

CÀNCER I VIDA

QUI SÓC

Sóc Mercè Elías, tinc 59 anys i als 51 vaig tenir un càncer de mama.

Fa uns anys que vaig conèixer la Fundació (GAMIS) i admiro la gran tasca que estant fent, ajudant a tantes dones en moments molt durs.

He pensat que el fet de compartir amb vosaltres la meva experiència sobre el càncer de mama potser us podria ser d'interès. M'agradaria amb aquest escrit donar-vos molts ànims i un bri d'esperança, a aquelles persones que, com jo, s'han d'afrontar a un diagnòstic: càncer.

EL MEU TESTIMONI

Jo també vaig tenir un càncer de mama i d'aquells que te'ls trobes tu mateixa quan ja són massa grans. Era dels que en diuen "infiltrants", tenia el ganglis afectats i, de fet,, era tan agressiu que, després de fer-me la mastectomia radical d'un pit, em vaig haver de treure l'altre per prevenció ; això, però, no vol dir que s'hagi de fer sempre. El meu era un cas especial.

A mi m'hauria ajudat molt, sobretot al començament, que són els moments més difícils, trobar algú que em digués, com jo us puc dir ara :

“ Ja fa 8 anys que vaig tenir un càncer de mama, dels més dolents, i aquí estic, dient-vos que, malgrat tot, ha estat una experiència enriquidora.”

Jo penso que no tot són pèrdues davant d'un càncer, també hi ha guanys. A mi m'ha fet guanyar en fortalesa, en confiança en mi mateixa, en relativitzar moltes coses, en sensibilitat... És una experiència que et canvia els esquemes, els valors i que et fa viure més intensament, que et fa despertar a la vida. Com deia Antonio Machado:

“ Si es bueno vivir, todavía es mejor soñar, y lo mejor de todo, despertar”.

Jo crec, des de la meva experiència que, davant d'un diagnòstic de càncer, en aquells moments de tanta angoixa, d'aquella por que sents de sobte - que només qui ho passat pot entendre-, quan et sembla que tot s'acaba, que el món s'enfonsa, i sentim que no estem preparades per afrontar-ho, la millor manera de superar-ho és confiar en nosaltres mateixes. Com? Doncs, buscant dins nostre aquesta força que tots tenim-

però en què normalment no hi pensem-, que ens ajudarà a tirar endavant, a ser valentes i a superar el que faci falta, perquè realment som molt més fortes del què creiem.

En aquests moments tan difícils, quan et sents sola en el món, és quan te n'adones dels valors que ens manquen en aquesta societat en la què vivim, on tots hem de ser guapos, estar sans, anar depressa, consumir molt...; on la malaltia, sobretot el càncer, i ja no diguem la mort, són TABÚ, i sembla que s'hagin d'amagar. Hi ha qui no en pot ni parlar! Ens fa tanta por! Vivim com si no tinguessim que morir, com si la malaltia i la mort no formessin part de la vida!

Ens preguntem: “ Per què a mi?”; però també ens podríem preguntar: “ I per què no a mi?”. En tant patiment com hi ha al món (i ben aprop, si el volem veure) perquè no m'hauria de tocar a mi, si tots som dins la mateixa “roda”? De fet, ja som uns privilegiats només per haver nascut en aquesta part del món! Hi ha tants llocs en el món que, d'haver-hi nascut, ja faria anys que no hi seríem!

Tal vegada creiem que un càncer és el pitjor que ens pot passar però, realment, hi ha tantes altres malalties pitjors que un càncer!: enfermetats degeneratives, esclerosis bilateral amiotròfica (de la que va morir el meu germà als 33 anys), un infart cerebral (com va tenir el meu marit). Tot és patiment, és clar, però aquestes malalties no són un parèntesi en la teva vida.

Vaig **acceptar i assumir** la malaltia, crec que això és **molt important** per poder fer-hi front. Em repetia a mi mateixa: “ Me n'ensortiré, podré superar aquest càncer, serà com un parèntesi en la meva vida, i tornaré a ser la mateixa d'abans.”

I així ha estat, me n'he ensortit i he superat aquest càncer. Ha estat un parèntesi en la meva vida, tot i que no he tornat a ser la mateixa d'abans- però és que tampoc vull tornar-ho a ser. Malgrat les pèrdues físiques, prefereixo ser com sóc ara; m'agrada més com veig la vida actualment.

SER POSITIU

D'això també voldria parlar amb vosaltres: de ser **positiu i optimista**, de coratge, de valentia, de tenir esperança, de lluita i de **victòria**, perquè ara sabem que la majoria dels càncers ja es curen.

Recordo el primer que vaig pensar quan em van dir que tenia càncer: “tinc que ser valenta, per mi i pels qui estan al meu costat, que també ho passaran molt malament; he de lluitar amb totes les forces per vèncer aquest càncer.” I una de les armes que necessitem en aquesta lluita és ser **positius i optimistes**.

