

*Palabras Dra. Felicia Knaul durante el acto de  
presentación del libro *Tómatelo a Pecho**

Buenas tardes a todos y a todas,

Hoy enfrento uno de los mayores retos de toda mi batalla con la enfermedad. Estamos aquí sentados con el anhelo de celebrar la publicación de un libro. Mientras, y a unas cuerdas, una mujer de mi edad, a quien quiero mucho está sufriendo. No les diré más. Sólo comparto esto para explicar porque quizá no muestro la felicidad que realmente siento por la publicación de este libro.

*Tómatelo a Pecho* es mi primer libro de corte literario. Es una de las muchas oportunidades de crear y de crecer que me ha dado el cáncer.

Agradezco infinitamente a los comentaristas y el presidium – amigos y amigas y queridos colegas – por aceptar acompañarme.

A la Sra. Gaby quien tanto ha hecho en su Estado de Durango para la salud de la mujer. Mario Luis como académico y líder en el sector social..

Agradezco en particular a Sor Mary y a Maky. Sé que les estoy pidiendo hablar de algo demasiado cerca a sus corazones. Son mis hermanas – pues batallamos con el mismo mal.

Quiero expresar mi más sincera admiración por la Lic. Margarita Zavala Presidenta del Sistema DIF Nacional. Hoy, hace unas horas, dio inicio a la Semana de Salud “Unidas y unidos contra el cáncer de mama”. Hasta donde sé, es la primera de su tipo en América Latina. Demuestra la profunda dedicación de la Lic. Zavala al tema de la salud de la mujer, además de la capacidad innovadora de México y de su sistema de salud. Para mí, para la Fundación Mexicana para la Salud y para la iniciativa “Tómatelo a Pecho”, es el más grande de los honores poder presentar este libro en el contexto de la semana nacional y formar parte de esta gran iniciativa.

Hace unos meses, fui a hablar con la Lic. Zavala con el fin de convencerla que había necesidad de alzar la voz sobre esta enfermedad – especialmente entre las mexicanas jóvenes. Jamás habría imaginado una respuesta de la magnitud que ella nos ha dado. Gracias y felicidades – y creo que estoy hablando por todas las muchas mujeres que padecemos este mal.

Agradezco profundamente la presencia de todos ustedes el día de hoy, aquí en la Fundación Mexicana para la Salud, a la que considero mi casa, y en donde viví varios de los pasajes que retrato en el libro. Maestro Guillermo Soberón, María Luisa Barrera y Dra. Mercedes Juan, gracias por abrirme las puertas de esta institución durante los últimos 15 años.

Tengo muchas personas a quien agradecer y casi todos los agradecimientos forman parte esencial de la experiencia que narra el texto que hoy presentamos. Siento que la única forma de agradecerles a todos y a todas fue precisamente escribir el libro.

Los agradecimientos que hoy enfatizo en palabras, son a las personas que participaron conmigo en la producción del libro.

El primer agradecimiento es para Julio Frenk, mi esposo, por acompañarme en un viaje que espero no termine nunca. Gran parte del libro narra esta travesía de pareja y él leyó cada palabra de lo que aquí fue escrito. Quiero destacar su noble permiso para compartir momentos y aspectos de la intimidad de nuestra relación – un permiso que pocas personas – hombres o mujeres – hubieran tenido el valor de dar. Esperamos los dos que el compartir nuestra intimidad sea de utilidad para otras personas –pacientes y acompañantes- que viven con cáncer.

Comparto un agradecimiento especial para la pintora maestra Joy Laville y nuestra amiga Mariana Perez Amor, directora de la Galería de Arte Mexicana. La portada es una pintura de Joy que data del 1974. Pero es también otro punto que tengo que agradecer a Julio, pues él me regaló la obra para mi cumpleaños precisamente porque ilustra la belleza corporal femenina en un cuerpo desbalanceado.

Mi agradecimiento también a Roberto Tapia y al Instituto Carso de la Salud por seguir haciendo posible nuestro proyecto “Tómatelo a Pecho” y por proyectar el nombre cómo título del libro.

Por la posibilidad de realizar este evento y su apoyo para varios de mis proyectos personales, extendiendo la mano a Pablo Escandón como Presidente del Consejo Promotor Competitividad y Salud de esta Fundación y en particular de uno de sus integrantes, Miguel Munera, director general del Grupo Roche Syntex en México.

