

EL UMBRAL BLANCO

Historias sobre el cáncer

I Concurso Literario «Carol Angeles»

El umbral blanco

Historias sobre el cáncer



EL UMBRAL BLANCO

Historias sobre el cáncer

| Concurso Literario «Carol Angeles»

CUEVA, MARCOS

El umbral blanco. Historias sobre el cáncer/ Marcos Josué Cueva Catasús, [y 35 otros]. – Huancayo: Universidad Continental, Fondo Editorial, 2026.

ISBN 978-612-5217-12-7

e-ISBN 978-612-5217-13-4

1. Literatura peruana 2. Cuentos peruanos 3. Poesías peruanas 4. Colecciones

869.508 (SCDD)

Datos de catalogación Universidad Continental

Es una publicación de Universidad Continental

El umbral blanco. Historias sobre el cáncer

Primera edición digital

Huancayo, julio 2026

Texto completo disponible en <https://repositorio.continental.edu.pe>

© De los autores y las autoras

© Universidad Continental SAC

Av. San Carlos 1980, Huancayo, Perú

Teléfono: (51 64) 481-430 anexo 7863

Correo electrónico: fondoeditorial@continental.edu.pe

www.ucontinental.edu.pe

Depósito legal N.º 2026-08357

ISBN 978-612-5217-12-7

e-ISBN 978-612-5217-13-4

Corrección de textos: Roy Vega Jácome

Diseño editorial: Yesenia Candy Mandujano Gonzales

Cuidado de edición: Jullisa del Pilar Falla Aguirre, Valeria Alexandra Trujillo Araujo

El contenido de esta obra es responsabilidad exclusiva de sus autores y autoras. No refleja necesariamente la opinión de la Universidad Continental.

Queda prohibida la reproducción por cualquier medio, total o parcialmente, sin permiso expreso de los autores y las autoras y de la Universidad Continental.

ÍNDICE

Presentación	9
Tu palabra me da vida	11
Ganadores	15
<i>Prosa</i>	
El umbral blanco	19
Cuando el cáncer me mira	22
<i>Poesía</i>	
Existen las segundas oportunidades	29
Nominados	33
<i>Prosa</i>	
Entre sábanas y beeps	37
Aprender a respirar, de nuevo	42
En machiguenga no existe la palabra cáncer	46
<i>Poesía</i>	
Sonetos del médico de fuego	51
Participantes	55
<i>Prosa</i>	
El milagro natural	59
El dragón que habita en mí	64
Cuando el cuerpo habla a tiempo	69

La batalla de una vida: testimonio de superación del cáncer	72
Un nuevo despertar	77
Te cuido	82
La lucha de la esperanza	85
Mi vida con mis pequeños maestros	88
Érase una vez una bella margarita	92
Mi querida amiga	97
Donde la vida se aferra: dos latidos contra el miedo	101
Un cangrejo en mi vida	104
... La sombra que llegó sin permiso	108
Luna nueva	113
Melinda	120
El jardín del alma	122
Una pesadilla mágica	126
Una gaseosa helada	131
Cuando el cáncer llega a casa	135

Poesía

A tiempo	141
Anatomía de una elección	145
Incendios burbujeantes afuera de los pulmones	148
El miedo aprendió a dormirse	151
Mi eclipse	154
Abotagamiento	157
Aprendí a escuchar el cáncer en otros cuerpos	159
Un día a la vez	162

PRESENTACIÓN

Las palabras tienen el poder de abrazar, sanar e inspirar. A través de ellas compartimos experiencias, despertamos emociones y construimos puentes de empatía que nos acercan a quienes enfrentan uno de los mayores desafíos de la vida: el cáncer. Con ese espíritu nace el primer concurso literario «Carol Angeles»: un homenaje a la sensibilidad, al legado y a la pasión por la vida de la poeta Carol Angeles, cuya voz continúa inspirándonos a transformar las historias en mensajes de esperanza y conciencia.

Para Lazo Rosado Perú, la prevención también se construye desde la cultura. Creemos que cada relato tiene la capacidad de sensibilizar, derribar el miedo y recordarnos que el cáncer no distingue edades ni condiciones. Por ello, la información, la detección temprana y el acompañamiento oportuno pueden marcar la diferencia.

Este concurso reunió a pacientes que viven con cáncer, personas que han superado la enfermedad, profesionales de la salud y participantes de distintas edades, incluso la par-

ticipación de niñas y niños nos conmovió, demostrando que la empatía y la prevención también se cultivan desde la infancia.

Las páginas de este libro nos recuerdan que detrás de cada diagnóstico existe una historia que merece ser escuchada. Todas ellas son testimonios que inspiran, conmueven y fortalecen el compromiso de construir una sociedad más consciente, empática y comprometida con la prevención.

Expresamos nuestro más profundo agradecimiento a todos los participantes por compartir su talento y abrir su corazón, así como a las instituciones, aliados y personas que hicieron posible esta primera edición. Su compromiso demuestra que, cuando unimos esfuerzos, la literatura puede convertirse en una poderosa herramienta de transformación social.

Deseamos que esta publicación llegue a muchas manos y corazones, sembrando un mensaje que trascienda sus páginas: el cáncer no avisa, pero la prevención salva vidas. Que cada historia inspire a cuidar de nosotros mismos y de quienes amamos; que nos motive a escuchar nuestro cuerpo, acudir a los controles preventivos y acompañar con empatía a quienes recorren este camino.

Porque en Lazo Rosado Perú creemos que la esperanza también se escribe, la solidaridad también se comparte y la prevención siempre será el primer capítulo de una historia con más oportunidades de vida.

Susana Wong

Directora general
Lazo Rosado Perú

TU PALABRA ME DA VIDA

*Se escribe para llenar vacíos,
para tomarse desquites contra la realidad,
contra las circunstancias.*

Mario Vargas Llosa

Jueves, 30 de julio del 2025. El encargo del primer día en mi nuevo trabajo es organizar actividades por la Semana Nacional de Lucha Contra el Cáncer, que se conmemora en octubre. Todos los caminos —archivos de los años anteriores, colegas y profesionales de la salud— me conducen a realizar actividades efímeras: lo mismo de siempre, lo que nunca falla. Pero, como comunicador empedernido, estoy convencido de que cada estrategia implementada debe marcar un antes y un después en la vida de la gente, empoderar a las personas, moverlos a la acción. Levántate y anda.

A las 4:22 p. m. le mandé un WhatsApp a mi directora que estaba de comisión fuera de Lima: «he pensado en una actividad que una octubre y febrero, nuestras dos principales efemérides. Un concurso de relatos, de alcance nacional, para difundir historias de superación del cáncer». A decir verdad, pensé

que iba a quedarme en visto o, con algo de suerte, tener una respuesta negativa. Sin embargo, visualicé el doble *check* azul y luego un «Síper. Me encanta», que fue el soplo de vida de todo lo que sucedió después.

Así llegó octubre, con el concurso en el papel, uno que otro amigo de instituciones que creyeron en el proyecto, mucha voluntad pero aún más incredulidad y críticas por no seguir el camino seguro. «Tienes todo para que no salga bien», me presagiaron. Sin embargo, un día en San Juan de Lurigancho, una amiga, a la que no veía hace mucho y con quien tenía planeado trabajar una idea similar me dio el espaldarazo: «No sé cómo lo hacemos, pero lo hacemos», me dijo con un cerrito y el tren eléctrico de testigos.

Y fue así como el 21 de octubre se lanzó el Concurso Literario «Carol Angeles» en homenaje a la poeta, comunicadora, gestora cultural y paciente oncológica (aunque ella decía que esto último no la definía), que, con su obra «Instantes de vómitos y ternura» (2023), expuso con toda honestidad la vulnerabilidad humana y la crudeza del cáncer.

Ya no había marcha atrás. El certamen vio la luz y vino con su pan bajo el brazo. Hoy puedo confesar que previo al lanzamiento no contaba con premios, jurados y otra logística necesaria, pero en tiempo récord apareció gente interesada en el concurso, dispuesta a apoyar en lo que sea necesario. También, llegaron las historias de los primeros concursantes, que fue la chispa que motivó hacer todo lo humanamente posible para darles el lugar que merecen.

Llegamos al 4 de febrero del 2026. Aquel concurso que se lanzó casi en el anonimato tenía su ceremonia de premiación, con la

presencia de funcionarios públicos, académicos, representantes de empresas, organizaciones y los principales medios de comunicación del país. La sorpresa de esa noche fue el anuncio de la publicación de este libro, el premio mayor al que aspira toda persona que decide escribir: el galardón máximo que ofrecen los certámenes literarios más rankeados del Perú.

Aquella noche de verano, la formalidad se quedó en la puerta del auditorio. La ceremonia fue una de las actividades más emotivas en las que he participado: todos estaban al borde de las lágrimas, las autoridades cambiaron sus discursos por testimonios personales sobre la literatura, el arte y la importancia de cultivar el lado humano, la empatía y la esperanza para superar el cáncer y cualquier enfermedad. Las fotos oficiales dieron paso a fotos espontáneas, donde todos eran iguales y tenían un solo objetivo: demostrar que el cáncer ya no es sinónimo de muerte si se diagnostica y trata a tiempo.

Muchos especialistas e intelectuales afirman que lograr la unión entre peruanos es una tarea casi imposible. ¿Solo una clasificación al mundial de fútbol o un plato bandera pueden hacernos ir hacia una sola dirección? Definitivamente no. La experiencia del concurso literario demuestra que el interés por prevenir el cáncer y conocer historias de superación de la enfermedad es algo que nos une y de lo cual todos queremos saber, hablar y compartir.

¿Qué tienen en común alguien que vive en Lima, Arequipa, Trujillo, Cusco, Chiclayo, Madre de Dios, Huancayo y otras regiones? ¿Qué puede unir a un médico, una nutricionista, un abogado, una profesora, una química farmacéutica, una psicóloga, un ingeniero, una microbióloga, una obstetra, un comunicador, una enfermera, un empresario exitoso? Estos treinta

y cuatro perfiles hoy quedan enlazados para siempre en este libro, que reúne sus historias de vida y su ejemplo a través de la palabra, aquella que no se resigna ni se rinde ante el cáncer ni ante la adversidad.

No puedo dejar de reconocer a Essy, por creer en el proyecto desde el minuto cero; a Susana y Silvia, por su apoyo incondicional; a Gary, Chrisel y Alex, por sus consejos y por abrirme las puertas de la Casa de la Literatura Peruana; a Jullisa y Valeria, por su aporte a esta publicación; a Lucía y Sophia, por sumarse a la causa desde el lado privado; a los jurados Alessandra, Silvia y Jesús, por su sabiduría y paciencia en la evaluación de las historias; y sobre todo, el agradecimiento infinito a todos los que participaron en el concurso literario, porque su entusiasmo fue la fuerza necesaria durante los cambios de las semanas previas a la presentación de este libro.

Agosto del 2026 marca un antes y un después en la vida literaria de estos nuevos autores, se cumplió el objetivo mencionado al inicio de esta historia. Y, sobre todo, se los empoderó como voceros de la prevención del cáncer a través de su arte, de su palabra que da vida y que desde hoy también es eterna. Ahora les corresponde a ellos tomar la posta de la prevención del cáncer a través de su pluma y continuar con este legado aunque el viento sople en contra. Como dijo Silvio Rodríguez «he preferido hablar de cosas imposibles, porque de lo posible se sabe demasiado».

Martín Barrera Tello
Comunicador estratégico



GANADORES

Prosa



EL UMBRAL BLANCO

Después de los aprestos de la noche previa, tras los afeites, admoniciones y consejos, im-poluto y resignado, llevando en tu mente la última caricia de quien te ama, entrarás en la amplia sala, solo con tu alma, a ponerte en manos de Dios. Confundido y asustado, sentirás cómo te rodean y te disponen. El sordo zumbido de la luz blanquísima traspasará tu aterido cuerpo y, cuando menos lo esperes, cerrarás los ojos, vencido por la poderosa anestesia. Entonces no sabrás más de ti, y regresarás al origen.

Mientras los que te queremos nos preparamos para la larga espera muy cerca de ti, tú ya no sentirás nada. Si acaso cómo te vapunlean, inconscientemente, cómo atraviesan tu piel y el frío que te inunda, poco a poco, trastocándose en un extraño y acogedor calor. Y nada más. Mientras sobre ti se afanan, desplegando sus artes ignotas, seguros de su ciencia, empezarás a navegar por un mar de ceniza, en un plácido sueño que se parecerá demasiado a un tierno ajuste de cuentas.

Te verás niño, en un tiempo sin tiempo, en la vieja casa de Condevilla Señor. Mamá estará ahí con su dulce sonrisa, dueña de tu pequeño mundo, única soberana de tu vida hasta entonces, mimándote como nadie nunca más lo volverá a hacer, mucho antes de que te traicionara y matara para siempre tu amor escapando sin decir adiós. Sentirás los olores y sabores de la casa grande de la tía Peta, llena de primas y primos alborotadores, y verás con disgusto el rostro atemorizante del viejo tío Ramón, que parecía tomárselas contigo siempre, maldito ogro. Sabrás de dónde viene tu soledad, acunada en la cama compartida con tus hermanos en aquel dormitorio oscuro y enorme. Recordarás cómo te fascinaba el mecanismo secreto de las cosas, que te impulsaba a desbaratarlo todo para encontrarles el alma. Verás todo aquello como una Arcadia a pesar de todo, ya que fue lo que te tocó en suerte.

Verás la casa nueva, olorosa a juguete grande, que además venía con una nueva mamá, que bien pronto se cansó de pretender serlo. Y he ahí la difícil adolescencia, más ardua aun sintiéndote siempre en el medio de todo: allí decidiste para siempre guardarte tus sentimientos, aunque te hicieran sufrir. Pero sabes también que a despecho de tu mutismo e introspección te nacía del pecho una valentía sin límites y una curiosidad insaciable. Fuiste capaz de probarlo todo, aunque quemara, doliera o supiera feo, y solo así quedabas satisfecho. No había en ello ni bondad ni maldad, tan solo la necesidad vital de probarte a ti mismo. Por eso tus criptogramas, jeroglíficos, dibujos y alfabetos; tu personal manera de comunicarte contigo mismo y con el mundo. Así arribaste a la madurez, sin que nadie más que tú mismo te conociera.

Tu vida académica pudo ser más abundante, pero hiciste lo mejor posible dentro de tus posibilidades; el resto solamente fue suerte de la buena.

Hasta que te traspasó el amor, que siempre buscaste sin descanso. Y procreaste a ese par de vástagos tuyos de los que estás tan orgulloso. Tu Isabelita linda, tu Oswaldito vivaz, que te prolongarán por el resto de la existencia. Por los que aún tienes mucho por hacer, bien lo sabes.

