de qué va la cosa, te gustaría que se lo estuvieran diciendo a otra persona, sin embargo el médico a quién está mirando cara a cara es a ti: Las imágenes son sospechosas, pero no indican nada de momento, es preciso comprobar mediante una punción para obtener una biopsia diagnóstica. Bueno, de momento a salvo.

Pero de repente, parece que tu vida gira solo en un sentido y te haces preguntas que no tienen respuesta: No habiendo faltado a ninguna cita para hacer mis revisiones ¿cómo es posible que en menos de un año haya lesiones

que antes no las había? Por lo visto éstas ya estaban en las anteriores mamografías... ¿y no te las han estudiado? Me dijo el radiólogo. Ahí te sientes impotente, cambian tus sentimientos y experimentas entonces mucha rabia.

¿Prefieres biopsia para extraer células y analizarlas o entrar en quirófano y quitar el cuadrante de la lesión y analizar entonces **“toda la pieza extraída”**. Me quedé con la primera opción. Tenemos el cuerpo hecho de piezas, pensé, algunas irreemplazables, pero ésta sí lo era, en eso tuve suerte.

LAS FECHAS

A partir de esos momentos se vuelve tremendamente importante el tiempo, porque yo lo quería todo a toda prisa: la biopsia, el resultado, y que éste no fuera malo y si lo era, que se pudiese operar y cuanto más rápido mejor, que me quitasen el tumor ya.

Recordaré siempre a la enfermera que me repitió hasta la saciedad más mamografías y me preparó para la biopsia, estuvo todo el tiempo pendiente de mí. Siempre recordaré su dulzura:

- ¿te duele cielo?-
- No te preocupes, le contestaba yo (pero sí que dolía) aunque me dolía más en el alma que en mi pecho. Varias punciones, nada me importaba, lo que fuese preciso.

En una semana llegaron los resultados y con ellos las malas noticias: Era un carcinoma maligno, que había que intervenir. Por entonces se estaba haciendo ya la cirugía conservadora o sea, tomar solamente una porción de la zona donde estaba el tumor y no hacer una cirugía radical, o sea hacer una mastectomía. Así parecía que no fuese tan traumático para la mujer y los resultados parecían estar más o menos a la par.

En esos momentos te sientes sola ante la enfermedad, yo pensaba que incluso ese tumor era parte de mi cuerpo y debía asumirlo, aunque tengas a alguien a tu lado es “tu enfermedad y tú” y así pasareis mucho tiempo.

Cuando te sucede una cosa así, tan grave, sientes que te conviertes en una marioneta movida por las manos de los médicos. Me abandoné a ellos, no me quedaba otra, a su experiencia, a sus tratamientos, a lo que me iban diciendo conforme avanzaba ese proceso de lucha contra la enfermedad. Pensaba “estoy en sus manos” “mi esperanza son ellos”.

Yo no me sentía una enferma grave, ni siquiera me sentía enferma, es más me encontraba muy bien. Pero ante un diagnóstico grave, sabéis que se pasan por esas etapas que tienen comienzo con esas cuestiones: ¿Por qué a mí, porque

yo? Esas preguntas yo no me las hice, pues como enfermera, conocía un poco estos temas y, por estadística pensé, que en cierto modo, era lógico, yo era mujer, y una de cada diez, tendrá un diagnóstico de cáncer a lo largo de su vida. Yo era “una” de ellas en el porcentaje y nueve mujeres estaban a salvo.

El cirujano general fue quién se encargó de explicarme con mucho cariño lo que me iba a hacer. Nunca olvidaré su delicadeza, tacto y la esperanza que me infundía. Mi elección fue radical, así desaparecería el problema. También me comentó que una vez obtuviera la pieza en la mesa de operaciones, harían el estudio. Resultaba escalofriante oír esa palabra sobre algo mío, de mi cuerpo: “la pieza”

LAS SALAS DE ESPERA

En el transcurso de mi enfermedad, otra de las peores cosas que observas en el hospital son las salas de espera. Como tuve infinidad de citas a lo largo de todo mi proceso, tenía tiempo de fijarme en los que allí aguardaban como yo y creí reconocer las sensaciones por las que estaban pasando cada una de aquellas personas, pues eran las mismas que yo fui viviendo durante mucho tiempo.

En las salas de espera, confluimos seres muy distintos con diferentes problemas y en diferentes estadios de la enfermedad. Mientras esperaba mi turno, me fijé en las mujeres y más tarde comprendí que al igual que yo, debía haber casos de mujeres que en ese preciso momento estaban pasando por tiempos difíciles por los que necesariamente debemos pasar cuando estamos embarcadas en nuestro proceso: unas en el diagnóstico, otras esperando resultados, otras las curas. Para muchas buenas noticias, para otras no tan buenas. Incluso llegué a pensar que debería haber como una especie de manual donde se explicasen todos los pasos por los que se debe pasar hasta el final. Así nada nos sorprendería y estaríamos preparadas para todas esas etapas que se deben recorrer.