Quiero compartir un agradecimiento especial al Grupo Editorial Santillana. En particular, a Patricia Mazón, por creer y en este libro cuando el proyecto era apenas una idea, y por su paciencia y la confianza que depositó en mí durante el largo tiempo que tomó dar a luz al proyecto.

Pasaron 14 meses entre el nacimiento de la idea y el parto. Pero es interesante que haya tomado exacto y únicamente 9 meses a partir del momento en que tuve el valor de enfrentar el reto de empezar a escribir.

.....

Ahora. Quiero abrir el libro con ustedes y compartir su esencia.

*Tómatelo a pecho.*

¿Por qué *Tómatelo a pecho*? El título es otro de esta infinidad de cosas que tengo que agradecer a mi compañero y marido, Julio Frenk. Él bautizó el programa que arrancó en marzo del 2008: *Cáncer de mama: Tómatelo a pecho*. Como narra el libro, el programa se volvió mi forma de rezar y enfatizo que las regalías por la venta del libro en México, serán donadas al programa, el cual se está convirtiendo en OSC.

*Tómatelo a pecho* es un libro que celebra la vida. No insiste en la importancia de la sobrevivencia, sino en la vivencia, en cada uno de sus momentos.

El libro relata lo que me ocurrió entre noviembre de 2007 y junio de 2009; los primeros 20 meses de lo que se ha convertido en una relación de por vida: la relación entre yo y la alterada-yo, el cáncer.

*Tómatelo a pecho* narra y analiza mi experiencia a partir del momento en que se me reveló “la alterada-yo”.

El nombre: “la alterada-yo”, surgió como resultado de la forma en que se ha desarrollado la relación entre Felicia con, y Felicia sin, el cáncer. En ese nombre encuentro la forma y la fórmula para compartir mi reconocimiento del cáncer como producto de mí, como parte inextricable de mi cuerpo y de mi ser y a la vez con el cual viviré siempre y para siempre.

*Tómatelo a pecho* está organizado alrededor de los 5 pasos, o dimensiones para usar la letra D, de nuestro viaje. Es un viaje forzosamente en pareja - yo y la alterada-yo.

Las dimensiones del viaje y por lo mismo la organización de los capítulos, son: Dudar, Descubrir, Decidir, Despedir y Devolver.

- “Dudar”. Inicié el viaje dudando, con la incertidumbre de no saber lo que traía dentro de mi cuerpo.

- “Descubrir”, pues gran parte del viaje tiene que ver con el aprendizaje y enfrentar al cáncer es como conocer otro mundo.
- “Decidir”, porque llegó el momento en el que tuve que optar por el tratamiento a pesar del terror que me producía.
- “Despedir”. La llamé así porque habla de un período de mi vida en el que fue necesario decir ‘adiós’ a la salud y al cuerpo que me había pertenecido por décadas y luego tomar mi residencia y ciudadanía en el mundo de los enfermos.
- “Devolver”, titulada así por dos razones y en dos sentidos. En primer lugar, siempre estará abierta la rendija del mundo de los enfermos en caso de que tenga que regresar, porque siempre viviré, curada o no, amenaza o realidad, con mi cáncer.
  - Devolver: también porque tengo la oportunidad de devolver – a las que conozco personalmente y a las que no – algo de lo que he aprendido de mi convivencia con el cáncer.

Ahora, quiero compartir con ustedes, una selección de párrafos de cada una de las cinco dimensiones de nuestro viaje:

### **Primera dimensión: Dudar:**

Es el 27 de octubre del 2007. Desesperada ante las sospechas que despertó la mamografía hace apenas 2 días, voy a ver a mí cuñada – amiga, médica y la hermana que nunca tuve - Alicia - en el Instituto Nacional de Nutrición:

“Le pedí que me explorara. Esa petición, o más que petición una súplica, no resultó nada fácil para mí, pues aún conservaba algo de pudor y nunca me había despojado de la ropa ante mi cuñada. Mi solicitud era un claro indicador de mi desesperación, pero también de mi confianza en su capacidad de darme consejos en todos los aspectos de mi vida –médicos y no-médicos. Yo quise depositar en ella ... una certidumbre que yo estaba manejando como incertidumbre.