En ese discurrir tranquilo que será para ti tu operación, verás de seguro imágenes que son fuego en tu memoria y que apenas puedo adivinar: la sonrisa de la chica linda con la que jamás te atreviste, la felicidad de la noche que te dijeron sí, la fuerza sobrenatural que te inundó al saberte padre por primera vez, la mañana fría en que Lupita subió a ese pequeño avión, la tarde remota en que supiste que mamá se había ido. Te sentirás volar por sobre todos nosotros, estarás otra vez en aquellos parajes que visitaste, reirás y tal vez llorarás en silencio al darte cuenta de que hiciste las cosas bien al cabo, que sembraste, que tienes a las puertas de tus cuarenta y cinco años a tanta gente que te quiere más allá de los lazos de sangre.

Sabrás que el buen Dios te concede más tiempo para existir, y que eso es un privilegio que se les concede a pocos: hacerlo otra vez y hacerlo bien. Estás a punto de volver a nacer, de emerger de ti mismo, renovado, para intentar lo que te faltó y que solo tú sabes, flaco querido.

Cuando abras los ojos naceremos contigo también, nos devolverás la esperanza, la alegría, la dicha simple de estar aquí. Cuando vuelvas con nosotros, estaremos ahí para ti, Javier.

Marcos Josué Cueva Catasús

CUANDO EL CÁNCER ME MIRA

Cuando cumplí cuarenta años, empecé con los chequeos oncológicos que los médicos recomiendan a las mujeres. Uno cree que es sencillo, pero no lo es. Aquella mañana, mientras esperaba que cambiara el semáforo, sentí que el corazón me latía más rápido que los motores de los autos que estaban a mi lado en la avenida.

—¿Te encuentras bien?

—Voy a un chequeo oncológico —respondí de inmediato, sin ver quién me había preguntado.

Era un anciano de baja estatura, de camisa blanca y arrugas suaves, como si el tiempo hubiera sido benévolo con él. Me miró con una serenidad que no tenía yo y dijo:

—No tengas miedo. Ten fe. Todo saldrá bien.

El semáforo cambió a verde, un viento leve rozó mi rostro y el anciano desapareció entre la multitud. Casi lloré. Qué extraña fuerza pueden tener unas palabras dichas por un desconocido. Seguí mi camino y entré a la

clínica con la esperanza de que ese viento llevara mi gratitud hasta dondequiera que él se encontrara.

Los exámenes salieron bien. «Por ahora no hay de qué preocuparse», dijo la doctora. **«Por ahora»**, pensé. Y seguí mi camino.

Llegó el 2020 y el mundo cambió; la pandemia cambió a todos. Los hospitales priorizaron a los pacientes con COVID-19, mientras el resto, los que padecían otras enfermedades, aprendían a vivir encerrados, acogidos a la gracia divina para continuar con vida. Ni siquiera se podía ir a las iglesias para rezar y aliviar el temor. Recibíamos noticias de amigos que no sobrevivieron no solo por el virus, sino por la imposibilidad de seguir tratándose de los problemas de salud que tuvieran. No había misas, no había despedidas, no había abrazos.

Dormía con miedo. Despertaba con miedo. Pero fingía fortaleza para que mi familia no se derrumbara. Y, entre todo ese caos, sentí un bulto en mi axila. Una presencia silenciosa que me observaba desde dentro.

En las madrugadas me detenía frente a la puerta de la habitación de mi hijo. Lo miraba dormir y, en susurros, imploraba: **«Dios, dame tiempo. Solo me tiene a mí»**.

En mi familia y en mi círculo cercano el cáncer había entrado sin aviso. Algunos partieron rápido, otros seguían luchando día a día, habían pasado por el quirófano, por la quimioterapia, y todos ellos tenían sus mesitas de noche cubiertas de medicamentos. La vida cambia para ellos y para quienes los amamos; es una marca y un dolor que no se borra. Así que la probabilidad para mí estaba allí, acechando.

Aun así, me gustaban mis días. Casi no enfermo, hago deporte, como sano, tengo un buen trabajo, un hijo maravilloso y un perrito que me sigue por la casa como si fuera mi sombra. Pasé por innumerables dificultades; sin embargo, siempre he sentido que Dios me acompaña y protege.

Hace poco fui a la clínica. Esta vez el diagnóstico fue **BI-RADS 4**.

—No te asustes. No es cáncer —dijo el médico—. Es solo una probabilidad. Con tus antecedentes hay que tener cuidado. Necesitas una biopsia para estar seguros.

Después de eso, su voz empezó a alejarse, como si el aire se volviera más denso. Sentada frente a su amplio consultorio, la vibrante luz se fue opacando, las palabras se disolvieron y, en su lugar, escuché mis propias funciones vitales: el aire entrando y saliendo de mis pulmones, el bombeo de mi corazón, el pulso en la sien, la sangre abriéndose camino por mis venas, el leve chasquido de mis articulaciones, sin prisa.

—¿Qué me sucede? —me preguntaba buscando una respuesta rápida.

—Estás siendo consciente de tu ser. Cada órgano, cada parte de tu cuerpo te avisa que se encuentra presente, que está allí, que está contigo —me respondió una suave y tenue voz.

En ese silencio lleno de sonidos internos, comprendí algo: **el cáncer puede mirarme, sí, pero yo también puedo sostenerle la mirada**. Y no estoy indefensa. Tengo prevención, tengo ciencia, tengo médicos, tengo fe. Tengo motivos para seguir.

Respiré hondo y sentí que mi cuerpo —mi historia, mis miedos, mi amor por mi hijo— se alineaba para recordarme que todavía no es tiempo de despedidas.

Que incluso cuando el cáncer nos mira podemos elegir **no bajar la cabeza.**

Carol Geimy Ordoñez Aquino

Poesía



EXISTEN LAS SEGUNDAS OPORTUNIDADES

El cáncer no llegó gritando.

Llegó como llegan las cosas importantes: en silencio,
en una cifra subrayada, en una mirada que evitó la mía
antes de decir mi nombre completo.

Hay cuerpos que no se rompen de golpe, se inclinan.
El mío, ese que creí conocer, aprendió a hablarme en
otro idioma: un cansancio que no dormía,
una herida que no cerraba, una ausencia
donde antes todo era costumbre.

Nadie te enseña a escuchar al cuerpo cuando
aún parece sano. Nadie te advierte
que la vida también avisa cuando decide quedarse.

El día que lo supe no fue un día. Fue una grieta.
Todo seguía en su sitio y, sin embargo,
yo ya no estaba en el mismo lugar.

El miedo no gritó. Se sentó conmigo
a respirar despacio en la sala blanca,
donde el tiempo se vuelve lento
y el futuro cabe en un sobre cerrado.

Me enseñó a contar lo que importa:
los nombres que amo, las manos que me esperan, la
vida sencilla que todavía quería quedarse.

Me nombraron la enfermedad
y el mundo perdió nitidez.
Pero no me dijeron, o no escuché,
que el diagnóstico no es un punto final,
sino una coma dolorosa y necesaria.

Aprendí a contar los días por pequeños milagros:
una mañana sin náuseas, una risa intacta,
el cabello que vuelve a
crecer como acto de
rebeldía.

Aprendí que llegar a tiempo
es una forma secreta de esperanza,
que prevenir también es un gesto de amor,
que mirarse de frente no es miedo, sino valentía.

El cáncer duele. Arranca cosas. Horas. Pedazos de calma.
Pero también revela quiénes se quedan,
qué cuerpos resisten, qué vidas no se rinden.

Hoy no escribo desde la derrota. Escribo
desde la cicatriz tibia que ya no sangra,

desde este pulso obstinado
que no pide permiso para seguir.

Porque el cuerpo no traiciona: avisa.

Y el cáncer no habla como una sentencia,
habla como una oportunidad.

Y yo, con miedo y con amor, decidí escuchar.

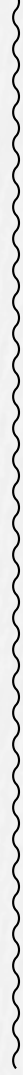
Porque hay historias que no se escriben para doler,
sino para recordar que aún es posible quedarse.

Gianella Fernanda Ugarte Farfán



NOMINADOS

Prosa



ENTRE SÁBANAS Y BEEPS

Han pasado tres días desde la última vez que habló de su deseo de morir, un remedio a la situación que ya había ofrecido antes y ofrecería muchas veces más.

Está callada, de lado, su rostro hundido en la almohada. Está frente a la ventana, sus ojos parpadean, no se mueve nada más. Está demacrada, pero sus ojos marrones oscuros no dejan de intimidar. Son su firma y expresión, son su palabra no escrita.

No ha hablado desde que llegué. Reconoce mi presencia golpeando su índice en el lugar en donde me quiere sentado. Me dejo caer donde me ha indicado. Tengo puesta la vestimenta obligatoria, el cabello apretado contra la red, la boca y la nariz cubiertas, los lentes empañados sobre la máscara.

La veo ensimismada, hurgando entre sus pensamientos y sus escritos entrelazados, inmersa en el cuento de nuestro pasado, lo que se ha vuelto nuestro único relato. No soy yo quien romperá el hechizo. Mi mano y mis dedos descansan sobre los suyos en una

transgresión amable. La vida no puede permanecer inmóvil, el silencio debe ser zanjado, de mi vientre emana un retumbar. Ella busca mis ojos, se mofa, entiende. Me hace un guiño, está contenta ahora, se arregla el mechón suelto. Gira y se pone boca arriba, dobla las piernas y las apoya sobre mí, pulsa ligeramente. Es un guion repetido: comienza con un rozar de nuestras pieles, el peso de un abrazo o un cariño acostumbrado de un rito casado. No hablamos, es una conversación visceral.

La presión palpitante de sus piernas ha dejado de ser un toque ligero, ahora insiste sobre mi espalda. Es un balanceo y un atizar repetitivo. Me empuja, me provoca y vacila, un reflejo de lo que pudiera seguir siendo.

Estamos en el lugar más inhóspito para la intimidad. ¿Es esto lo que me pide? Camina sobre un hilo fino, pero siempre está al mando y en control. Está decidida, siento el ruido sordo y el latido de su demanda. Ceñida entre la sábana, su cuerpo se delinea. Una tras otra caricia, reconozco la insistencia del idioma. Puedo rechazarla una y mil veces, negarle la cuota de calidez que busca, y alzando la voz resistir su invitación, pero ella seguirá, empecinada. El sueño que tuve a la mañana impide mi reacción natural a huir. Giro para estirar sus piernas, se lo cuento:

—Soñé que tenía dos mujeres y que las dos eran una.

Julie hace una pausa y me encara:

—Cuéntame más.

—No hay más —le digo—. Fue una especie de sueño extraño y abstracto.

Retrocede.

—Es un sueño pequeño, incompleto —dice—. Vuelve a la cama, recupera el sueño y el ensueño, y termínalo. Es un manuscrito inconcluso, como tantos, una idea, tal vez ordinaria, pero deberías trabajar en esa fantasía.

Es el vicio del oficio el que habla. Julie es profesora, es mi maestra, la teoría literaria es su enfoque y la estructura narrativa su fuerte. Y yo solo quiero vivir lejos de la hoja escrita, lejos de la cama, el sueño y el ensueño al que me dirige y urge.

Sus piernas están ahora dobladas y apoyadas sobre mí. Julie reaviva su propósito y mis pensamientos son un enredo, estoy en la habitación esperando ser interrumpido. Ella reconoce mi nerviosismo. Los crujidos y chirridos, amortiguados por la distancia y el número de puertas entre la habitación y el pasillo, desatan mis espasmos. Deja caer una pierna contra el colchón, la otra pesa suavemente contra mí. Abre sus caderas para que la manta caiga. Su sonrisa no es efusiva, solo deliberada. Estoy inquieto; mi cuerpo es un solo nervio, mi cara está acalambrada, mis nalgas se deslizan en huida. Ella mueve su mano libre para tocarse. Sus ojos me guían allí, y luego sonrío en el recuerdo de un encuentro fogoso.

—Pe-pe-pero —digo—, en rep-rep-repetición.

—Vive el momento —responde—. Esto es vivir. No te quedes estancado pensando, sométete a esto, a este instante. Sométete al ahora.

Ella me posee, siempre me poseerá. Su mano define los límites, mantiene seguro el perímetro, no hay manera de escapar, nunca la hay.

Sobre su antebrazo, una cinta circular mantiene el catéter intravenoso en su lugar. Dos líneas suben por el brazo hasta las cámaras de goteo. Paso mis dedos para alinear las vías, en riesgo de ser ocluidas. Entre los *beeps*, se escucha una voz a través del intercomunicador y una enfermera abre la puerta interna para preguntar si puede ayudar. Nos escanea y sé que ya cree en nosotros.

Sacudo la mano para acomodarme la mascarilla y cubrirme la nariz. Julie pide que no haya más interrupciones. En el rebote de la enfermera hacia la puerta, Julie la detiene para recordarle que antes de irse debe examinar su infusión y sus signos vitales. La enfermera inicia su tarea con desaprobación y dice que pedirá permiso antes de volver a entrar. Julie no parece satisfecha, pero se muestra amable y añade que solo quiere privacidad. Se miran con igual autoridad, pero Julie la ha conquistado con su tono manso. Disfruto de la manera lenta y deliberada de la enfermera. Julie me toma la mano. La enfermera arregla la vía intravenosa y con una palmadita en el antebrazo se despide. Espero el cierre de ambas puertas en silencio. Julie no muestra prisa.

—Acuéstate conmigo —me dice—, solo acuéstate. —Su tono es tenue y me dirige a la cama—.

Me acerco. Extiendo mi mano hacia las sábanas. Apoyado sobre la cama, me quito los zapatos, pero me dejo los calcetines puestos. Ella abre las sábanas para recibirme y yo me adapto.

—Esto somos nosotros y nuestro espacio, libres de lo externo —sentencia y me trae al momento. Y lo repite en un rezo ceremonial.

Me sorprenden su apetito y su capacidad sexual en esta etapa terminal de la enfermedad. ¿Dónde están los efectos secundarios de la quimioterapia?, ¿dónde están la fatiga, la náusea, el dolor? Y nunca le ha faltado amor.

Me acuesto de lado, a la defensiva, mientras ella yace boca arriba. Se esfuerza para darse vuelta y presionar su cuerpo contra el mío. Fijamos nuestras miradas, nuestros brazos se entrelazan. Me siento cómodo y recuerdo a nuestros hijos, y luego me percibo desleal con ella porque solo soy capaz de verla en relación con los niños. Aquí estamos, los cuatro, siempre enlazados, y me inquieta, quiero salirme de sus brazos, y mi insistencia rompe su agarre.

