

ENTREVISTA CON LA SENADORA
MAKI ORTIZ DOMÍNGUEZ
"LAS UNIDADES MÓVILES DE LAS CARAVANAS DE LA SALUD,
VAN A LAS VEINTE MIL LOCALIDADES MÁS POBRES DEL PAÍS".
[11]

Salud *crónica*

MARZO DE 2013 • NÚM. 41

PUBLICACIÓN MENSUAL GRATUITA



DESPUÉS
DE UNA
MASTECTOMÍA,
LA CIRUGÍA
PLÁSTICA ES
FUNDAMENTAL
PARA RECUPERAR
LA AUTOESTIMA
[6-7]

PAULINA
VIEITEZ

"NUNCA COMPRE AL CÁNCER COMO UNA ENFERMEDAD"

A LA PAR QUE LA TRATABAN
CON QUIMIOTERAPIA
ENTENDIÓ QUE LA ESENCIA
DE CADA PERSONA
ESTÁ MÁS ALLÁ DE
SU APARIENCIA FÍSICA.

[8-10]



¡CUIDA TU PIEL!
EN ESTAS VACACIONES,
TE DECIMOS COMO
PROTEGERTE DE LOS
DAÑINOS RAYOS SOLARES.

[16]

AHORA BÚSCANOS EN INTERNET
Saludcronica.com



PAULINA VIEITEZ

UN EJEMPLO DE TENACIDAD

POR: RENNE GALLEGOS

VÍCTIMA DEL CÁNCER DE MAMA, ESTA OPTIMISTA Y JOVIAL MUJER LOGRÓ VENCERLO Y AHORA DEDICA, JUNTO CON VERÓNICA Y ANAYANSI, BUENA PARTE DE SU TIEMPO A DEVOLVERLE LA AUTOESTIMA A LAS MUJERES QUE COMO ELLAS, HAN PADECIDO O PADECEN ESTA NEOPLASIA.



L

a vida de Paulina dio un giro de 180 grados cuando un día, al momento en que se estaba realizando su autoexploración mamaria de rutina, se percató de que había un cambio en su pecho derecho. "Era algo que nunca había sentido, pero que un día, de la noche a la mañana apareció", dice Paulina Vieitez, quien ha sido víctima de cáncer de mama.

Interesada en ayudar a todas las mujeres que han sufrido o sufren la experiencia de un cáncer de mama, Paulina accede a relatar a **Salud Crónica** su propia historia de vida, en la que gracias al apoyo de toda su familia ("Mi esposo siempre estuvo conmigo") e incluso de sus dos hijos pequeños, de entonces 3 y 8 años venció al cáncer de mama.

¿Qué fue lo que te hizo pensar que lo que te sentiste en el pecho era cáncer de mama? No era una bolita definida, siempre te dicen que parece un chicharo o una canica, esto no lo era. Era un pequeño bulto que sentía entre el pecho y la costilla.

¿Qué fue lo que te hizo pensar que lo que te sentiste en el pecho era cáncer de mama?

No era una bolita definida, siempre te dicen que parece un chicharo o una canica, esto no lo era. Era un pequeño bulto que sentía entre el pecho y la costilla.

El ginecólogo jamás me había mandado a hacerme una mastografía porque, como todos sabemos, en México suelen pedirse hasta después de los 40 años; sin embargo cuando me sentí esto de inmediato lo fui a ver, y como desde hacía algún tiempo tenía un quiste en el otro pecho, me dijo que lo que yo sentía no era nada, pero lo del seno izquierdo sí ameritaba una mastografía y un ultrasonido, para que estuviera tranquila.

Después de su consulta me fui a hacer la mastografía e inmediatamente la doctora que me vio me dijo que era cáncer, que la lesión aparecía muy clara en las placas. Acudí con un oncólogo y éste me dijo que se veía altamente sospechoso y que teníamos que hacer una biopsia. Me la hicieron y salió que efectivamente tenía cáncer.

El planteamiento que me hicieron los médicos es que no me tenían que quitar toda la mama, por lo que me extirparon el tumor y un cuadrante de ganglios, porque tenía uno que estaba infec-



...Echas mano de todo lo que has construido en la vida, de los afectos, de las personas que te quieren (...) Si te vas rodeando de eso pones una barrera que te impide caer"

tado. La doctora Raquel Gerson, directora del Centro de Cáncer del Hospital ABC Observatorio fue quien me atendió.

Recuerdo que cuando me confirmaron que era cáncer lloré mucho, pero lo que realmente me deprimió fue cuando después de la operación me dijeron que tenía que someterme a la quimio y radioterapia, una palabra que me cambió toda la estructura. Sabía que iba a tener efectos secundarios y que iba a perder el pelo, las cejas y pestañas. También me preocupaba cómo me iba a sentir delante de mis hijos, pero cuando ya estaba metida en la operación y en el tratamiento me di cuenta que con los adelantos médicos que ha habido, la operación no era tan grave como me la había imaginado.