Alicia es como una columna de concreto o un muro de contención que puede absorber una enorme cantidad de peso y presión. Ella absorbió para mí durante toda esa semana todo el peso de lo que me iba a pasar, y me dejó vivir unos días como si no hubiera estado ante un diagnóstico de cáncer”.

### **Descubrir: Segunda dimensión: Primera faceta.**

Es el 4 de noviembre del 2007. Estamos en Médica Sur, ante la biopsia. La biopsia que nos presentará mucha información – que, a principio no quería yo saber:

“Tenía dificultad para caminar por el miedo que sentía, pero de alguna forma logré bajar al área de ultrasonido apoyándome en Julio. ....

Este cuarto de ultrasonido era distinto a cualquier otro que había conocido. En primer lugar era oscuro, y yo tenía que acostarme sobre una mesa de metal plana. Una mujer con una voz muy amable operaba el equipo.

Acostada, viendo hacia el techo, yo no podía creer que eso me estaba pasando. Nunca en mi vida había experimentado un terror de esta naturaleza. Pensé que no podía sentir más miedo que lo que estaba sintiendo en ese momento.

Pero, cruel sorpresa. Escuché esa amable voz decir: “Doctor, mire, hay otro”. Mi corazón pasó a mí estómago y escuché a Rubén, sorprendido, responder: “¿Otro?”. ...Ambos miraron hacia la pantalla donde ya se veía claramente lo que podía haber sido unos gemelos si hubiesen estado viendo mí vientre, pero desafortunadamente se trataba de mi seno.

### **Descubrir: segunda faceta.**

No todo lo que descubrí durante estas largas semanas de noviembre del 2007 resultó negativo. Quiero compartir lo bueno:

“Yo aprecié mucho su presencia. Lo necesitaba allí porque me hizo seguir enfocándome en la parte buena de todo lo me estaba pasando –tenerlo cerca por primera vez en mucho tiempo. Él estaría en todas y cada una de las múltiples noches que tendré que pasar en el hospital de allí en adelante, y eso no solamente me daba fuerza, sino que nos ofreció la oportunidad de compartir unos momentos maravillosos como pareja. Sé que suena raro, pero así sucedió.

...Ya despiertos, y con Julio bañado y vestido, pedimos café y donas de chocolate de la cafetería. Era delicioso –un desayuno de lo más sencillo que ambos gozamos mucho sentados solos, juntos y abrazados en el mini-sofá del cuarto.

El cáncer había abierto un espacio de amor y ternura en nuestra relación, y aunque da algo de pena confesarlo, la verdad es que nada había o hubiese podido hacerlo, excepto un golpe de esta magnitud”.

Y para profundizar con ustedes lo bueno de lo que descubrí, quiero leer algo que deba estar leyendo Julio Frenk porque él lo escribió y me lo regalo como Epílogo al libro *Tómatelo a Pecho*....

Leo un fragmento de una carta y así del amor que me compartió durante los largos meses del tratamiento...

Ayer, mientras vigilaba tu sueño durante la sesión de quimioterapia, mis ojos se quedaron fijos en tu rostro. Mientras admiraba tu belleza física, mi corazón se llenó de un sentimiento abrumador de ternura hacia ti. Parecías indefensa en tu sueño y sin embargo, paradójicamente, yo sabía cuán fuerte tenías que ser para tolerar el tratamiento que estaba fluyendo hacia tu torrente sanguíneo. En un contrapunto de emociones, sentí mi propia sangre fluir hacia mi cara al percatarme de cuánto te adoro. Y al ver la solución salina goteando hacia tu vena, mis ojos se llenaron de lágrimas que emanaban del manantial interno de mi devoción hacia ti. El contrapunto se completó con el recuerdo de nosotros juntos el día anterior en Acapulco, solos ante la vastedad del océano. Me levanté para acariciar tu cara.

...

¿Cual mujer, mastectomizada o no, calva o con cabello, no se sintiera con suerte al recibir estas palabras?