Julie está satisfecha. Nos desprendemos con una charla intrascendente. Siento que he hecho un ejercicio de caridad. Con una sonrisa autosuficiente me muestra que me ha poseído, nuevamente, y lo percibo como premonitorio. Es mi dueña y tiene hipotecados mis anhelos y eso me desarma. Me ha encandilado con el cuidado y la atención, ha hechizado mi alma y ha tomado un gravamen sobre mi corazón, pero, en nuestro siguiente encuentro, me rechaza porque vengo imaginándome a otra mujer. Me alejo cojeando y ella me dirige su sonrisa: me dice que debería trabajar en el sueño, porque en narraciones de este tipo solo hay una mujer para un buen final. Y pulsa su ambición por permanencia, vive.

Suso Zamora

APRENDER A RESPIRAR, DE NUEVO

Todos los jueves por la tarde, durante dieciocho años, bailábamos al compás de la canción que nos acompañó el día de nuestra boda. Volver a ella era una forma de recordarnos que ese amor que nos hizo decir que sí ante el altar seguía vivo, tal vez más firme que entonces. Pero aquel día fue distinto.

Fue un golpe seco contra el piso, su rodilla doblada de una manera extraña y, después, un dolor que no se parecía a otros dolores. No gritó. Me miró, como pidiéndome que mantuviera la calma. Y, obedeciendo su súplica, no lo hice: no grité, no lloré.

Pensé, como se cree siempre, que eventualmente se recuperaría, que con el descanso bastaría, que el dolor se iría. Lo que no sabía era que hay dolores que llegan para quedarse y otros que llegan para avisar.

Después de la caída vinieron los estudios. Sentí el tiempo volar y, cuando dijeron que ya era tarde, mencionaron que estaba en los huesos, que avanzaba rápido. Yo solo vi cómo el cuerpo que había bailado conmigo empezaba a desmoronarse.

Luchó a su manera, alejado de la idealización de las películas. Vio cómo estaba por irse y lo aceptó con dignidad. Una noche, en medio del dolor, me pidió que lo dejara ir. No fue una súplica desesperada. Fue una petición tranquila, como si ya hubiera entendido algo antes que yo.

Aquella petición me rompió lo que quedaba de esperanza. Aún anhelaba encontrar en él al hombre que amaba, pero ya no quedaba rastro del hombre que había bailado conmigo.

Después de eso, el final llegó sin anunciarse.

Ha sido una noche larga. Estoy cansada de llorar, la cara la tengo hinchada y los ojos me arden demasiado. Hay tanta gente aquí; solo los veo pasar uno a uno, ni siquiera distingo sus rostros.

El día comenzó tan pesado como cada jueves. Estaba agotada cuando sonó el teléfono.

Era mi hermana. Me dijo, con una voz que no reconocí: Tú te estabas yendo...

¿Qué hacer?, ¿a dónde correr? Tenía tanto miedo. Mi mundo se derrumbaba lentamente, el aire me faltaba, mi cuerpo no reaccionaba. Todo giraba alrededor mío y yo, tan débil como siempre, necesitaba de ti.

Ella vino a recogerme y fuimos a verte, pero era tarde. Ya no estabas en este mundo.

Te fuiste... Me dejaste...

¿Qué haré sin ti?

No es que no pueda vivir sin ti, es que no quiero.

Nunca olvidaré el momento en el que me dijeron que tu corazón ya no latía. Extrañamente, mi corazón roto seguía latiendo.

Seguir adelante dolía más de lo que imaginé. Cada «mi más sentido pésame» caía como una herida nueva. Todos decían que todo iba a estar bien, que era joven, que tenía una vida por delante. Yo los escuchaba y pensaba cómo explicarles que mi vida entera acababa de dar su último aliento, que no podía, o tal vez no quería seguir sin ti.

Hubo días en los que incluso la fe se volvió pesada. Llegué a pensar que Dios me odiaba. Me dolía no haberme despedido de ti aquel día, no haberte abrazado más fuerte, creer que habría más tiempo. Pensaba que, si tan solo hubiera cambiado eso, al menos habría tenido una despedida. Una sola palabra. Un gesto. Y, mientras tanto, nadie parecía entender que no se trataba de seguir, sino de aprender a respirar sin ti.

Y, en medio de este doloroso camino, hubo manos que no soltaron las mías, presencias que no exigían respuestas. Mi familia y mis amigos más cercanos me sostuvieron cuando yo ya no podía hacerlo. Y, aun en medio de la rabia, me quedé en Dios. No siempre supe qué decirle; muchas veces solo lloré. Pero fue en ese silencio donde encontré la fuerza para no rendirme, para dar un paso más cuando todo en mí quería quedarse atrás.

Han pasado ya dos años y he hecho las paces con tu muerte. Aunque mi mundo se quebró cuando ya no pude verte más, hoy tengo un nuevo mundo, nuevas ganas, fuerzas y motivos para luchar.

No soy la mujer que dejaste; soy una más fuerte. Aprendí que, aunque suene doloroso, la vida sigue, continúa. Y hoy, más que nunca, tengo sueños por cumplir: por ti, por mí, por todo aquello que alguna vez soñamos juntos.

Priscila Susana Yomona Parraguez

EN MACHIGUENGA NO EXISTE LA PALABRA CÁNCER

Viajé a Cacaotal, una de las comunidades nativas que viven dentro de la Reserva del Manu, como parte de las atenciones integrales de salud que realizamos una vez al año. El trayecto fue largo y exigente, como casi todo en la selva: horas de camino, río, silencio y verde infinito. Sabía que no era solo un viaje físico, sino también emocional.

Durante la jornada de atención, entre tantas personas que esperaban su turno, una mujer llamó poderosamente mi atención. Tenía la cabeza completamente cubierta con un chal; de él no caía ningún cabello. Estaba acompañada de sus ocho hijos, y entre ellos había dos niñas que también llevaban la cabeza cubierta con un tipo de chal que no permitía ver si tenían cabellera.

No me atreví a preguntar de inmediato el motivo. Sin embargo, alguna vez leí que para ser científica hay que ser valiente, y recordé que la salud también requiere preguntas incómodas, pero necesarias. Así que me animé a hablarles. Intenté comunicarme con la mujer, pero solo me sonreía. No me

entendía. Ella hablaba machiguenga. Insistí varias veces, buscando palabras, gestos, miradas. Finalmente, una de sus hijas, con un español sencillo pero firme, me respondió. Me explicó que, en la cultura machiguenga, cuando las niñas tienen su primer periodo menstrual, se les rapa el cabello y por eso cubren su cabeza: para protegerse del frío y de las picaduras de los zancudos.

La respuesta me pareció profundamente respetuosa de su cultura. Sin embargo, cuando pregunté por qué su madre también llevaba la cabeza cubierta, la respuesta me dejó en silencio. Esa explicación me acompañó durante todo el viaje de regreso, un viaje que dura un día entero en lancha hasta la ciudad poblada más cercana. Mientras avanzábamos por el río, una pregunta no dejaba de rondar mi mente: ¿cómo es posible que el cáncer llegue a lugares tan recónditos? Decidí revelar su nombre, recordando lo que siempre me decía mi padre: «Nómbralo, recuérdalo, y jamás será olvidado».

La señora se llama Rosita. Vive en Cacaotal con sus ocho hijos. Su esposo los abandonó. Dos semanas antes de nuestra llegada, Rosita había decidido abandonar su tratamiento para el cáncer de ovario. No lo hizo por falta de voluntad, sino porque no comprendía bien lo que los médicos le explicaban en español y porque el dinero simplemente se había acabado.

Aun así, lo que más recuerdo de Rosita es su sonrisa. Una sonrisa que parecía decir que, mientras tuviera a sus hijos cerca, viviría lo más que pudiera, sin importar nada más. Esta historia es real.

Si el día que lees esto viajas a la comunidad de Cacaotal, probablemente la encuentres a orillas del río, pescando, mientras sus hijos se bañan en el río Hierro. Allí siguen, esperando, como tantos otros, que algún día exista una cura para el cáncer.

Sarahy Arocutipa Atencio

Poesía



SONETOS DEL MÉDICO DE FUEGO

I. El juramento de fuego

En *Arequipay* ardiente, la plaga retama,
vigila el joven médico, que al dolor enfrenta;
su ciencia hiere al cáncer que atormenta,
mas cada cura exige parte del alma.

Con paso grave cruza quien proclama
que aun lo imposible el corazón intenta;
aunque la muerte al hombre atenta,
su fe renace, la esperanza encama.

Ve niños pálidos temblar de vida,
mujeres rotas, cuerpos que agonizan,
y oculta el llanto en su vigilia herida.

Mas vuelve al nosocomio donde sombras pisan,
pues jura, al ver la noche estremecida,
ser luz de fuego cuando otros agonizan.

II. La batalla blanca

La ciudad blanca escucha su batalla,
cuando en la sala ruge un sol vencido;

y el joven médico, guerrero endurecido,
al cáncer corta como a fiera canalla.

Su voz consuela, su mirada estalla,
y alienta al débil cuando está caído;
pues sabe que el valor jamás ha huido
del pecho humano que al destino calla.

A veces cae, sangra en silencio oscuro,
y duda si la vida aún lo bendice,
si tanta muerte quiebra su futuro.

Mas oye al Misti, que en la noche dice:
«Quien lucha por la vida es siempre puro,
y al fin su luz la sombra cicatrice».

III. El jardín que resiste

Bajo el jardín del Honorio Delgado,
el joven médico vela un pétalo en caída;
mas siente, grato, que en la dura vida
la fe renace en un dolor espigado.

Ve en cada enfermo un ruego acrisolado,
un soplo tenue al borde de la herida;
y, aunque la sombra ronda sin medida,
siembra un fulgor en el terreno ajado.

Surge de la tanquita un canto que persiste,
y en cada tallo herido nace un calor,
faro que guía al alma cuando triste.

Pues sabe el joven médico que vence el dolor,
cuando la vida en su raíz resiste,
y al guerrero deja a su tumor sin valor.

IV. El joven médico inquebrantable

Cuando la aurora tiñe el cielo en rojo,
vuelve el joven médico, firme y vigilante,
un héroe anónimo, pero triunfante
en cada vida que al sufrimiento despojó.

La enfermedad busca hundirlo sin cerrojo,
mas su esperanza arde flamante;
es llama antigua, noble y resonante,
que nunca cede al frío ni al enojo.

Si cae, se alza con mayor ternura,
si ríe, ofrece al mundo un gesto que acaricia
la oscura sombra de la desventura.

Así prosigue, médico en justicia,
dejando al alba eterna arquitectura
de amor labrado en fuego y en caricia.

V. Epílogo del médico que no calla

Cuando el Misti despierta estremecido,
la aurora tiñe el cielo en llamarada,
y el joven médico en su lucha consagrada,
renueva fe sobre el dolor vencido.

Él conoce del cáncer su latido,
la sombra fiel que en ciénagas se anida;
por eso, alivia el alma desvalida
y vuelve luz lo que cayó abatido.

No ansía fama, honor ni renombre;
su triunfo es ver que el padecer se abate,
que un rostro vuelve al sueño de dulcedumbre.

Así eterniza al cáncer maligno, digno combate,
donde unos mueren y otros viven en incertidumbre,
mas el joven médico arde esperanza al corazón que late.

Wilbert Francisco Calla Cornejo



PARTICIPANTES



Prosa



EL MILAGRO NATURAL

En la ciudad de Andalucía, el atardecer pintaba el cielo con tonos rojizos y cobrizos que se reflejaban en las fachadas de las casas. Las luces de los vehículos iluminaban las calles, mientras el constante sonido de los cláxones resonaba en el aire, marcando el ritmo frenético del final de la jornada escolar. Frente al portón de salida del colegio Mariano, dos policías se encargaban de dirigir el tráfico con precisión, cuidando que ningún accidente ocurriera en ese momento de alta afluencia.

Los estudiantes, llenos de alegría y energía, se despedían con sonrisas contagiosas. Algunos corrían hacia sus padres que los esperaban cerca del portón, sellando el reencuentro con un abrazo antes de subir a sus vehículos. Entre ellos estaba Gabriel, un niño de once años, que esperaba pacientemente la llegada de su madre. Al notar que la multitud disminuía, decidió caminar hacia casa. De repente, el sonido agudo de un claxon de moto lo alertó; su rostro se iluminó al reconocer a su mamá, quien buscaba un lugar para estacionar. Gabriel se subió rápidamente, abrazándola con fuerza, y juntos

emprendieron el viaje de regreso en silencio, solo interrumpido por un frío saludo.

Al llegar a casa, Gabriel dejó suavemente su mochila sobre la cama y se tiró de un brinco, cerrando los ojos para procesar el momento mientras la sombra de la noche invadía la habitación. Unos rayos de luz se filtraban desde la cocina, donde el aroma de una buena comida llenaba el ambiente. Su madre le ofreció arroz con pollo, y la familia compartió risas y conversaciones sobre la escuela. Laura, su hermana, expresó su frustración por algunas materias que consideraba poco útiles para el futuro, mientras Gabriel escuchaba atento.

Después de la cena, cada uno llevó sus platos al lavadero. Gabriel fue a su cuarto, buscó su cepillo y pasta dental, y al cepillarse notó un sabor extraño. Al escupir, vio rastros de sangre. Preocupado, cubrió su boca con papel higiénico y salió hacia la sala donde estaba su madre. Carmela revisó la boca de su hijo y limpió la sangre con telas limpias. Laura entró para ayudar. Tras unos minutos tensos, el sangrado cesó, pero Carmela insistió en llevar a Gabriel al centro de salud al día siguiente.

Al día siguiente, Gabriel se levantó temprano, se duchó con agua fría y se puso el uniforme escolar. Su madre lo apuraba para que no llegara tarde. Desayunó rápido leche con quáter, pan con mantequilla y huevos revueltos con verduras. Carmela sacó su vieja moto azul del garaje y juntos partieron al colegio. El sol brillaba con intensidad y el tráfico se movía acelerado.

Al llegar al colegio Mariano, el timbre anunciaba la formación. Gabriel bajó de la moto, ingresó y se unió a su sección. Sin embargo, poco después, su mente se nubló y cayó desmayado

al suelo. Sus compañeros Jairo y José lo levantaron con cuidado y lo llevaron a unos bancos cercanos. La formación se tornó tensa, y los estudiantes murmuraban preocupados. Los docentes intentaron reanimarlo con alcohol y ventilación, pero no respondía. Se llamó a emergencias y a Carmela. En menos de quince minutos, llegaron los paramédicos, subieron a Gabriel a la ambulancia junto con su tutora y partieron hacia el hospital.

En el hospital, Carmela esperó nerviosa mientras se realizaban análisis. El ambiente estaba lleno de llantos de bebés y la espera parecía interminable. Finalmente, el doctor Cieza salió con una expresión preocupada y le informó que Gabriel tenía dengue. Le recetó paracetamol y agua de coco por siete días, asegurándole que con ese tratamiento mejoraría. Sin embargo, tras unos días, Gabriel comenzó a toser sangre. Alarmada, Carmela lo llevó nuevamente al hospital, donde le suministraron oxígeno y una transfusión de sangre. El doctor informó que Gabriel tenía dengue hemorrágico en etapa avanzada y debía ser trasladado a un hospital mejor equipado en Las Palmas.

