

Actualidad



“Yo le pediría a la seremi de Transportes que tome en cuenta al sector de Collico y que vea todas las posibilidades...”

OMAR SABAT, alcalde de Valdivia.

Joven valdiviana creó un blog para relatar cómo afrontó el cáncer

TESTIMONIO. En el sitio *Quimiotips*, la periodista Consuelo Martínez entrega datos, información científica y cuenta cómo trató la enfermedad.

Claudia Muñoz David
cmunozd@australvaldivia.cl

En febrero de 2014 la periodista Consuelo Martínez, de 33 años, conoció el diagnóstico: el bulto que su ginecóloga había detectado en su mama derecha era cáncer. Lo supo después de una serie de exámenes, ecografías mamarias y mamografías. Ella no tenía sospechas, solo lo descubrió porque todos los años acostumbraba ir al ginecólogo para un chequeo. Cuenta que cuando vio los resultados de la biopsia lo primero que pensó fue: “No puede ser. Cómo puedo tener cáncer si me siento bien. No me puedo morir. Tengo 33 años y esto no puede ser la vida”.

Han pasado nueve meses. Después de pasar por quimioterapia y por una cirugía exitosa en la que fue extirpado el tumor, Consuelo ya no está enferma. Sin embargo, todo lo que vivió en esos meses está relatado por capítulos en su blog de Wordpress “Quimiotips”.

Con él busca compartir su experiencia con otras mujeres jóvenes que enfrentan esta enfermedad o que están a punto

de asistir a su primera quimioterapia. También con mujeres sanas, para que noten lo importante que fue para ella chequearse todos los años. “Fue difícil tomar la decisión de mostrarme en este blog, porque al principio no quería que nadie se enterara. Sobre todo porque no quería que me miraran con pena, como diciendo ‘pobre, se va a morir’. Siempre he sido reservada, pero después pensé que tenía que compartir lo que me había pasado para que las mujeres supieran que tener cáncer no significa que te vas a morir si lo descubres tiempo. Sobre todo quería transmitir eso”, explicó.

Recuerda que cuando conoció su diagnóstico, lo primero que hizo fue documentarse. Buscó publicaciones científicas, pero también quería cono-

“Quería encontrar información de alguien en quien pudiera confiar, que además relata experiencias sobre tratamientos”.

Consuelo Martínez
Bloguera

cer los testimonios de mujeres jóvenes. “Tener cáncer de mama a los 30, cuando aún no has sido madre, es muy diferente a tenerlo después de los 40. Y cuando iba a quimio conocía sobre todo a mujeres mayores”, relató.

Buscó en internet, pero solo encontró un par de blogs en inglés y una página española. “Quería encontrar información de alguien en quien pudiera confiar, que además relata experiencias sobre tratamientos en forma responsable porque hay mucho mito”, dijo. Así, decidió crear ella una página.

SUS POSTEOS

“Al día siguiente a la primera quimio AC (adriamicina y ciclofosfamida), desperté y sentí como si la noche anterior hubiera ido el carrito más destructivo. Dolor de cabeza tipo “hachazo”, sentir olor a comida y un profundo asco, náuseas, sin apetito, sueño. (...) A medida que pasan los días los síntomas se van acentuando, llegan a su peak el día tres y luego disminuyen”, cuenta en uno de sus posteos. En ellos, busca relatarlo todo con honestidad. Tal como lo vivió.



ARCHIVO PERSONAL

FOTO SUBIDA AL BLOG DESPUÉS DE SUS PRIMERAS QUIMIO.

Recuerda que su primer posteo -realizado el 8 de mayo de 2014- fue la foto de un artículo donde una mujer rapada luego de pasar por la quimio se hizo una tatuaje en henna en la cabeza. “Era algo impersonal que encontré interesante. Me costó comenzar a escribir cosas personales”, explicó.

En el blog cuenta cómo se enteró de que tenía cáncer y cómo enfrentó la noticia. “En esos días recuerdo caminar por la calle haciendo mi vida normal y

pensar “¡pero sí tengo cáncer!”, me invadía un sentimiento de irrealidad. Decidí comenzar con psicoterapia para que me apoye en este proceso. Descubrí a Jennifer Middleton, una psico-oncóloga chilena que escribió un libro buenísimo: “Yo (no) quiero tener cáncer”, son algunos de sus relatos. También explica las quimios y da consejos.

Por ejemplo: Llevar agua para tomar durante la quimio. Llevar un chicle de menta para no sentir los vapores picantes

Cómo encontrar el blog de Consuelo

El blog de Consuelo Martínez se puede leer en quimiotips.wordpress.com. “He recopilado mucha información y quiero compartirla transformándola en posteos. Ahora tengo más energía para escribir, aún me faltan muchas cosas por contar. Hay muchos datos que para las personas que están pasando por este proceso los pueden ayudar a ser tolerable. Me gustaría crear una comunidad de chicas jóvenes. Hoy hay cada vez más niñas jóvenes a las que se les detecta cáncer de mamas”, explicó.

de la ciclofosfamida cuando exhalas. Llevar ropa con escote en V o blusa abotonada de manera que las enfermeras puedan acceder fácilmente al cateter y tú también estés cómoda. Si todavía estás en edad fértil, es importante saber que la quimioterapia puede producir esterilidad. Debes conversar con tu oncólogo y quimioterapeuta qué opciones tienes para preservar tus ovocitos.

También cuenta cómo fue raparse: “Y tal como me dijo mi quimioterapeuta, el día 18 me pelé. No fue tan terrible como pensaba. Eso sí, recomiendo que el día en que te vayas a pelar estés maquillada, así el shock no será tan fuerte”.

Pero además matiza con informaciones sobre tratamientos -como por ejemplo el uso de la medicina antroposófica o la terapia Helixor-, nutrición y recomienda lecturas. Su blog ha sido destacado por sitios femeninos latinoamericanos como Belelu y Para ser Bella. “He recibido muchos comentarios de chicas de Chile y Latinoamérica. Me han contado que el blog les ha ayudado a asumir el cáncer. Los comentarios que más he recibido son agradecimientos, porque el blog les da esperanza”, dijo. ☺