Recorrer camino contra el cáncer

Mujeres que han superado un tumor andan el camino de Santiago para sensibilizar contra la patología

CHARLOTTE PAVARD
Barcelona

El cáncer también se combate a pie. Bajo el lema *Dilo caminando*, medio centenar de mujeres que han sufrido esta enfermedad recorren tramos del Camino de Santiago con el fin de concienciar a la población de que el cáncer ya no es sinónimo de muerte segura.

Su marcha, que partió ayer de Zaragoza, les llevará hasta León, adonde prevén llegar el día 7. Son cincuenta. Todas han sufrido cáncer genital o de mama y colaboran en asociaciones de Aragón (Amac-Gema), Navarra (Saray). En las proximidades de la capital leonesa se les unirán integrantes de otra asociación de la zona, Almon. La caminata no finalizará hasta el 2008 en Santiago; pero ya ayer las mujeres estuvieron acompañadas: cientos de personas las despidieron de la plaza del Pilar.

Maria José Aybar, presidenta de Amac-Gema, cita su experiencia como ejemplo de lo que viven estas mujeres. En 1992, tras una consulta de rutina a su ginecólogo, le dijo que se hiciera una mamografía. La palpación mamaria no había dado señales preocupantes. "No presentaba síntoma alguno –explica Maria José– pero sí que me notaba más cansada y estaba extremadamente delgada con unos 55 kilos por 1,70 metros que mido. Como soy una persona bastante activa, pensé que se justificaba. Recibí el resultado en casa y como soy curiosa abrí el sobre. Vi: carcinoma ductal infiltrante en la mama derecha y busqué el significado en el diccionario. La traducción era cáncer".

RAMÓN FERRER

Las mujeres en el acto de salida de *Dilo caminando* desde Zaragoza

El ginecólogo confirmó el diagnóstico. "Atrévete a decírmelo, sé que me voy a morir", le dijo ella. Él le contestó sorprendido: "¿pero por qué?". Maria José no tenía otros referentes que dos colegas suyas que no habían superado la enfermedad. En ese momento, tras recibir el duro golpe, vio la película de su vida. "Pensé: no me puedo morir, no he hecho nada para mí", dice. Después, del miedo inicial pasó por distintas fases: la rabia, ("¿por qué a mi?"), la injusticia ("Con lo buena que soy yo y la gente tan mala que hay") y la culpa ("¿qué habré hecho mal?").

Maria José fue sometida a una mastectomía de la mama derecha. "Decidí no hacer reconstrucción del pecho porque tengo miedo a perder mi sensibilidad. Tuve que explicarle esto a mi marido, con paciencia; lo hice después de armarme de valor y afrontar mi imagen en el espejo. Esto no quiere decir que algunas mujeres lo lleven muy mal, porque es el símbolo de la feminidad", señala. Siguieron seis meses de quimioterapia. La ayuda de su familia fue fundamental "para compartir todas las emociones que afloran en este momento", apunta. Eso, y la confianza con el médico. Luego inició la recuperación, y para ello se dio tiempo para sí misma, se relajó con largos paseos en el campo y practicó yoga.

Las mujeres afectadas por el cáncer que recorren el Camino de Santiago quieren sensibilizar a la sociedad y dar ejemplo de hábitos de vida saludables en la alimentación, el ejercicio físico. También recomiendan fomentar la visita regular al ginecólogo y la realización de citologías, mamografías y autoexploraciones mamarias, para intentar prevenir y detectar precozmente el tumor, que se estima que una de cada diez mujeres podría desarrollarlo en algún momento de su vida.

Las caminantes quieren transmitir que hoy se curan muchos casos y fomentar la detección precoz

Maria José considera que tuvo un buen apoyo social y laboral, pero le faltó algo: "compartir momentos con alguien que había pasado por lo mismo, encontrar un espejo en el que mirarse", indica. Cuando volvió a trabajar, coincidió con una mujer que había sufrido cáncer de ovarios. Decidieron montar una asociación de ayuda mutua que tomó forma en 1994 en Zaragoza, la Amac-Gema. Para María José, el Camino de Santiago es "como una esperanza para la vida, y cuanto más ligera vayas, en la vida y en el camino, mejor irás".●