Carmela avisó a la profesora de Gabriel, quien organizó una campaña solidaria en el colegio para ayudar con los gastos médicos. Sin embargo, la condición de Gabriel empeoró y fue necesario referirlo a la capital para atención especializada. Carmela, agotada y preocupada, se desmayó en el hospital, pero se recuperó rápidamente.

Gabriel fue trasladado en ambulancia y avión a la capital. Allí, el médico Kanashiro ordenó nuevos análisis y, tras una evaluación, informó a Carmela que Gabriel no tenía dengue hemorrágico, sino púrpura trombocitopénica inmunitaria (PTI),

una enfermedad rara en la que el sistema inmunológico destruye las plaquetas. La condición era grave y no podía controlarse con medicamentos. El doctor recomendó que Gabriel regresara a su lugar de origen para una mejor calidad de vida.

Carmela, con el corazón pesado, organizó el regreso a casa junto a su familia, enfrentando la incertidumbre con valentía. Meses después, una mujer llamada Sofía visitó a Carmela y le sugirió llevar a Gabriel a Indiana, una comunidad en la selva amazónica donde curanderos utilizan plantas y remedios naturales para tratar enfermedades. Carmela, llena de esperanza, emprendió el viaje con su hijo y su hija.

El viaje fue agotador, atravesando ríos y caminos agrestes, hasta llegar a la comunidad, donde la curandera Estefita los recibió con amabilidad. Ella explicó que el tratamiento comenzaría al día siguiente, tras preparar los remedios más eficaces. Al amanecer, Gabriel recibió una copa con un brebaje verdoso y fue sometido a un ritual con humo de tabaco. Aunque reaccionó con somnolencia y desvanecimiento, Estefita tranquilizó a Carmela explicando que era parte del proceso de purificación.

Durante los días siguientes, Gabriel tomó extractos y alimentos tradicionales, como cuy frito, que fortalecieron su sistema inmunológico. Con el tiempo, Gabriel recuperó energía y tranquilidad. Regresaron a la capital para un control médico, donde el doctor confirmó que la enfermedad se había detenido y que Gabriel estaba sanado. La alegría invadió a la familia, quienes agradecieron la sabiduría de la naturaleza y la fe que los guio.

Esta historia es un testimonio de cómo la naturaleza, con sus plantas y curanderos, puede ser un aliado poderoso en la sana-

ción. Confiar en el bosque y sus secretos es un camino hacia la salud y el equilibrio. Que la clorofila corra como sangre nueva por tus venas y que el abrazo verde adormezca tus temores. Confía en el bosque; él siempre sabrá cómo cuidarte.

Alex Panduro Peña

EL DRAGÓN QUE HABITA EN MÍ

Soy Alegra, una niña de ocho años. Vivo con mamá, papá y Sol, mi hermana mayor (la más lista de la escuela). Vivimos en un pueblo que no está ni muy cerca ni muy lejos de la ciudad; aquí siempre sale el sol, es el mejor lugar para vivir.

Mi vida transcurría con normalidad: asistía a clases en el colegio, jugaba al baloncesto con mis amigos; pero hace unos meses empecé a sentirme mareada y, por momentos, me dolía mucho la cabeza. Mis papás insistían en llevarme al hospital, pero yo les tengo mucho miedo a los doctores, así que les dije que esas molestias eran pasajeras.

Todo explotó un día en que, de pronto, mi pierna derecha no respondía bien; sentía como si estuviera dormida, o acalambrada; dejó de responder a mis órdenes. Bajé a desayunar arrastrando mi pierna, inmediatamente mamá me subió al auto y me llevó a la emergencia de la ciudad.

Una vez que llegué, los médicos me examinaron, me hicieron caminar y fue frustrante

ver cómo no lo podía lograr. Después de tomarme exámenes de sangre, dijeron que tenía que ingresar a algo llamado «resonador». Me dijeron que solo tendría que estar quieta unos minutos, pero que, si prefería, podían dormirme; yo dije: «Absolutamente no». Soy una niña valiente, así que pude con eso. El examen no duró solo unos minutos, ¡me parecieron horas! Después de eso, nos mandaron a casa y nos citaron para el día siguiente a primera hora.

Mamá no habló mucho de regreso a casa; me dijo que todo estaría bien, que mi piernita solo necesitaba descansar unos días. Esta explicación no me convenció del todo, pero no quería preocupar más a mamá, así que asentí y traté de mantenerme sonriente.

Al día siguiente mamá y papá fueron conmigo al hospital. Me quede esperando afuera, jugando con una doctora joven que me dio *stickers*. Cuando mis papás salieron de hablar con el doctor, sentí mucho miedo. No estaban llorando, pero tampoco se veían felices, no sabría explicar qué sentí en ese momento, solo sé que me dieron muchas ganas de llorar y abrazar a mamá. Lo siguiente que ocurrió se dio de una manera muy rápida.

Nos explicaron que tenía un tumor en el cerebro, un «glioma difuso» localizado en una zona muy difícil de acceder, y que lamentablemente no podía ser operada (¿lamentablemente? ¡Eso era una gran noticia para mí! No quería que nadie me opere). Pero al parecer esto no era tan bueno como sonaba. Dijeron que me harían un tratamiento llamado «radioterapia» (algo así como con rayos láser) y que debería ir al hospital todos los días por un mes. Durante este tiempo, podría asistir al colegio, pero

ya no podría hacer deportes. Volví a casa con más dudas que respuestas, pero al menos ya había un plan trazado.

La siguiente semana volví a ir al hospital, me metieron dos veces más a esa «cámara» de rayos, planificaron cómo entrar a mi cerebro. Un día antes de iniciar terapia no pude más y consulté con Sol (mi hermana, que lo sabe todo). Ella me dijo que, con la poca información que yo le había dado, no podía descifrar el problema, pero tuvo una idea brillante: «Si el problema está en tu cabeza, ¡la respuesta debe estar en tu cabeza!». Con sumo cuidado puso mi cabeza de costado y con una lupa y una linterna vio dentro de mi cerebro, se sorprendió y exclamó: «¡Alegra, tienes un dragón furioso en la cabeza!»

Y así fue que conocí a mi dragón; fue una dura batalla entre los rayos y este ser que habitaba en mí, a veces se quedaba dormido, a veces despertaba y hacía ruido; esos días me dolía la cabeza y hasta un día llegué a vomitar. Pero, con todo y dragón, mamá, papá y Sol estuvieron conmigo cada día que yo iba a la batalla.

Al pasar de los meses, parece ser que mi dragón se quedó dormido, dejó de molestar, y mi piernita también dejó de estar cansada, incluso pude volver a correr. Si bien no me sentía como la de antes, estaba mucho mejor; los rayos láser habían funcionado.

Pasaron unos meses de paz; siempre consultaba con Sol para que vigilara cómo estaba mi dragón; se mantenía dormido. Yo aprovechaba para seguir jugando y yendo al colegio. Estuve así un tiempo, parecía que lo peor ya había pasado. De pronto, un día, sentí que mi cuerpo volvía a sentirse cansado, ¡pero esta vez era mi brazo derecho! Con todo lo que había sucedido, esta vez

fui inmediatamente con mamá y papá a contarles. Me llevaron nuevamente a la emergencia, me volvieron a meter al «resonador». Luego de eso me dejaron esperando en otra sala.

Al salir, esta vez mamá y papá no se veían asustados, me abrazaron, me dijeron que era hora de volver a casa, que poco a poco las cosas mejorarían, pero que hoy ya era hora de descansar.

Durante los siguientes meses tuvimos días buenos y días malos. Iba al colegio con regularidad, disfrutaba con mis amigos, incluso hicimos un campamento en casa. Visitaba regularmente a los doctores, la doctora que regala *stickers* también me acompañaba. Todos los fines de semana estaba con mamá, papá y Sol; siempre había un lugar nuevo para visitar. Pero, pese a todo, mi cuerpo poco a poco dejó de responder.

Un día, mi cabeza dolió más de lo normal, tanto así que empecé a ver borroso. Esta vez decidí acudir donde Sol, ya que presentía que mi dragón se había descontrolado. Sol vio dentro de mí, me dijo que mi dragón estaba muy furioso, escupía fuego y se tumbaba contra las paredes. Entendimos que era hora de volver al hospital. Una vez en el hospital, me colocaron una vía, medicación para el dolor y para las náuseas, y pude descansar.

Entre sueños, decidí que era hora de conocer cara a cara a mi dragón. Ingresé por la ventana, tuve miedo, pero yo soy una niña muy valiente. Y lo que vi me dejó muy sorprendida: mi dragón no estaba molesto, ¡estaba triste! Y lloraba mucho, tenía mucho miedo. Me acerqué a él, lo miré a los ojos, y entendí que lo que él más quería era ser libre y volver a volar. Sentí compasión por él, me vi reflejada en sus ojos. Yo también me

sentía cansada. Pensé que quizá era hora de que ambos pudiéramos volar y ser libres. No lo pensé dos veces, cogí sus cadenas y las rompí, me monté sobre él y, con una fuerza enorme, mi dragón salió volando por la ventana, ¡dejando un gran agujero! Mi dragón era igual de fuerte y valiente que yo. Surcamos por los cielos, libres.

Andrea Carolina Ochoa Fernández

CUANDO EL CUERPO HABLA A TIEMPO

A María la noticia le llegó sin estruendo, como llegan las verdades que parten la vida desde dentro. Un bulto en su mama, pequeño pero persistente, una inquietud que no se iba. Fue ella quien me buscó primero, no con un diagnóstico, sino con la intuición de que algo no estaba bien.

Yo era su amiga, pero también su obstetra. Y en ese cruce delicado entre el afecto y la responsabilidad tuve que nombrar lo que nadie quiere oír. Le dije que existía la posibilidad de una enfermedad seria, una palabra que apenas nos atrevíamos a nombrar. No como sentencia, sino como una advertencia honesta, porque postergar también enferma y el cuerpo, cuando habla, exige ser escuchado.

Desde entonces la guie en búsqueda de atención, en tocar puertas, en no aplazar lo urgente. La acompañé en los primeros pasos, cuando el camino todavía no se dejaba ver y todo parecía un territorio incierto: sala de espera, términos desconocidos, decisiones que pesaban más de lo que aparentaba.

Cáncer de mama: dos palabras («cáncer» y «mama») que quebraron una quietud antigua. Cincuenta años —edad de cosecha, no de despedida—, un miedo inmenso.

Creíamos que ese sería el desafío mayor. Pero la vida, imprevisible, no se detuvo ahí.

El dolor no llegó solo. Antes de iniciar el tratamiento, uno de sus seis hijos eligió partir sin dejar razones. Lo que quedó después fue demasiado grande para expresar, y tras los servicios funerarios pensé que María se quebraría y que el tratamiento quedaría postergado o suspendido como una promesa rota.

No fue así.

Desde la herida más honda apareció una fuerza silenciosa. María eligió vivir. Con el duelo aún abierto, atravesó el miedo, la precariedad y también la distancia. Viajó hacia una ciudad que no conocía para sentarse frente a la quimioterapia sin abandonar su rumbo.

Su fe no fue refugio fácil. Fue sustento. Dios se le manifestó en gestos humanos: puertas abiertas, alimento compartido, presencia discreta y constante. Las hermanas de la iglesia la acogieron cuando más lo necesitaba. Algunas veces viajó acompañada a Trujillo; otras, sola, con el cuerpo fatigado y la voluntad intacta.

Soportó ciclos repetidos de tratamiento. El cansancio, la pérdida, la lenta transformación del cuerpo. Pero rendirse no fue parte de su camino.

Cuando el tratamiento terminó, la vida volvió a exigirle entereza. Su hija menor enfermó. María viajó a Lima para cuidarla con la misma fortaleza con la que había sostenido su propia batalla. La acompañó hasta el final. Otra despedida. Otra ausencia definitiva.

Y, aun así, María no permitió que el dolor se convirtiera en morada. Hizo de la pérdida una raíz y, de la fe, una forma de permanencia.

Hoy el cáncer ya no habita su cuerpo. María vive. Camina como testimonio sereno de que la detección oportuna, el acompañamiento y la decisión pueden alterar el destino.

Su historia demuestra que el cáncer no fija el final ni clausura todas las posibilidades, cuando el diagnóstico llega temprano y el tratamiento no se posterga.

Es una invitación a mirarnos con atención, a escuchar el cuerpo antes del daño, a comprender que la prevención también es una forma de cuidado.

Porque el cáncer no avisa. Pero la vida, a veces, todavía nos concede la oportunidad de responder.

Alma Panta Quiroga

LA BATALLA DE UNA VIDA: TESTIMONIO DE SUPERACIÓN DEL CÁNCER

Mi vida era tranquila, estable y saludable; por eso, jamás imagine que, a mediados del año 2004, mi cuerpo comenzaría a enviarme señales silenciosas de que algo no estaba bien. El primer síntoma fue un dolor en la cadera derecha que se irradiaba por toda la pierna hasta el tobillo; aparecía únicamente por las noches, al acostarme. Era tan intenso que no cedía con analgésicos y no me permitía dormir.

Consulté en varias clínicas y con distintos especialistas en traumatología, pero durante el día el dolor no se manifestaba y cuando los médicos me evaluaban ya no sentía molestias, por lo que solo me recetaban analgésicos y terapias físicas que no solucionaban nada. Paralelamente, comenzaron a aparecer otros síntomas: pérdida de peso sin hacer dieta, ligera picazón nocturna en brazos y cuerpo, y sudoración excesiva durante la noche. Yo atribuía todo a la menopausia, sin imaginar lo que realmente estaba ocurriendo.

El lunes 3 de enero del 2005, luego de haber pasado el fin de semana con mucho dolor,

acudí a una clínica a consultar con un neurólogo, el cual, tras escuchar con atención todos mis síntomas, con mucha seriedad me indicó que debía internarme ese mismo día. Acepté sin dudar.

Las primeras respuestas

Durante la visita médica, el doctor solicitó una radiografía de columna y un análisis de sangre para evaluar mi estado general. La primera señal de alerta apareció en la radiografía: las vértebras L5 y S1 estaban destruidas, posiblemente por un tumor. A partir de ese momento comenzaron una serie de estudios: tomografía axial computarizada, resonancia magnética, gammagrafía ósea, mamografía y ecografía computarizada.

Finalmente, los estudios revelaron la presencia de un tumor con compromiso muscular paravertebral e infiltración hepática. El dolor nocturno tenía ahora una explicación clara: al acostarme, el tumor presionaba el nervio ciático, provocando aquel dolor insoportable.