Había mujeres valientes que quizás afrontaban este golpe en soledad sin el apoyo de nadie, yo nunca tuve ese problema. Dicen que los malos recuerdos están ahí, siempre presentes, yo afortunadamente, muchos de ellos los tengo olvidados pues no fueron siempre malas las sensaciones.

LA DESPEDIDA DE UNA PARTE IMPORTANTE DE MÍ

Llamada para la intervención, la espera en el hall, mucho frío, gente con maletitas o bolsas, la Auxiliar que nos dice que han ocupado la cama por la noche, que volvamos por la tarde e ingresemos por urgencias. Por fin a las 8:30 de la tarde ingresé, eso me dio ya seguridad. El día de la intervención, yo era la segunda. Nos despiertan a las 6:30 para ducharnos, por el cambio de turno de

las auxiliares (¡por Dios, que poca consideración!). Me miro en el espejo, me despido de mi seno, es difícil no llorar. Betadine por todo el pecho y la axila. **Ahí están los ganglios que determinan tu futuro.**

Fue doloroso el momento en que entras al quirófano y te despidas de tus seres queridos y también de la vida porque puede que las cosas no vayan bien ahí dentro, pero no entré con miedo si no con esperanza. Pensé: si las cosas no van bien no me voy a enterar, una buena manera de irte. Cerré los ojos y me dejé llevar.

La intervención fue bien según me dijeron más tarde. Te sientes más tranquila cuando alguien te despierta y te dice: "ya está todo Pilar". Piensas que ya no tienes "eso" solo un vendaje apretado y tú piensas que ha sido como un sueño y te acabas de despertar. Pasó lo más traumático. Eso duele en el alma aunque te notas más liviana.

En cuanto te quitemos el drenaje te podrás ir a casa. Y cuando me lo quitaron y pude mirarme en el espejo comprendí entonces lo que había pasado, que ya no volvería a ser la de antes. Miraba mi sutura tan bien hecha que casi no se notaba, pero me estaba informando de que realmente sí había ocurrido algo importante ahí.

Opté por seguir el tratamiento en el servicio de oncología ya que me pareció más apropiado. El día de la cita descubres la sala de espera de oncología, ésta era peor que la de cirugía. Gente de todas las edades con unas caras macilentas, enflaquecidos, tristes, preocupados, gentes con gorros o pañuelos en la cabeza, otros tranquilos, leyendo el periódico, posiblemente en otras fases más estimulantes, más alegres, más optimistas.

¿Qué tratamiento quieres que te apliquemos? Me preguntó la oncóloga. Hay uno con unos quimioterápicos que es más largo, pero que no se te cae el pelo ni te da tantos efectos secundarios. Y hay otro que son cuatro sesiones cada veinte días, es más fuerte pero acabas antes. Se te va a caer el cabello ya desde la primera sesión. ¿Qué elige una persona que no tiene ni idea, que está asustada, que lo único que quiere es que todo acabe rápido y que sea efectivo? Pero ellos no te lo dicen. Tu misma te asignas posiblemente a un grupo de investigación con tu decisión, arriesgándote en los resultados. Ellos no se arriesgan, tú debes elegir y yo acepté el segundo, precisamente por la rapidez, por la prisa en salir de ese conflicto.

LOS CICLOS: EL VENENO ESPERANZADOR

Al mes o así de la intervención comencé con mi primer ciclo. Primero la analítica para saber que dosis nos podrían administrar. Si no hay complicaciones te vas

a casa. Estaba justo al lado de extracciones, era una sala con cinco o seis sillones y alguna camilla y allí **recibías tu veneno vital**. También me ponían algo para las náuseas. Recuerdo que, apenas el líquido entraba por mis venas se me ponía la nariz fría y notaba una sensación rarísima que no puedo describir.

No te quedas ingresada tras los ciclos a no ser que te de efectos importantes. A mí no me los dio nunca. Tras mi primer ciclo de quimioterapia me encontraba bien y como el cabello se me caía a mechones, tras la segunda quimio me fui directamente a una peluquería especializada en imagen corporal tras esos tratamientos. Allí sí que tenían empatía con nosotras. No había espejos o estaban tapados. Tras afeitarme la cabeza, compré una peluca allí mismo. Y así salí ya a la calle con más seguridad en mí misma.