La quimioterapia sí me daba algo de náuseas, me cansaba un poco de noche, pero pude seguir mi vida normal, por ejemplo seguí trabajando. Finalmente, lo que más trabajo me costó fue el desafío del pelo, porque tú piensas que te determinan tus rasgos físicos, tus características y parte de la belleza está cifrada en cómo te ves.

Quería evitar lo más posible, la caída del pelo; pero si hubiera sabido lo fácil que era despojarme de este y lo fresca que me sentí después de ra-

surarme (por cierto mi marido fue quien me rasuró) no le hubiera tenido miedo a perder el pelo.

A partir de entonces empecé a usar pelucas, y a la par que estaba en el tratamiento contra el cáncer fui entendiendo que tu esencia está en otro lado y aunque físicamente vas a tener ciertos cambios, tú vas a seguir siendo tú.

Además echas mano de todo lo que has construido en la vida, de los afectos, de las personas que te quieren, de lo que te interesa. Si te vas rodeando de eso pones una barrera que te impide caer, una plataforma que te sostiene durante el reto tan difícil.

En lo personal nunca me compré la idea de la enfermedad, nunca me concebí como enferma. Lo tomé como si hubiera tenido un accidente y me tenía que rehabilitar y que no era entre la vida y la muerte. Esto me sirvió muchísimo.

¿Cómo fue la situación con tu marido y tus hijos?

Él jamás me abandonó, y el motor y la fuerza que me sacó adelante fueron mis hijos. Mi niño tenía ocho años y en ningún momento se afectó, siempre le hablamos de la enfermedad de una manera muy clara. Lo tomó con mucha madurez.

Recuerdo que una vez me trataron con otra medicina, y me sentí fatal, mi marido no estaba y Antonio mi hijo me abrazaba porque yo le decía que tenía ganas de llorar. Él me consolaba diciéndome: "Mami piensa que es la otra medicina y no esta que te hace sentir mal."

En cuanto a María mi hija, que en ese momento cumplió tres años, cuando estaba en tratamiento, veía que venían pelucas y cosas y ella se las probaba y les ponía mascadas y entonces las dos jugábamos con esa realidad.

Pienso que haber encarado así el cáncer de mama sirvió mucho, nunca hubo una carga emocional ni de necesidad de terapia que nos hubiera afectado.

Me dieron 16 quimioterapias y 33 radios. En total fueron como 9 meses de una guerra sin cuartel que finalmente ganamos todos.





PARA RECUPERAR TU AUTOESTIMA "QUIÉRETE"

Pero la historia de Paulina no termina ahí, ahora continúa ayudando a las mujeres que padecen cáncer a través de una fundación a la que, en compañía de dos "guerreras del cáncer" Verónica y Anayansi.

¿Cómo nació "Quiérete"?

Un día en el consultorio de la doctora Gerson, en el tiempo en que el pelo se me empezaba a caer francamente, había una chica que también era su paciente, Verónica Mateos, y ella ya no tenía pelo, pero traía unos tocados preciosos en la cabeza. Ella es una chica soltera, sin hijos que le había dado cáncer, el mismo tipo que el mío.

Con los meses nos hicimos muy amigas y ambas nos dimos cuenta que una parte fundamental en este proceso, sobre todo para las mujeres, es tratar de preservar tu dignidad y mantener tu autoestima. Después llegó Anayansi y nos ofreció su generosa ayuda para trazar un plan de ayuda a las mujeres que estuvieran pasando por esa misma experiencia.

Diseñamos el proyecto y se lo presentamos a la directora del CAAI (una casita frente al Instituto donde procuran el bienestar de los pacientes con actividades complementarias a sus tratamientos y que pertenece al INCAN) quien lo recibió con mucho entusiasmo. Posteriormente hablamos con la gente que nos quiere y que nos ha apoyado y les pedimos donativos y así fue que nació "Quiérete".

Asimismo, instituímos un viernes de belleza en el cual llevamos expertos estilistas, donamos pelucas, y damos clases de maquillaje. Ya se creó una

"QUIÉRETE" Y COMPARTE

www.quierete.org.mx
Facebook: Quiérete

Donativos: mascaradas, sombreros y gorros, lentes de sol, pelucas, aretes y accesorios (pueden ser de segunda mano pero en buen estado).

Además, sets NUEVOS y completos de maquillaje que incluyan: corrector, maquillaje, polvo compacto, rubor, juego de sombras y lápiz labial.

red y en promedio atendemos a 80 mujeres cada vez. Es un proyecto más de calidad de cantidad porque se vuelve una terapia grupal donde ellas se sienten identificadas con otras personas que están pasando por lo mismo y pueden hablar de lo que les sucede.

Tenemos nuestra página web www.quierete.org.mx y también tenemos una página en Facebook donde nos pueden dar donativos como mascaradas, pulseras, aretes, pelucas, cosméticas y cosméticos, estos últimos sí tienen que ser nuevos. Todo lo que nos llega va directamente a las manos de nuestras mujeres, finaliza Paulina Vieitez.