Luego de la biopsia, el diagnóstico llegó con contundencia: *linfoma no Hodgkin de células grandes B difuso primario extraganglionar, con compromiso óseo, muscular y hepático, estadio IV.*

La noticia que cambió mi vida

El jefe de Oncología de la clínica me dio la noticia con mucha cautela y en pocas palabras me informó que se trataba de un cáncer agresivo del sistema inmune, que estaba muy avanzado y que sin tratamiento me quedaban pocos meses de vida y que,

aun recibéndolo, solo tenía un 30 % de probabilidades de curación. Escuché la noticia con calma, no lloré ni me alteré, solo pedí que me indicara qué era exactamente un linfoma y en qué consistía el tratamiento.

Desde ese momento, mi mente se enfocó únicamente en la solución. Pensé: «Muy bien, tenemos un cáncer. Ahora veamos qué podemos hacer para combatirlo».

El inicio del tratamiento

El tratamiento continuaría a través de mi seguro en Oncosalud, donde el médico auditor, luego de hacerme unas pruebas, confirmó el diagnóstico inicial y me indicó que debía iniciar el tratamiento de inmediato.

Así comencé mi primera quimioterapia bajo el régimen CHOP. Esa misma noche conocí el lado más duro del tratamiento: náuseas, vómitos y un cansancio extremo. Resultaba increíble cómo un medicamento capaz de salvar la vida podía, al mismo tiempo, provocar tantos malestares.

Diez días después, aún convaleciente, acudí a mi cita de control médico. Fue allí donde el médico auditor de Oncosalud me reveló una noticia que cambiaría mi destino: existía un anticuerpo monoclonal aprobado por la FDA, que, combinado con la quimioterapia, podría aumentar mis posibilidades de curación hasta un 90 %. En ese momento supe, con total certeza, que debía recibirlo. El obstáculo era que mi seguro clásico de Oncosalud no lo cubría. Solo podía acceder a él a través del seguro social, así que inicié el trámite de transferencia.

Esperanza renovada

En el Hospital Almenara fui atendida por un médico oncólogo, quien revisó mi caso y confirmó que debía continuar con el esquema CHOP más anticuerpo monoclonal, ya que venía recibéndolo en Oncosalud, esto era porque yo misma compré el medicamento para ir avanzando con el tratamiento. A partir de entonces, el seguro social lo cubriría.

Recibí un total de ocho ciclos de quimioterapia más el anticuerpo. En cada control por tomografía, se verificaba que el tumor iba reduciéndose. Tras la última dosis, había desaparecido por completo. Para asegurar la eliminación de cualquier célula residual, recibí además veinte sesiones de radioterapia.

La vida después de la enfermedad

Al ser dada de alta, regresé a trabajar con una mezcla de alivio, gratitud y una nueva forma de ver la vida. Nunca me sentí sola: mi familia, mis amigos y mis compañeros de trabajo estuvieron conmigo en cada paso del camino.

Mi agradecimiento eterno a los doctores que me atendieron; al neurólogo, cuyo diagnóstico oportuno fue decisivo; al médico oncólogo tratante, cuya dedicación y experiencia salvaron mi vida; y a los investigadores clínicos que desarrollan terapias como el anticuerpo monoclonal, sin el cual mi historia sería otra.

Mi mensaje para quienes hoy enfrentan un diagnóstico similar

Superar el cáncer es un camino duro, lleno de incertidumbre y dolor físico y emocional; pero también es un camino acom-

pañado: guiado por médicos, sostenido por el amor de quienes nos rodean y fortalecido por la ciencia y la fe.

Hoy estoy aquí para decirlo con convicción: **sí se puede**, con información, apoyo, un tratamiento adecuado y una actitud firme, la vida puede triunfar incluso en los escenarios más oscuros.

Carmen Luna Orellana Jibaja

UN NUEVO DESPERTAR

A fines del mes de diciembre del año 2021, nos llamó la atención el color amarillo que tenía mi esposo y la sensación de prurito que él refería, motivo por el cual se iniciaron las consultas médicas y los análisis, evento que fue el inicio de un cambio de vida en nuestra familia.

Pasaron los días entre consultas médicas y exámenes de laboratorio e imágenes que se requerían, informándonos el médico la existencia de un tumor en el conducto colédoco. Con las explicaciones y alternativas de tratamiento y referencias llegamos al Hospital de Trujillo.

Era el mes de marzo del año 2022. Ya mi esposo hospitalizado, lo programan para una intervención quirúrgica de Whipple, operación de mucho riesgo.

El detallar la angustia que se siente en la espera de que nos den una noticia que nos reconforte creo que lo entenderían si han pasado por una situación similar.

Días de angustia para que nos comuniquen su evolución y en espera de que me dejen

ingresar a verlo solo por treinta minutos, debido a las restricciones del COVID-19.

Todo iba bien aparentemente hasta que a la semana le indican pasar a sala de hospitalización; ya con esa tranquilidad, los familiares de mi esposo retornan a Chimbote. Quedándome yo en un hospedaje cerca del hospital para estar pendiente de él (mochito, como nos decíamos con cariño y amor).

En una de las visitas médicas hago la observación de que mi esposo estaba muy intranquilo e irritable; «él no es así». En ese momento en que estamos conversando con el médico, realiza presión en la herida operatoria, en la que se observa una secreción purulenta; el semblante del médico fue alarmante; me llamó al pasadizo y me dijo: «Tenemos que entrar a sala de operaciones».

Que el médico anestesista te diga: «Señora, firme la autorización y prepárese para lo que pueda pasar»..., lo que sentí no se lo deseo a nadie; encontrarte sola sin un apoyo emocional... Es muy difícil. Llamé a su sobrina informando la gravedad de mi esposo.

Con esta segunda intervención se iniciaron tres meses y medio de una angustia interminable; dada su condición, pasó estos meses entre UCI y UCIN.

Era interminable el transcurrir de los días; hasta que llegó el día de que pasó a sala de hospitalización.

Con la ayuda del todo el personal y las facilidades brindadas para que reciba la rehabilitación y pueda caminar, llegó el día, el 29 de junio, día del alta; luego de alrededor de cuatro meses

regresamos a casa; como se lo prometí, salimos juntos y regresamos juntos; le repetía: «No me voy a ir sin ti».

En la cita del mes de diciembre con la resonancia y la tomografía, nos dan la noticia de que tenía que iniciar el tratamiento de quimioterapia, teniendo que desplazarnos durante cuatro días cada veintiún días para recibir el tratamiento durante un año.

Ya iniciado las labores en mi centro laboral, me organizaba para poder continuar con el tratamiento de mi mochito.

En el mes de octubre acudo a un establecimiento de salud a realizarme un Papanicolaou, ya que no me lo había realizado desde antes de la pandemia; en el mes de noviembre, recibo una llamada para que me acerque para pasar una consulta y mi resultado de Papanicolaou, ya en la consulta el médico me informa que el resultado es una LEIAG y me invita a que me suba a la camilla para realizarme el examen ginecológico, manifestando el médico especialista: «Señora, ¿usted sangra cuando tiene relaciones sexuales?». A lo que respondo: «Doctor, hace mucho tiempo no tengo, mi esposo está muy delicado».

Señora, tiene un tumor en la vagina... Me quedo tan sorprendida... Y pensaba, pero René no termina su tratamiento y ahora... Pensaba en mi hija... René... En los días que nos esperan y con la constante pregunta: ¿por qué?, ¿por qué?, si René todavía no está bien.

Ya con los resultados de la biopsia de un carcinoma infiltrante del tercio inferior de la vagina y la referencia al Hospital de Trujillo, inicio nuevamente una ruta que ya conocía de consultas, exámenes médicos y de laboratorio; me hospitalizan

para una intervención, la cual me programan para el mes de marzo del 2023, ingresando a sala de operaciones, intervención que no me realizan, y me indican que debo recibir quimioterapia y radioterapia.

Es tal la situación que paso cuando siento un resentimiento, dejo de ir a misa, no hay día que no me quiebre por la situación que estoy pasando. Comienzo a recibir la quimioterapia con la compañía de mi hijita y mi mocho, en algunas ocasiones, a pesar de que él también estaba en tratamiento. Buscaba la oportunidad de que coincidan nuestras citas para evitar estar mucho tiempo en Trujillo y poder regresar a casa.

Me programan veintiocho sesiones de radioterapia, que recibo en Trujillo en la compañía de mi hermana, quien pidió vacaciones por algunos días para poderme acompañar.

El tratamiento de quimioterapia y radioterapia depende mucho de la respuesta individual de cada persona; al inicio de la quimioterapia, tuve muchas molestias, tantas que no podía caminar, efecto que doy a conocer al médico tratante, quien me cambia la dosis, tratamiento que se alterna con la radioterapia a la tercera sesión.

El ver tanta gente en la radioterapia en la misma situación que yo y las diferentes respuestas y experiencias vividas me da ánimo de seguir y cambiar mi manera de pensar; Dios nos da una oportunidad de seguir y afrontar todas las dificultades por más difíciles que sean. Pensaba: yo puedo ver, oír, caminar, respirar, tengo personas que me necesitan, mi esposo en tratamiento, mi hija, quien en esos días se encontraba trabajando en Carhuaz.

Entonces pensaba: yo estoy bien, me siento bien; si alguien me preguntaba: ¿y cómo estás?, respondía: estoy bien, me siento bien, me daba ánimos a mí misma, y sigo hasta hoy.

Para mí, cada día que amanece es un nuevo despertar, agradezco a Dios la oportunidad que me da de despertar y ver un nuevo día, mi esposo hace un año y seis meses que nos dejó, hizo metástasis al hígado y el cerebro.

Son días muy difíciles, pero sigo en la lucha cada día, continuo en mis controles a veces con el ánimo disminuido, sobre todo cuando voy a los controles y tengo que ir sola, pero a veces coincido con algunas compañeras de viaje que están en mi misma situación y me animo un poco al conversar con ellas. En mi último control conocí a la señora Asián, con quien viajamos de ida y vuelta.

Continúo trabajando y agradeciendo a Dios por la oportunidad que me da cada día con UN NUEVO DESPERTAR.

Grimanesa Lelis Linares Ruiz

Cuando escuchas al médico decir que tienes cáncer, todo lo que sigue después se ve incierto, no hay una salida inmediata, no puedes retroceder ni avanzar, solo visualizas incertidumbre y esto se siente en cada parte de tu cuerpo; pero en ese momento debes seguir escuchando lo que el médico dice, para saber qué decisión tomar ante este nuevo proceso, con este nuevo diagnóstico que ahora te pertenece.

Sales del consultorio sin poder creer lo que acaba de suceder y sientes cómo tus ojos se inundan de lágrimas y empiezan a caer por tus mejillas, cada vez más rápido, cada vez más intenso y la pregunta es: ¿y ahora?, ¿qué hago?

En ese momento todo duele, duele tanto que pareciera que uno va cayendo hacia un pozo profundo donde no hay fondo y va sintiendo cada golpe de la incertidumbre al caer.

No es fácil asimilar el proceso que vas a iniciar, no es fácil tomar decisiones, no es fácil decirselo a las personas que más quieres y es fácil sentirse solos; sobre todo por las creen-

cias que el cáncer tiene en nuestro contexto, y a veces toda esta incertidumbre nubla nuestra perspectiva y no identificamos las redes de apoyo adecuadas para sostenernos, para descansar, para sentir, para llorar.

Cuando la enfermedad ingresa a nuestras vidas trae consigo muchos cambios que no solo experimenta nuestro cuerpo, sino también nuestro día a día; ahora vas más seguido al hospital, pasas un buen tiempo en las sillas de espera, ya te conoces al personal de seguridad y estás cansada o cansado de que te tomen muestras. Y no solo eso: tus emociones juegan un papel muy importante y el miedo se convierte en la emoción más frecuente.

La mayoría de veces asociamos la enfermedad como algo que debemos eliminar, que debemos curarnos, y tienes toda la razón; pero recuerda que, mientras convives con el diagnóstico de cáncer y transitas tu día a día, también estás pasando minutos, horas, días, meses o años de tu vida; y vida solo hay una; y en esta parte uno se pregunta: entonces, ¿qué hago con el cáncer?, y la respuesta es: pues VIVIR CON el diagnóstico de cáncer.

Es como si ingresaras a un lugar que no elegiste, que no decidiste voluntariamente, pero allí estás, y no hay forma de retroceder o de negarlo, nada más te queda caminar hacia adelante, porque para atrás no se puede; seguro recibes el tratamiento médico y sobre eso no tienes control; pero la forma en la que te ves puede cambiar y desde ahí puedes darle una perspectiva diferente, desde tus ojos, desde tu vivencia, desde tu sentir, desde tus ganas de vivir y afrontar los desafíos y situaciones que se presentan en la vida.

Siempre nos dicen que podemos solos, pero no siempre, a veces necesitamos ayuda, y para esta perspectiva necesitamos un espacio para construirla, para renegar con la vida, para hacernos los miles de preguntas de por qué yo, qué hice mal, por qué ahora, identificar que tengo miedo, desarmarse ante alguien para luego volverse a armar con más fuerza, con más ganas, con nuevos elementos, o solo necesito recargar fuerzas para seguir, para vivir.

La enfermedad puede ser una puerta para construir una perspectiva diferente de la vida, nadie sabe que va a pasar, nadie sabe cuánto va a vivir o cuando va a morir, pero lo que sí podemos hacer es tener estrategias para afrontar el presente.

Puedes recurrir a tus amigos, tu familia, tu esposo, esposa, novio o novia, y también puedes contactarte con un profesional en psicología para afrontar un diagnóstico médico; sobre todo este último te puede ayudar, sostener y brindar estrategias para atravesar la enfermedad y que esta no sea la protagonista de tu vida; cuidar tu bienestar psicológico es muy importante en esta etapa; que el cáncer no te quite las experiencias de ver a los tuyos, de compartir con ellos; que el cáncer no te quite las ganas de vivir; porque, si vida solo hay una, entonces vivamos una que verdaderamente valga la pena.

Maribel Rosalia Velarde Torres

LA LUCHA DE LA ESPERANZA

Arremolinándose de un lado para el otro, el incontrastable viento, el volar de algunas aves, entreveía. Y los niños, esos que jugaban afuera y solo escuchaban, reían. Un poco de poesía, entonces, asomó a sus labios y dijo: «Qué bella es la vida».

Antes, cuando no lo hubo notado, la existencia era monótona. No había alegría. Y, si la había, no tenía fundamento. Era solo vivir por vivir sin sentir la verdadera naturaleza de la vida.