### **Tercera Dimensión: Decidir:**

El proceso que viví para poder aceptar el tratamiento fue tortuoso pero arrojó múltiples decisiones que desembocaran en resultados. Es la segunda semana de noviembre del 2007. Había salido a caminar en Cuernavaca. Es el momento que da a la luz la idea del programa *Cáncer de mama: Tómatelo a Pecho*:

“Estaba inmersa en sensaciones de frustración, dolor, pérdida, confusión y, sobre todo, temor al tratamiento al cual me tendría que someter.

De repente, y así fue, de golpe, me llegó un pensamiento distinto. Empecé a imaginar la situación de otras mujeres..... Mi situación me parecía en ese momento bastante mala, pero el escenario imaginario era aún peor.

Meses después lo llegaré a expresar así: lo único peor que tener que tomar quimioterapia es requerirla y no poderla conseguir por falta de dinero

Por primera vez en mis 20 años de carrera trabajando en salud en países en desarrollo pude internalizar el terror experimentado por una paciente que no puede sufragar los cuidados y tratamientos. Pensé en una mujer con el mismo diagnóstico que yo, pero de bajo nivel socioeconómico -como es el caso de más del 50% de la población-, sin recursos, sin aseguramiento, madre soltera y jefa de hogar. Una mujer como yo, diagnosticada con cáncer de mama a los 41 años de edad, con hijos pequeños. Pero la decisión que enfrentaba ella no era aceptar o no la quimioterapia. No. Más bien, ella estaba en su casa dando vueltas en su cabeza de cómo financiar su tratamiento y cuidar a sus hijos. Y si tuviera pareja, pensar si acaso él la dejará por la mastectomía que había sufrido...”.

#### **Cuarta dimensión: Despedir**

Despedir tuvo mucho que ver con la pérdida de mi cabello y dedico varios capítulos del libro a ello:

“Sin embargo, lo que no estaba dispuesta a hacer es algo que hacen muchas pacientes: raparse. Eso hubiera sido un acto que me acercaría demasiado a los campos de concentración. Tampoco podía alcanzar la parte de atrás para cortarme los pelitos, y de todos modos me daba demasiada tristeza verme en el espejo cortándolos.

Me dejaba ante un gran dilema.

Este dilema me lo solucionó Hannah. Un día entró al baño y me alcanzó a ver sin la cachucha. Me dijo claramente que los pelitos se veían peor que nada y que porqué no me los cortaba. Le dije que yo no podía. Ella, mi hija de apenas 11 años, se ofreció. Fue por las tijeras de su clase de arte, yo me agaché, y ella procedió a cortar todo lo que quedaba. En ningún momento mostró señal de asco, tristeza, vergüenza, pena o miedo. ... era algo que Hannah, y sólo Hannah, podía haber hecho por mí.

Y fue con Hannah que yo logré tomarlo a veces ´menos a pecho´. Un día estábamos en el coche y me preguntó, “¿Mamá, me prestas tu cepillo de cabello?”. Hubo un silencio pesado por un minuto. De repente Hannah y yo empezamos a reír. Me dijo “Mamá, no lo tomes tan a pecho”. La entendí perfecto y apreció el mensaje que me logró transmitir. A veces no todo es tan trágico.

En los meses que siguieron hubo otros momentos, pero afortunadamente pocos, en que no me sentí bien. Un par de veces -insisto, solamente un par- me tuve que acostar en el día. La única persona que me podía atender era Hannah. ... tuvo un 'sexto sentido' para percatarse cuando la necesitaba a ella y sólo a ella cerca de mí.

Desarrolló una receta especial y secreta para un té de frutas.... En aquellos momentos en que me tuve que acostar... entraba Hannah con una charolita con su té especial de receta secreta, siempre acompañada por unas flores de buganvilia rosa fuerte.

Hasta la fecha desconozco que contiene este té. Me supongo que no son los ingredientes en sí, sino las manos con las cuales se prepara y el amor que pasa por el agua calentita a través de las hojas del té lo que me hace sentirme tan bien, porque me ayudaba igual olerlo que tomármelo”.

### **Finalmente, las dos vertientes de la quinta dimensión: Devolver:**

Finales de junio del 2009:

“Los tiempos difíciles acentúan los momentos buenos. Eso no implica que debe ser una estrategia de vida –no creo en sufrir para gozar. Sin embargo, cuando sufrir es lo que te toca -y en algún momento de nuestras vidas a todos nos toca sufrir por algo que sucede a nosotros o a un ser querido- te da la oportunidad de apreciar en forma única las cosas buenas que la vida sí nos da.