També vaig donar gràcies a Déu, per haver-me donat la malaltia a mi, i no a cap dels meus fills, que hauria estat molt més dur.

Jo crec que el fet d'anar-te repetint coses positives t'ajuda molt; és com si t'anessis donant força a tu mateixa. Per exemple, quan t'estant posant la quimio, pensar que aquell líquid t'està curant, ajuda a què et faci més efecte.

No en treiem res quedant-nos en un racó pensant que ja no farem res de bo a la vida en endavant, que potser ens tornarà a sortir la malaltia...; de fet, també ens podria passar qualsevol altra cosa. En aquests casos és important que algú t'ajudi - com ara un psicòleg- perquè no et quedis atrapada en el sofriment, en un pou dolorós, sense sortida.

Voldria insistir en la importància de tenir una actitud **positiva i optimista** davant el càncer o, evidentment, de qualsevol altra malaltia, ja que està demostrat que ajuda a la curació. Si treiem dramatisme a la situació i, fins hi tot, si hi podem posar sentit de l'humor, els que són aprop nostre estaran menys angoixats, i això també ens ajudarà a nosaltres. En canvi, si ens queixem i lamentem, perdem una energia preciosa, que necessitem per tirar endavant.

A mi em van dir que tenia més del 50% de possibilitats de tornar a tenir un altre càncer. Allò que en diuen “estadístiques”... I pensareu, com es pot viure amb aquesta espasa de Demòcles damunt? Doncs sí, us garanteixo que es pot, i sense amagar el cap sota l'ala. Sóc ben conscient de la meva situació, però també sé que això no té perquè amargar-me la vida, tot al contrari: ara cada dia és com un regal i procuro treure-li tot el suc, fins hi tot a les petites coses. A més a més, hem de tenir en compte que en medicina $2 + 2$ no fan 4.

TENIR MÉS D'UN DIAGNÒSTIC

Abans d'acabar, voldria fer pal·lesa la importància de tenir més d'un diagnòstic. Encara que us diguin que a tot arreu hi ha el mateix protocol..., en realitat, no és així.

Jo em vaig quedar amb un diagnòstic i vaig començar desseguida la quimio. Casualment, el meu ginecòleg, tot i no ser la seva especialitat, em va dir que creia que tenia que fer una quimio més forta. Podeu imaginar-vos quina angoixa, estant ja a la meitat del tractament! Vaig haver de córrer a veure altres metges per saber si realment estava fent la quimio correcta; i efectivament, necessitava una quimio més forta. Per tant, vaig haver de canviar de metge, de centre i tornar a començar una nova quimio.

I DESPRÈS DE L'EXPERIÈNCIA

Malgrat tot, durant la quimio, quan estava calva, xafada, sense forces..., quan ja m'havien tret un pit, quan sabia que m'havien de treure l'altre, que després vindria la ràdio-teràpia..., em sentia contenta! Sembla mentida, no?

I ara us diré perquè crec que podem sentir-nos contentes:

- Perquè l'hem tingut ara, i no fa 10 o 20 anys, quan la majoria dels càncers encara no es curaven.
- Perquè hem vist de veritat quant val la vida al sentir que podíem perdre-la; i en pensar en la mort, potser fins i tot li hem perdut la por, i ara som més lliures.
- Perquè tenim l'oportunitat de donar exemple als fills, i als qui tenim aprop, de com **acceptar i afrontar** el què ens toca viure, i **lluitar** contra les adversitats.
- Perquè hem vist quant ens estimen. També, potser hem perdut amics o persones que crèiem que ho eren, però ara sabem en qui podem confiar.
- Perquè els problemes d'abans, ja no són problemes. Com us deïa al principi, hem après a relativitzar les coses.
- Perquè hem trobat aquesta força de la qual us parlava abans, que ens ha fet tirar endavant.
- Perquè hem après a cuidar-nos. Potser abans erem sempre el darrer de tots, i ara ens tenim més en compte.
- I també podem sentir-nos contentes perquè el món no s'ha enfonsat com crèiem i perquè ara trobem la vida més maca que mai!

Hi ha una cançó del Duo Dinámico, que es diu “Resistiré”, que per mi té un significat especial ja que la vaig sentir per primera vegada quan estava a l’hospital, durant la primera operació. Van sortir per la TV cantant aquesta cançó i semblava com si l’haguessin escrit per mi. Desde llavors, aquesta cançó va passar a ser el meu himne durant la batalla.

Després, vaig saber que l’havia escrit Manuel de la Calva, precisament quan es trobava lluitant contra un càncer. Té una estrofa que m’agrada molt, que diu així:

*“Resistiré, para seguir viviendo,
soportaré los golpes, y jamás me rendiré.
Aunque los vientos de la vida soplen fuerte,
soy como el junco que se dobla,
pero siempre sigue en pie.”*

Tan de bo, aquest testimoni pugui ajudar a qui ho necessiti.

Mercè Elías

Setembre 2008