Y él se llamaba Johnson. Y era un hombre más entre todos los demás hombres de la ciudad. Nunca jamás pensó que le pudiera suceder a él. Nunca imaginó a lo que llegaría después. La vida es tan corta, ¡y tan angustiante cuando te enfermas! Un breve resuello de su pecho emergió y se recostó, preparado para la endoscopia que le iban a practicar. Su situación no era de juego. Los juegos quedaron para los niños. Ahora él vivía y sentía en carne propia la fuerza de la dura realidad. Una inusitada y terrible disminución de su peso fue lo que lo alertó primero. Después,

cuando ya no podía comer, recapacitó con brusquedad, y fue al médico. El creyó que era brujería al comienzo. Luego que era hígado graso. Al final, nunca pudieron encontrarle nada y recién consintió ver a un especialista para su mal. Una mariposa vuela y, a veces, suele caer en la red cuando ya es tarde. Y se lamenta. Lo que le dijo el doctor fue contundente: «Pruebas, exámenes, colonoscopia». El resultado: el descubrimiento de un grande bulto en su intestino que no le permitía pasar los alimentos y le hacía defecar muchas veces sangre viva por el recto. Era serio. No un juego. Se acabaron, estos. Ahora quería luchar por su vida. Nunca imaginó que el cáncer vendría.

El extraño mal lo tenía por dentro desde hacía años, pero recién vino a manifestarse en él en estos tiempos. Ahora lo ha detectado. Ahora ya lo sabe. Y veía, como empieza este texto, el traslucir de un cielo azul, donde veía algunas aves y por donde jugaban algunos niños.

Este nuevo examen de biopsia estomacal demostró que no hay daño en el estómago. Y esta óptimo. Quedó bien después de la operación que le practicaron. Fue valiente en todo momento.

¡Qué importante es, entonces, hacerse un chequeo anual completo para identificar algún mal en nuestro cuerpo que después nos pueda complicar! Y Johnson tuvo suerte. Y Johnson se movió rápido. Una vez diagnosticado, lo derivaron al Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Y allí le operaron y dieron tratamiento.

Ahora se encuentra sano.

Y ve las mismas aves de hace un rato.

Pero ya no desde una traslúcida ventana, sino desde un jardín contiguo por donde el aire lo acaricia y los niños juegan a su alrededor como una segunda oportunidad del Altísimo, quien le concedió la gracia de sanarse y recuperarse de nuevo para alegría de los suyos, familiares y amigos.

¡El cáncer puede ser vencido!

Misael Alfredo Quispe Pérez

MI VIDA CON MIS PEQUEÑOS MAESTROS

Ser enfermera en oncología pediátrica es como vivir dentro de un cuento mágico y colorido, un cuento donde la magia nace con una pequeña sonrisa o con un simple abrazo. En este mágico cuento los tomógrafos y resonadores se convierten en naves espaciales de pequeños héroes, para quienes los sueros contienen pociones poderosas. En este mágico lugar ocurren las emociones más intensas, múltiples sucesos inesperados de los cuales emergen personajes admirables por su valentía.

Cada día al ingresar al servicio siento que estoy cruzando la puerta hacia un universo donde la valentía brota de pequeños corazones dorados, donde las más grandes lecciones de vida vienen de pequeños maestros.

Mientras algunas colegas recargan sus energías con dosis de café, yo la empiezo inflando globos multicolores para poder recibir a mis pequeños maestros de vida, aquellos que siempre me regalan mágicas sonrisas, y a veces me sorprenden con preguntas curiosas.... «Enfermera, ¿cuántos litros de

poderes mágicos me pondrá hoy?». «¿Si me pone quimioterapia de color verde me volveré como Hulk?». «¿Si entro a esta máquina podré ir al espacio como un astronauta?». Son pequeñas ocurrencias que iluminan mi alma, y me animan incluso los turnos más difíciles.

Mis pequeños maestros me regalan escenas que nunca imaginé vivir: darle voz a un títere para comenzar una charla divertida, jugar con las muñecas antes de intentar canalizar, llenar el ambiente de burbujas para intentar distraerlos, hacernos caritas pintadas para celebrar Halloween, buscar los huevos de pascua, jugar a los fantasmas con las sábanas blancas y los infaltables bailes y canciones al ritmo de los acordes de guitarra de miss Tessi, una generosa voluntaria que todos los miércoles pone las notas musicales y nos alegra el día. Nunca imaginé que un pequeño *sticker* de dibujos animados o simplemente dibujar una carita feliz en el rótulo del suero sería un pequeño toque de magia puede hacer la diferencia.

Pero, entre risas, dibujos, mandalas, pegatinas de caricaturas y lápices de colores, también habita algo más grande: *la esperanza y la fe inquebrantable*, esa fuerza silenciosa que veo en los ojos de cada padre y madre. Aquellos padres que llegan al servicio con sentimientos encontrados, experimentando ira, desesperanza, angustia, y poco a poco se van dejando envolver por la magia del amor, fortaleciendo así su fe y depositando su confianza en el personal de salud, formando una alianza que combate la sombra con esperanza.

En innegable que hay momentos duros, es imposible no sentir cómo duele el corazón cuando escuchas los llantos de los pa-

cientes más pequeños que no pueden comunicar su molestia, o cuando a pesar de todos los esfuerzos la batalla se vuelve más complicada. Pero incluso en esa situación, cuando pareciera que el panorama será gris y de noticias tormentosas, aparece una sonrisa, un gesto de amor, una ocurrencia, una mirada valiente..., y es allí donde el rayo dorado del sol vuelve a iluminar, como si la esperanza volviera a renacer.

Yo inicié mi aventura en oncología pediátrica con pasos temerosos y muchas dudas desbordaban mi corazón, pero a lo largo de estos quince años recibí valiosas lecciones de vida de pequeños grandes maestros que me motivan a mejorar mis habilidades como profesional. Ya no inicio mis turnos con temor o incertidumbre, los inicio con las expectativas de ver qué gran aventura me espera día a día. He aprendido que la oncología pediátrica no es un camino grisáceo, es un camino iluminado por la determinación de quienes no conocen la maldad de la vida, pero sí la magia de seguir adelante.

Al final del día, me doy cuenta de algo: estos pequeños grandes maestros me enseñan más de lo que yo podría enseñarles jamás. Me han mostrado que la esperanza no es una teoría, es una práctica diaria. Que la alegría no es ingenua, es necesaria. Que la sonrisa es la mejor medicina y que la vida —incluso en medio de los largos tratamientos de quimioterapia— siempre encuentra la manera de florecer.

Ser enfermera pediatra oncológica es, definitivamente, una aventura. A veces intensa, a veces agotadora, pero siempre siempre llena de amor. Y, si tuviera que elegir otra vez, elegiría

exactamente este camino maravilloso. Porque aquí, entre sonrisas inocentes y corazones gigantes, encontré la mejor lección de vida, proveniente de mis pequeños maestros: *«La esperanza nace, crece y se contagia a través de quienes luchan con valentía»*.

Patricia Selmira Arteaga Llacza

ÉRASE UNA VEZ UNA BELLA MARGARITA

Érase una vez una hermosa Margarita, una dama que no solo era bella, sino que irradiaba alegría, confianza y era una fuente de amor y actitud positiva. Es así como describo a mi querida madrecita.

La vida la hizo encontrar a un ángel, mi querido padre, y en ese nido de amor nacieron seis hijos, con lo que el hogar era muy feliz. Con el pasar de los años, esos hijos crecieron e iban formando sus propias familias. La mayor, Betty, formó su hogar y Dios bendijo ese nuevo nido de amor con tres niños, que eran un gran regalo de amor y de nuevas esperanzas de vida para toda la familia, en especial para mis padres. Estos niños eran su renacer.

Era una vida tranquila con mucha alegría y sonrisas, pero un día, de pronto, al igual que esas nubes denominadas cumulonimbos, el cáncer se hizo presente en nuestra familia. Era un bulto insignificante en el cuello de nuestra Margarita, que no dolía ni picaba, pero estaba allí; fue lo que al igual que la más devastadora tormenta sacudió la paz de nuestra familia.

Se hizo exámenes de todo tipo, con mucha precisión y profundo profesionalismo. Estos llevaron a la conclusión de que se trataba de linfoma tipo no Hodgkin. La familia entera, o sea, tíos, primos y amigos, nos unimos en oración.

Fue entonces cuando nuestra Margarita le pidió a Dios que la deje ver convertirse en profesionales a sus nietos, lo hizo con mucha fe, y Dios le concedió este deseo. Cada vez que aquellos niños avanzaban en sus estudios, mientras ella seguía su tratamiento —varias quimioterapias y también radioterapias—, era una fuente de energía positiva para ella y de mucha alegría y esperanza para esos niños.

Cómo no recordar a aquellos médicos que aplicaban todos sus conocimientos para ayudar a disminuir los tumores. Aún recuerdo el día de su operación al cuello para quitar los nódulos linfáticos, el traslado a casa, su recuperación. También recuerdo a aquellas enfermeras que, con mucho cariño, cual verdaderos ángeles, cuidaban de nuestra Margarita, en su posoperatorio, quimioterapias y radioterapias. Siempre fueron muy amables; no solo era profesionalismo, era calor humano, compasión y dedicación de sus vidas al paciente.

También recuerdo a los encargados de rayos X, quienes mostraban empatía, cariño, mucho respeto. En fin, creo que todo el personal que trabaja cuidando pacientes no solo de cáncer merece mucho respeto.

No es fácil como paciente o familiar de paciente comprender que hay gente que llegó antes que nosotros o que hay casos en que de la atención inmediata depende la vida o la muerte, por eso quiero hacer reflexionar que el personal de salud son seres

humanos como nosotros, que hay muchas reglas que cumplir en las instituciones de salud y que con mucho dolor pude ver algunas veces que mucha gente los maltrataba.

Hay cánceres que por ser asintomáticos no se pueden prevenir, pero otros, como el cáncer de mama o de colon, sí son prevenibles. Entonces, invoco que se hagan mamografía y exámenes como colonoscopia con la frecuencia que los médicos de atención primaria indiquen.

En el caso de nuestra Margarita, hubo muchos éxitos y fracasos en su tratamiento, a veces los tumores casi desaparecían; otras, cual cruel payaso, volvían a aparecer. Al fin, somos criaturas de Dios y nunca dejamos de estar en sus manos.

Ella estuvo presente en el avance académico de los nietos, el final de su educación secundaria, los ingresos a la universidad y su graduación profesional. Nuestra bella dama se convirtió en fuente de inspiración, de actitud positiva y de superar cualquier problema. Con la gran valentía con que enfrentaba cada etapa de aquellas largas terapias, nos enseñó a cuidarnos y a cuidar de nuestros semejantes, a respetar a todos los seres humanos, porque no hay razas mejores, sino hombres y mujeres mejores.

A que podemos alcanzar nuestras metas y salir adelante a pesar de nuestros problemas, acompañó a sus hijos menores a celebrar sus éxitos profesionales y personales.

Un día, cuando ella ya decidió que era tiempo para descansar, partió al encuentro del Señor. Desde aquella época, es impresionante observar el gran desarrollo de la tecnología, aquellas terapias ya no son tan dolorosas y muchas veces se logra curar

el cáncer o por lo menos dar mejor calidad de vida al paciente que tiene que afrontar estas terapias.

En mi caso, tengo amigas que con éxito han superado cánceres como el de mama, el de colon, el de páncreas y muchos otros. También he perdido a más familiares con este tipo de enfermedad. Vale la pena señalar que finalmente solo Dios sabe nuestra fecha de expiración.

Siguiendo la gran lección de vida que nuestra Margarita no dejó, quiero señalar que cada día es un milagro de vida y que debemos vivir con plenitud, disfrutar de todo lo que la naturaleza nos regala; que, al igual que las estaciones del año, vamos a tener días radiantes, donde parece que no hay cabida a nada malo, pero también vamos a tener días oscuros, llenos de tormentas. Al final siempre va a haber un nuevo amanecer y la vida que a veces nos lleva a una especie de túnel, pero siempre al final va a haber una salida, donde la esperanza nunca debe morir.

Aunque ya han pasado algunos años desde la partida de mi madre, creo que, sin la ciencia, no habría habido ningún logro; por eso, las investigaciones científicas son muy importantes y debemos apoyarlas. Lamentablemente, muchas enfermedades —entre ellas, los diferentes tipos de cánceres— se producen por el exceso de contaminación del planeta, residuos de metales pesados que van a nuestras fuentes de agua, con las que cocinamos, regamos las plantas, alimentamos a los animales.

Es un problema complejo y se requiere de una buena educación no solo sanitaria, sino para crear conciencia ecológica, porque lamentablemente el afán de lucrar del ser humano a veces lo

lleva a utilizar pesticidas que son contaminantes o sustancias químicas al elaborar alimentos que nunca se deberían utilizar.

Para terminar, quiero agradecer a todas las personas que trabajan en el área de salud, desde los directores de los hospitales; los médicos, cuya labor es un sacerdocio; las enfermeras, que cuidan como ángeles; los químicos farmacéuticos; el personal de limpieza, porque evitan infecciones intrahospitalarias; el personal de rayos X, y también a los agentes de seguridad, porque muchas veces arriesgan su vida para proteger la vida e integridad de los pacientes y familiares. Dios bendiga a todos ellos.

Aurea Dina Bustinza Escalante

MI QUERIDA AMIGA

La vida presenta muchas experiencias, algunas muy divertidas y otras muy preocupantes. Entre todas las historias de vida, la más difícil es atravesar por un proceso de enfermedad, que nos coloca en una incertidumbre, no saber con claridad que pasara más adelante.

De repente un día alguien se te acerca y te manifiesta que le salió un bultito en el pecho. Es una mujer joven de treinta años, soltera, muy jovial, alegre, divertida. Nadie imagina lo que le está sucediendo, ni ella misma sabe la magnitud de lo que le ocurre. Le aconsejo que se realice un chequeo en obstetricia; no observo ni palpo su pecho.

Es un personal de salud, mi amiga y compañera de trabajo; asumo que es algo sin mayor preocupación, confío en que hará lo que le sugerí. No hago el seguimiento, me olvido de lo que le está pasando a mi amiga, y al pasar de los días se vuelve a acercar y me dice que de su pecho está saliendo un líquido y que su pezón se ha escondido. Entonces pregunto: ¿y no fuiste a obstetricia para que te revisen?, y me dice: es que tengo vergüenza, por eso no fui.

Muy asustada, le digo: ¿puedes mostrarme tu pecho?, a lo que accede. Lo que observo me asusta terriblemente: veo un pezón hundido y una secreción sanguinolenta saliendo del pecho de mi amiga. En ese momento me doy cuenta de que no le di la debida importancia cuando se acercó la primera vez y me dijo que se había encontrado un bultito en su seno. Había confiado en mí y yo no le di la importancia que tenía. ¿Ahora?, ¿qué vamos a hacer...?