Si sano, esta capacidad de apreciar los momentos es algo que no quiero que se me olvide jamás. ... Es un regalo que quiero mantener para siempre. Nació de un profundo y largo periodo de miedo, dolor, sufrimiento y enfermedad y es el contraste lo que permite la apreciación.

Durante la quimioterapia me maravillaban los momentos tan nítidos cuando percibía y apreciaba las rosas naranjas en el jardín, o un colibrí en una flor.

Ahora, ya con mayor salud, en vez de sólo percibir los momentos que suceden a mi alrededor soy parte de su creación. Los puedo percibir gracias a mi alterada-yo y los puedo crear gracias a haberme re-encontrado con la salud.

Mi Papá escribió a mi Mamá un poema de amor, titulado 'Las Cuatro Estaciones', hace ahora más de 30 años. Él, sobreviviente que sabía que no

iba a alcanzar la vejez, nos dejó el siguiente mensaje y receta para convertir los momentos en una eternidad:

*...Y si muero antes,*

*Los momentos valdrán por mucho más.*

.....

*Y si no fuese a vivir,*

*Así sea un día más,*

*Como el amor es infinito,*

*Yo te amaré por siempre más.*

Llevo a Maha al parque. Corre de juego en juego y no siento cansancio. Por alguna razón inventamos un nuevo juego: ella se llama *raviolis* y yo *canelonis*. Después ella me abraza y me dice, "Canelonis, me gusta mucho jugar contigo. Mamá te quiero. ¿Mamá ya no tienes cáncer?"

Estoy caminando entre cielo, agua y arena como parte de uno de los escenarios más impactantes que existen en la naturaleza: la puesta del sol. Pero esta es una puesta especial. Como lo llama Julio, es una sinfonía de colores y un teatro de luz.

La vida me devuelve y yo devuelvo a la vida. Ahora siento que la vida es una colección de mejores momentos".

Fin de la cita y del libro.

Escribi este libro por tres razones:

Escribí este libro para ustedes, Mariana y Hannah,

para mi fortuna, sentadas aquí con nosotros. Pase lo que pase conocerán el testimonio de su mamá dedicada así a ustedes:

Para, Hannah Sofía y Mariana Havivah (Maha), las anclas que me sujetaron durante la tormenta; por los muchos momentos de inspiración, felicidad y amor que me regalan.

Escribí este libro porque siento un profundo agradecimiento con las personas que me ayudaron y la necesidad de transmitirlo a través del texto, como en el caso con Sor Mary:

...Diciembre del 2007. Salgo de la mastectomía y allí esta: "La escena en el cuarto era realmente preciosa. Sor Mary y yo, unidas de las manos y por el mismo mal, rezábamos a un solo Dios. Una economista judía y una monja católica. ... nuestras vidas minadas por el cáncer de mama, como las de muchas otras mujeres que ya no están y que, sin saberlo, también nos tomaban de la mano esa noche."

También escribí Tomatelo a Pecho porque estoy convencida -- hay mucho que se puede hacer ante esta amenaza y espero que el libro contribuya en este sentido.

Como comparto en la introducción: El cáncer de mama no discrimina. No conoce ni reconoce barreras culturales, socioeconómicas o geográficas. Las barreras de inequidad e injusticia sólo se advierten cuando hay que tratarlo.

Espero que para las muchas personas que tengan que emprender el viaje de este padecimiento o estén en la necesidad de acompañar a alguien en su viaje, este libro y la experiencia personal que relata, sean de utilidad. Más aún, espero que contribuya a reducir las enormes diferencias que existen dentro de las posibilidades de vivir con cáncer, diferencias que podemos corregir porque en su mayoría obedecen a las injusticias y desigualdades en la detección de la enfermedad y el acceso a los tratamientos.

Concluyo:

Una forma de celebrar la vida es leer un libro. Compartir los muchos momentos que toma escribirlo genera un lazo íntimo y permanente entre el lector y el autor. Agradezco a las personas que decidan establecer este vínculo y espero que esta complicidad les ayude a encontrar fortaleza ante los retos de su vida. Si eso ocurre el propósito de escribirlo se habrá cumplido.

Gracias.