Vestida, con la prótesis de mama y la peluca te ves ante el espejo como si no hubiese pasado nada en tu cuerpo, como si fueses la misma de siempre. Además del cabello perdí las cejas y las pestañas, por lo que tuve que aprender a maquillarme para salir a la calle. En las distancias cortas me sentía muy insegura y admiro profundamente a todas las mujeres que llevan gorro o pañuelos, mostrando su enfermedad y sus tratamientos. Las considero más valientes de lo que lo fui yo.

La verdad es que pasé mi tratamiento bastante bien, al día siguiente de la quimio era cuando estaba peor, pero yo me tomaba mis Primperan y así iba pasando la primera semana, los días más malos, pero que se podían tolerar. Luego, cuando ya te encontrabas muy bien, pensabas: ahora ya de vuelta para que me pongan enferma de nuevo.

Las voluntarias de la Asociación contra el Cáncer estaban continuamente recorriendo las salas de espera, repartían caramelos, té o café y esperanza, y apoyaban psicológicamente a las personas. Admiro mucho su labor, así como la psicooncóloga de la Asociación que también me ayudó en aquella época tan difícil para mí.

EL ALTA INESPERADA

Las revisiones se sucedían periódicamente y fueron alargándose conforme los resultados salían negativos, pero cuando se acercaba la fecha te entraba una congoja y un miedo que no se retiraba hasta que llegabas a hablar con los oncólogos y te daban la noticia de la moratoria: revisión en 3 meses, en seis meses, en seis meses, en seis meses, en un año, en un año, en un año...

El cabello creció con mucha fuerza y curiosamente salía fuerte y rizado. Me quité la peluca por fin y me encontraba bien. Seis años con las revisiones,

tomando medicación y con el susto en el cuerpo por si había recidivas, y el miedo siempre presente. Las estadísticas de supervivencia eran alentadoras pero yo era solo un porcentaje: ¿y si me tocaba de nuevo a mí? Hasta que un día te dan el alta soñada: ya estás libre y curada del tumor, aunque te quedan las cicatrices, en el cuerpo y en el alma. No obstante, a la vez que alivio, sientes como si estuvieses desprotegida, ya nadie va a supervisar tu estado.

El haber padecido ese tumor, esa experiencia tan traumática pero que pude superar, modeló mi carácter y vi las cosas de otro modo, lo que yo pensaba que era muy importante perdió de repente todo su valor y deje de darles importancia y en cambio, otras cobraron un valor exquisito. Aprendes a valorar el día a día, lo bueno que tienes en ese momento y aunque inevitablemente piensas si ese será tu último cumpleaños, aprecias tu entorno de otro modo: estás agradecida por seguir ahí, por las cosas que te hacen feliz en ese mismo momento que estás viviendo. El no tener futuro te hace apreciar cada segundo del presente.

Había visto el otro lado de mi profesión, ya no era enfermera si no paciente y comprendía mucho mejor los sentimientos de las personas que acudían a mi consulta, que estaban tan vulnerables por sus enfermedades, con sus ansiedades, sus miedos... porque yo estaba pasando por lo mismo. A algunas pacientes les explique mi historia para que luchasen como lo hice yo.

CÓMO CAMBIÓ MI VIDA

Creo que a mí me enriqueció mucho, me empoderó, me hizo más humilde y comprendí que la vida, que te puede ser arrebatada en un instante, no vale nada, pero que es tan maravillosa, que debes aprovechar los pequeños milagros que ocurren a diario y que pasan desapercibidos en esa vorágine de acumular y comprar cosas, cuando lo más importante son los sentimientos y las personas. La enfermedad me hizo más valiente y me sentía orgullosa de haber tenido la oportunidad de luchar y haber vencido, aunque sé que el mérito no es solo mío, si no de todos los profesionales, que durante distintas etapas de mi enfermedad, me trataron de un modo u otro, a la posibilidad de disponer de esos fármacos preciosos, a los apoyos de mi familia y a esa parte de mí misma que hizo que no me rindiese y pudiera seguir adelante en los días difíciles.

Aunque todo no hubiera ido tan bien, es importante conocer el diagnóstico para poder luchar, aunque el pronóstico no sea tan bueno. Hoy disponemos de tratamientos muy agresivos para esas enfermedades inenabables por algunos, pero muy efectivos y hay que seguir. Cada persona tiene un tiempo y ese, que es el que te ha sido asignado lo debes administrar tú, para poder dedicar tu día a día como tú quieres, para aprovecharlo como, donde y con quién desees,

porque si estas luchando puede que ganes, pero seguro que quién no lucha, no gana batallas.

Pilar

19 de Octubre de 2015

Día Mundial del Cáncer de Mama