Nos vamos al hospital más cercano. Pasa la consulta con ginecología, la revisan y nos indican ir al Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, al cual acudimos inmediatamente. Después de realizarse varios exámenes, nos dicen que se encuentra con cáncer a la mama y que se requiere hacer la operación para retirar la mama, que se realizará la quimioterapia y la radioterapia.

Mi amiga se siente terrible emocionalmente y yo no sé qué decir, sinceramente en ese momento se requiere mucho valor para aceptar lo que está ocurriendo y, sobre todo, el proceso por el que hay que pasar en el afán de recuperar la salud. Sin embargo, con mucho optimismo acepta seguir todas las indicaciones para cumplir con el tratamiento propuesto.

Es difícil enfrentar a la familia, que se encuentra muy involucrada en este tipo de dificultades. Es un problema físico, psicológico, espiritual, económico, un querer saber porque le pasó precisamente a ella una dolencia como esta.

Pero, a pesar de todo, existe una esperanza, una razón para continuar, aún hay muchas cosas por hacer y esto da la fuerza necesaria para enfrentarse a todo; aunque nos invade la tristeza, tenemos que seguir. Hay que dejar el trabajo para dedi-

carse al tratamiento. Mi amiga debe prepararse para el primer paso, que es la cirugía; no es tan fácil aceptar que te quitarán una parte de tu cuerpo.

Se realiza la cirugía. Mi amiga cae en depresión por la deformidad de su cuerpo, no desea ver a nadie, niega que la visiten, conversamos muchísimo, hasta lograr que acepte que hay formas de ocultar lo que pasa. Entonces buscamos una prótesis externa, para que no se note, para que no sea visible a los demás y ella pueda sentirse bien. Al principio no es tan fácil acostumbrarse, pero poco a poco se va haciendo aceptable.

Luego viene la radioterapia. El cambio de color en la piel le preocupa, pero conversamos que eso solo ella lo ve, solo ella lo sabe, nadie lo notará, su mayor preocupación es que los demás lo noten. Poco a poco va superando esta fase.

Después, la quimioterapia, para mi amiga, es la parte más difícil de aceptar, ya que, además de mucho malestar, náuseas, vómitos, inestabilidad, se acompaña de la caída del cabello y los vellos; te ves distinta y piensas mucho en cómo te verán los demás, como se logrará que los demás no te vean sin cabello; si te pones una pañoleta eres muy evidente; es necesario buscar una peluca, del color similar al de su cabello y más o menos el corte que usualmente usaba para sentirse bien. La sintomatología poco a poco va pasando, mientras el cuerpo aprende a tolerar los medicamentos.

Al pasar del tiempo, el cabello empieza a brotar nuevamente y mi amiga se va sintiendo más segura.

Finalmente, la alegría de escuchar a los médicos que estás restablecida en tu salud y que puedes continuar con tu vida.

Ver a una persona restablecida física y sobre todo emocionalmente, con muchas ganas de seguir viviendo, que retorna después de muchos meses al trabajo y que sigue impartiendo su alegría y ganas de vivir en su trabajo cotidiano. Sientes que hay una nueva oportunidad.

Valió la pena enfrentarse a tantas dificultades, y poner en todo momento la fe y la esperanza en que todo pasaría y volvería la tan ansiada salud.

Si bien es cierto que como personal de salud recibimos, tal vez, más información que los demás, a veces creemos que este tipo de enfermedad no nos tocará.

Y, a pesar de haberse realizado el autoexamen de mamas, mi amiga no acudió prontamente al especialista, y los que estábamos a su alrededor no nos dimos cuenta de la importancia de lo que había descubierto en su cuerpo y se dejó pasar un tiempo importantísimo, que retrasó el inicio del tratamiento y que pudo poner en mucho más riesgo su vida.

Por eso, cada día debemos meditar sobre la importancia que tiene realizarse chequeos anuales, de hacernos un autoexamen, que pueda ayudarnos a descubrir tempranamente una enfermedad tan peligrosa como es el cáncer y, sobre todo, de acompañar a quien pasa por este proceso, tan difícil de superar. No dejemos solas a nuestras amigas y amigos.

Tu amiga Mayin.

Magdalena Gladys Sánchez Fernández

DONDE LA VIDA SE AFERRA: DOS LATIDOS CONTRA EL MIEDO

Dios me bendijo nuevamente con el don de ser madre. Mi alegría era inmensa; siempre quise darle un hermano(a) a mi hija mayor. Quizá porque soy hija única, anhelaba que ella tuviera a alguien con quien compartir, crecer, reír y llorar; alguien en quien apoyarse tanto en las buenas como en las malas. Sin embargo, no imaginaba que la vida me pondría frente a la prueba más difícil.

Siempre fui una persona llena de energía, pero durante este embarazo me sentía extrañamente agotada. Creí que era normal; después de todo, ningún embarazo es igual a otro. Me dolían los senos, pero los médicos insistían en que era parte del proceso. Hasta que un dolor punzante me obligó a explorarme. Fue entonces cuando lo sentí: una piedra del tamaño de un limón.

Mi cuerpo se convirtió, de la noche a la mañana, en un mapa de contradicciones. Mientras en mi vientre se tejía el milagro de una existencia nueva, en otra parte de mí, unas células decidían ir a contrarreloj. Llevaba conmigo el inicio y la amenaza, la prima-

vera y el invierno, todo ocurriendo bajo la misma piel. En ese momento entendí que ya no luchaba solo por mi salud; éramos dos latidos desafiando a la sombra.

Había pedido tanto a la Virgen María y a Dios que me enviaran un angelito para completar mi familia que, cuando el diagnóstico llegó, sentí que me arrancaban de las nubes de golpe. El dolor, como un rayo, tenía nombre: carcinoma de mama grado III asociado a la gestación. Mis hormonas, las mismas que daban vida a mi bebé, me estaban atacando. Lloré con la desesperación de quien no sabe si carga una bendición o un castigo.

En medio de la ansiedad, el pensamiento de mi hija mayor me inundaba. Me aterraba perderme su adolescencia, sus primeros amores, su crecimiento. Yo quería un bebé, pero nunca imaginé que aquel «cangrejo» vendría también en el paquete. ¿Cómo era posible que la vida floreciera con tanta fuerza justo cuando la muerte llamaba a la puerta?

El tiempo jugaba en mi contra. «Embarazo y cáncer no son compatibles», decían algunos. Mientras mi bebé crecía, el tumor también lo hacía, alimentado por el mismo torrente hormonal. Mis opciones eran desgarradoras: interrumpir la gestación para realizar pruebas de metástasis o iniciar quimioterapia en el último trimestre, esperando que fuera seguro para el bebé. Decidí resistir.

A las treinta y cinco semanas de gestación, con sus pulmones maduros y el peso adecuado para su edad gestacional, mi bebé nació. Yo deseaba amamantarla, sentir esa conexión, pero me tocó cambiar el pecho por la quimioterapia, pues los ganglios ya estaban comprometidos. Fue una lucha agotadora. Aunque

uno diga «no tengo miedo», la verdad es que el miedo me habitaba. «No las traje al mundo para dejarlas solas», me repetía como un mantra.

El tratamiento fue una montaña rusa de incertidumbre. En la sala de quimioterapia, escuchaba otras historias, pero ninguna era como la mía; mi cáncer estaba ligado a la vida que acababa de nacer. Después de ocho sesiones, mi tumor seguía allí, grande, desafiante, mientras que a otras personas les desaparecía. Me sentía contrariada, pero seguí adelante. Tras dieciséis sesiones de quimioterapia, llegó el momento de la operación; se planteó mastectomía total. En los pasillos otras pacientes hablaban de garantías y de cirugías preventivas, como retirarse ambas mamas, para evitar que el cáncer regrese, pero mi cirujano fue honesto: no hay garantías absolutas, solo fe y constancia.

La operación fue un éxito. Hoy, al recordar aquella angustia, el cuerpo me tiembla y no puedo evitar llorar, pero entonces miro a mi pequeña. La veo reír y abrazarme. A pesar de que no pude darle de lactar, cuando me abraza, busca mi pecho y me dice con ternura: «Esta es mi teta, mamá». Sus palabras me llenan de lágrimas de felicidad.

Miro al cielo y agradezco. Mi bebé fue el angelito que me salvó; gracias a ella, me dieron atención oportuna, algo que algunas no tienen la suerte de tener. Hoy puedo abrazar a mis dos hijas y decir con el alma llena: «LO LOGRÉ».

María Isabel Farfán Díaz

UN CANGREJO EN MI VIDA

Los cangrejos de arena o llamados «carreteros» abundan en nuestras playas de Talara. Es hermoso caminar o correr entre ellos y no alcanzarlos porque, aparte de ser muy veloces, excavan túneles en diferentes direcciones. Sin embargo, una mañana muy soleada, uno de estos carreteros llegó a nuestras vidas. Sí, tal como lo digo, llegó a nuestra familia.

Fue un sábado supercaluroso como todos los veranos en Talara, pero lo curioso es que estaba en Lima, «sola», sin los niños ni adultos que pregunten cómo era posible tal suceso.

Había leído que estos cangrejos también son llamados cangrejos fantasmas, por eso no tuve miedo porque, así como aparecen, desaparecen.

Me acerqué sigilosamente y, ¡wow!, en vez de yo cogerlo, él me atrapó. Este pequeño cangrejito tenía diminutas y persistentes pinzas que se aferraron a mi vida y, junto a otros cangrejitos, se sujetaron a uno de los órganos encargados de proveer la vida: la mama. ¿La mama? Sí, el seno, teta o ubre, como es llamada en el reino animal.

Descubrir a este cangrejito fue una verdadera odisea, ya que se tuvo que utilizar un arpón guiado por ecografía para localizar a cangrejos no palpables de forma manual.

Generalmente, los cangrejos se detectan porque se sienten como pequeños bultitos y es ahí donde se encienden las alarmas, pero cuando la mama es muy densa, como las orillas de nuestras playas, en donde entre la densidad de su arena se esconden los más diminutos cangrejos carreteros, es necesario utilizar otros procedimientos como una mamografía, una resonancia u otros métodos. (Todo esto bajo las prescripciones de un mastólogo, que es el especialista en mamas.) Ubicado el cangrejo, se realiza una biopsia, que consiste en extraer una muestra de tejido mamario para ser analizada en un laboratorio. En mi caso, se realizó una cuadrantectomía.

Este pequeño cangrejito y sus amigos, junto a todas sus familias, iniciaron una larga carrera cuya partida o etapa uno fue la mama. Estar en etapa uno es que el cangrejo solo se queda allí, no avanza más; pero este cangrejito facineroso¹, como decimos los piuranos, no se quedó quietito, sino que avanzó a la etapa dos y se expandió a algunos ganglios linfáticos de la axila.

Gracias a taita² Dios y a la mamita María que este cangrejito no continuó a la etapa tres, pues se habría apropiado de los veintitrés ganglios y comenzado a adherirse entre sí o al tejido circundante. Mi taita tampoco le permitió llegar a la meta final o cuarta etapa, que significaría que ellos no solo se adueñaran de la mama, sino que se propagaran a los pulmones, hígado,

1 Facineroso: bandido, travieso.

2 Taita: papito.

huesos u otras partes del cuerpo, convirtiéndose en una metástasis. Tomemos en cuenta que, así como los cangrejos junto a sus familias se apoderan de nuestras playas de manera silenciosa y escondiéndose entre la arena o las rocas, del mismo modo esos «otros cangrejos» ingresan a nuestros hogares, invadiendo nuestro cuerpo y apagando poco a poco la vida de uno y de muchas familias en nuestro Perú. Por ello, es importante que toda mujer se haga su autoexamen tres o cinco días después de su menstruación para que así se pueda detectar a tiempo algún «bultito» o cambio en la mama.

Según sea en qué etapa haya llegado el cangrejito, gracias a taita Dios, existen superhéroes llamados oncólogos, que son los expertos en la lucha contra diversos cangrejos y determinan qué procedimiento ejecutar. Algunos optan primero por realizar una cirugía y luego las quimioterapias y, si es necesario, algunas radioterapias, que son como rayos fulminantes del cielo para poder frenar la multiplicación de cangrejitos a otras zonas, para «sellar» su ingreso y ya no vuelvan aparecer más.

Una mastectomía total de mi mama derecha más disección axilar fue el primer paso cuando ya se tenía la certeza de una neoplasia maligna. Los caminos de esta vida me llevaron a consulta con un capo en la lucha cangrejal. El doctor H & G, junto a todo un equipo, ya tienen muchos años combatiendo con diversos tipos de cangrejos, en donde estadísticamente somos las mujeres con tasas más altas de cangrejitos. Así como el doctor H & G, en el Perú existen muchos héroes silenciosos que luchan día a día con nuevas variedades de cangrejos, pero tristemente no existe la cantidad suficiente de especialistas para

combatirlos, por lo que muchos pacientes tenemos que viajar a la gran capital.

Caminos distantes, largas filas, habitaciones frías y miedos escondidos son el día a día de muchas personas «atrapadas por estos cangrejos».

Un 15 de enero del 2022 fui diagnosticada con cáncer de mama en etapa dos y, a partir de esa fecha, empezó mi lucha; pero, sobre todo, creo que empecé la etapa de reafirmación de mi fe, de convicciones y una actitud de reconocer que la vida es un milagro y un regalo que se nos da día a día, y que solo tenemos que mirarla con ojos «limpios», con ojos llenos de amor y gratitud por cada soplo de vida, por cada persona que se conecta en ella y nos trae un mensaje.

La prevención y la actitud que tomemos frente a esta enfermedad son un arma eficaz que debemos promover. Unidos: familias, amigos y sociedad, podemos hacer frente al cáncer, porque este no avisa.

María Mercedes Gómez Alburquerque

... LA SOMBRA QUE LLEGÓ SIN PERMISO

... Hubo un tiempo en el que la vida parecía prepararnos para el mañana, tan cierto era... o al menos eso creíamos. Hasta que, sin previo aviso, una sombra se instaló en nuestras vidas y nos recordó que hay noticias que no piden permiso y nos cambian la forma de entender la vida.

Era una noche de aguacero, triste Navidad la que vivimos, marcada por el silencio y la incertidumbre. A pocos días de celebrar la llegada del Niño Jesús, llega la noticia menos esperada, esa que no pide permiso. Esa que, al instalarse en tu mente, hace que el primer pensamiento sea «dejar de vivir» o, mejor dicho, morir. Suena duro, pero así se vivencia cuando el diagnóstico le toca a un ser querido, a una amistad o a un paciente.

... Ni la lluvia de antaño logró mitigar el dolor que nos tocó vivir. Un dolor que consume energía, células, tejidos; que avanza silenciosamente, destruyéndonos poco a poco, faltando la determinación y valentía para enfrentar en un primer momento.

Eran las vísperas de Navidad del año 2015. Mientras que muchos corrían por hacer sus últimas compras navideñas, otros coordinaban donde pasarían la Nochebuena. A nosotros nos tocó recibir la mala noticia, la menos esperada, y más aún cuando se trataba de una de las personas más importantes de nuestras vidas. Hasta el día de hoy la llevamos en el corazón con mucho amor: «MI MADRE».

Aquel día el especialista mencionó sin rodeos que aquellos signos y síntomas —sangrado por el recto, picazón, estreñimiento frecuente, sumado a una colonoscopia que evidenciaba un tumor— apuntaban a una neoplasia o cáncer, en el que el especialista indicó llevar la muestra a patología, aunque para él el diagnóstico era claro. Sin embargo, como suele ocurrir, nos aferramos a la idea de un error, de una confusión y que, al solicitar un nuevo examen, pueda cambiar el diagnóstico. Nos cuesta aceptar en un primer momento, se exclama a Dios y a la vez nos cuestionamos diciendo por qué a ella. Pero, con el paso de los días, el panorama se aclara y solo queda resignarnos a la idea de tenerla con nosotros hasta que Dios disponga.

Mirando en el pasado, entendí que parte de este diagnóstico tuvo su origen en la falta de prevención oportuna y de hábitos saludables: alimentación adecuada, actividad física, no consumo de alcohol y, sobre todo, los chequeos preventivos.

Luego de la cirugía para extirpar el tumor, siguió la radioterapia; posteriormente a ello, continuaron los controles periódicos. Sabíamos que el cáncer no siempre se erradica por completo y que la recidiva puede aparecer tras una etapa de aparente calma.

Pasaron los años y aquello que parecía lejano se tornó cercano con la llegada del 2020 y la pandemia. Las restricciones impidieron que mi madre continuara con sus controles periódicos, por ser una paciente vulnerable. En noviembre comenzaron los dolores intensos, cólicos que la hacían retorcerse. Al verla, parecía que el tiempo se hubiera acelerado. Mi miedo era abismal; solo atiné a buscar ayuda médica y tratar de estabilizarla, mas luego indicaron hospitalizarla. Al día siguiente el dolor disminuyó, pero su respiración empezó a fallar. Un día más y la noticia que nadie quiere escuchar pronto llegó: mi madre pasó a otra vida luego de que su cuerpo se convirtiera en un objeto metastásico.

Esto nos llenó de impotencia, las preguntas sin respuesta, la negación y el llanto inesperado reflejado en tristezas y sollozos. Por un lado, la resignación de saber que, en donde esté, estará libre de dolor y sufrimiento; por otro lado, el vacío inmenso de su ausencia. Aquella madre que enfrentó la realidad y luchó hasta el último suspiro. Guardo su memoria en el fondo de mi corazón.

Cuando solo albergábamos la muerte de mi madre como un suceso inesperado o una herida abierta, llegó el 2022 y, con él, mis malestares. Una endoscopia y biopsia arrojaron resultados anatomopatológicos compatibles con cáncer. Sentí que el mundo se me derrumbaba. Sentí mucho dolor, se vino la imagen de mi madre y todo lo que ella vivió, lloré hasta agotarme, luego tomé una decisión: *hoy permítete llorar todo lo que puedas, pero mañana sales al Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Que sea lo que tenga que ser.*

Viví casi un año entre exámenes, dudas y esperas. Cada cita traía la misma pregunta silenciosa: ¿será la última?, implorando a Dios

que sea él quien tome la determinación. Tocó experimentar citas espaciadas, colas interminables, madrugar, ver a niños y adultos enfrentar esta enfermedad con o sin metástasis, algunos en recidiva, otros con estadios avanzados, incluso dormir a las afueras del hospital, junto a quienes llegaban de provincia. Cada historia era distinta, pero el enemigo era el mismo.

Un día, mientras me dirigía a mi cita médica, observé un mural sobre la fe y la religión y otro sobre la psicología. Comprendí que ambas áreas cumplen un rol importante. El resentimiento, el enojo y la cólera desequilibran el cuerpo. Mientras más emociones negativas albergamos, más daño interno generamos. Por otro lado, si la mente no está equilibrada, también conlleva un desequilibrio celular. Entendí que debía perdonar, soltar y liberar aquello que permanecía en mis células. Busqué paz y empecé a ver la vida con optimismo, teniendo como referente la fortaleza de mi madre. Pasaron los días y los meses, hasta que un resultado final de endoscopia y biopsia decía: *úlcera en proceso de cicatrización*. Sentí que mi alma volvió a su lugar, Dios me concedía una oportunidad.

En el año 2023, otra noticia golpeó a la familia: una prima materna fue diagnosticada con cáncer terminal de páncreas con metástasis pulmonar y cerebral. Tras una larga agonía, pudo descansar en paz. No fueron las únicas. A su historia se sumaron la lucha silenciosa de una tía materna y la batalla milagrosa de una amiga. Es duro atravesar pérdidas que no se buscan.

Como personal de la salud, asocié el dolor de los pacientes con el dolor familiar, especialmente en los estadios terminales, generando dolor, tristeza e impotencia. Una reflexión se impone: la agonía rápida es menos cruel que una agonía lenta o prolongada.

El cáncer atraviesa fases: aceptación, dolor, nostalgia, luego de aceptar queda afrontar lo que tenga que venir. Tratamientos indicados según el estadio. En este punto surge el miedo, nacen esperanzas y, en otros, pesimismo. Algunos mencionarán de calidad de vida: «Que disfrute de la vida». No distingue género, edad, no resalta la condición económica, física; simplemente llega por falta de una prevención adecuada, de un diagnóstico oportuno y de un tratamiento adecuado, incluyendo políticas de salud. «... *Pero la verdad me quedé sin tinta en la pluma de mis pensamientos...*».

En el presente, soy una persona con discapacidad a raíz de un accidente de tránsito. La vida me obligó a mirarla desde otro ángulo, y el cáncer no es ajeno a esa mirada.

Y en estas últimas líneas lo afirmo con convicción: la prevención es el pilar fundamental en esta sociedad, de la mano de políticas de salud que protejan la vida. Porque el cáncer llega sin permiso como una sombra, pero la conciencia, el cuidado y el amor pueden cambiar el final de la historia...

Tatiana Evelin Huamán Sarmiento

Poema: «Querida Mariposa»

Te agradezco por haberme acompañado durante todos estos años

Te agradezco por haber sido parte de mis emociones con esa forma mariposa que te caracteriza, llena de color, con mucha vitalidad y sueños

Te agradezco por haber regulado las funciones de mi cuerpo

Te agradezco por haberme acompañado en los momentos más difíciles enfrentando una cirugía cardíaca

Te agradezco por haber sido parte de muchas situaciones logros, tristezas, alegrías y todo lo que implica ser yo misma, solo hasta el día de hoy me acompañarás lamento dejarte y desprenderte de mí

Te quiero conmigo, pero me duele tener que dejarte por que estás enfermito, y no puedo tenerte en mi vida porque quiero seguir viviendo, tengo muchas cosas que compartir, lograr y ser

Te agradezco con amor, sé que de ahora en adelante sin ti las cosas cambiarán

Pondré todo de mi parte en tu ausencia, estoy de duelo conmigo misma porque una parte de mí se va, pero también tu ausencia será una esperanza de vida que aprenderé a adaptarme aprenderé a vivir sin ti de hoy en adelante y para siempre te digo adiós

Luna menguante (Cómo ser valiente...)

En un abrir y de cerrar de ojos yo me preguntaba cómo ser valiente, cómo enfrentar esta situación, mi mundo había girado 360 grados su destino, me llamó la doctora: sigue usted, adelante, pase... sentí cómo el cuerpo se me erizaba, por un momento no escuché nada a mi alrededor más que sus labios pronunciando la palabra CÁNCER, pasé saliva sin entender nada, ¿en qué momento?, ¿cuándo?, ¿por qué?, debe existir un error, ese día me había enterado del cáncer de tiroides con metástasis, salí del consultorio desorientada, papá y mamá no estaban, me sentí sola contra el mundo y en el medio una palabra llamada CÁNCER, era urgente una cirugía y perder la tiroides, o este avanzaría más, hacía tres años me había operado del corazón, ¿que más me esperaba?, que alguien me pueda responder, ¿y ahora qué hago??

Era un sueño de mal gusto, una pesadilla de esas largas, con capítulos, así viví durante toda una semana, ¿qué pasó seguir?, inhalaba y exhalaba, mi ejercicio de toda la semana, pasar noches llorando, ansiedad, depresión, sentía que me había muerto en vida, el temor era mi mayor enemigo, amanecía con los

ojos superhinchados, despertar de esa noche de INSOMNIO, alistarme y tener que ir a laborar como todos los días, el mundo no paraba, continuaba girando, PERO ¿YO? MI VIDA SE HABÍA PARALIZADO, el otro paso era comentar a la familia porque entendí durante esa semana que este proceso no era bueno llevarlo sola, bastaba con la noticia de mal gusto que había recibido esa mañana, entendí que pedir ayuda no es malo porque debemos normalizar que no siempre vamos a poder con todo, somos mortales, y pensaba cuánto tiempo me quedaba, estaba indecisa si continuar con el tratamiento, la cura, o dejarlo ahí, me otorgué el permiso de tres días para decidirlo, sabía que iba a perder el trabajo por los permisos continuos, me invadía el temor en cada examen que daba, el miedo era perder mi tiroides, aquella mariposita del cuerpo. Tener que recién conocer y valorar su existencia en mi vida, tan pequeña pero tan poderosa, así mismo se venían biopsias, exámenes tras exámenes, la evaluación cardiológica que no se pudo dar, igual no pudimos esperar solo con un examen superrápido que nos asignó el hospital INEN, aquel donde iba a realizarme la cirugía, no podíamos esperar más tiempo.

Llegó la hora de internarnos, mis padres llegaban de la ciudad de Ica, en camino solo estaba mi héroe sin capa y espada, pero sí con mucha esperanza, como yo lo llamo, siempre en cada cirugía estaba ahí él presente, mi papá, escribiendo estas líneas recuerdo que un día antes de la cirugía yo estaba presentando el último evento presencial que había organizado en la organización de jóvenes que lideraba como presidenta nacional, esa noche entendía que era mi último evento presencial, cuando culminó este evento se acercó a mí un caballero delgado, se

presentó, era don Antonio, guardián y encargado de limpieza, me felicitó, se había dado cuenta de lo mal que me sentía y me preguntó qué sucedía, respondí a ello: «Mañana me van a intervenir en una cirugía, tengo cáncer a la tiroides», don Antonio me brindó su mensaje de aliento, esa noche solo me quedaba esperar con temor y esperanza.

Luna creciente

Llegó el gran día, un 21 de mayo del 2023 me interné, en realidad debía esperar dos días más, hice nuevas amistades, tenía mucho miedo, se habían escuchado rumores de que no todos salían bien, algunos debían recuperar la voz, otros no podían sentir el rostro, mientras yo esperaba en mi camilla tratando de ser fuerte con aquella sonrisa que me caracteriza, esta vez sentí que no podía mentir más, así que rompía en llanto porque me dolía perder mi tiroides, una parte de mí se iba, y no porque estaba mal, él estaba funcionando bien, se iba porque a su alrededor había una célula cancerosa, iba a contagiarse, y esta había hecho metástasis, debían hacerme un corte en el cuello, hasta la altura de la oreja, no me imaginaba estar con dos cortes más: 1) en el pecho por una cirugía cardíaca y 2) en el cuello por un cáncer papilar, sé que estáticamente no iba a estar bien, pero no sabía cómo mi cuerpo iba a responder esta vez, esos dos días internada tuvieron que evaluarnos, tenía que hacer ejercicio de aspiración para los pulmones por la entubación, traté de comer todo lo que me daban porque no sabía si después iba a poder disfrutar, también esperaba a papá, era el único familiar que venía desde provincia, ya que yo vivía

sola en esta ciudad de Lima, y me había venido para cumplir mi sueño, como joven, después de haberme autoeducado, mi carrera profesional, llegar a una ciudad que desconoces y hacer patria, pero no sabía que iban a presentarse adversidades como salud, economía, alojamiento, hasta dónde había llegado, unos dos años atrás yo pisaba el INCOR, me costó recuperarme y luego volver a una camilla, nuevamente con sondas y agujas en las manos, parches en el cuerpo, con ese sonido de un aparato que te acompaña toda una noche sintiendo tu latido cardíaco, todo ello recordaba y me ponía a pensar en esa camilla qué sería de mí y qué vendrá luego.

Un día antes de la cirugía me invadió el temor, realmente no quería perder la tiroides, pero tenía que dejarlo ir, me sentía culpable conmigo misma, sentía que no supe cuidarte, lo siento mucho, no había cuidado mi cuerpo, dos años antes me había jurado bajo un anillo de compromiso conmigo misma que nadie iba a volver a lastimarme, tampoco ningún bisturí iba a tocarme, pero mira cómo es el destino, solo quedó en promesas, tenía el temor que deseaba irme del hospital.

Luna nueva...

En la quietud de un momento suspendido en el tiempo, ella sostiene un ramillete, sus ojos cerrados en una introspección serena. No es solo el aroma de las flores lo que busca; es la esencia de lo que representan: belleza efímera, la promesa de la vida y el eco de los recuerdos. Cada pétalo susurra una historia de crecimiento, de resistencia ante la tormenta, de la alegría de florecer.

La vida no se trata de «superar» todo, se trata de aprender a sostener el dolor como la alegría con días de agradecimiento, permitiéndote moldearte a todo, florecemos...

Descubrí que la palabra guerrera no va conmigo, no me considero. ¡¡¡Aprendí que no es bueno esconder lo que siento, sino darme permiso a lo que siento y que las cicatrices fueron batallas y mejores enseñanzas de vida!!!

Renace la luna nueva.....

Vuelvo a tener miedo como la primera vez, me estresa ir al hospital por mi papel de paciente, pero también agradezco algunos resultados favorables, solo pido un poco más de paciencia con los que me rodean, que siento que perdí la paciencia y a veces la esperanza conmigo misma, entendí que hay días que tienes que esperar largas colas para tu atención, la paciencia es la única esperanza que no puedes perder.

Siempre estuviste en cada paso que he dado, que sin ti no hubiera podido nada. ¡¡Gracias, Padre Celestial, por la valentía y fortaleza que generas en mí, convertirme en una mujer valiente, con esa fortaleza de perseverancia, y ser un testimonio de vida, gracias por los propósitos que tienes para mí, gracias por las oportunidades de vida que hasta el día de hoy me brindas!! Gracias por todo lo bueno y malo que generas en mí, te pido que esta noche bendigas, Padre Celestial, a cada una de mis amistades, mi familia, mi comunidad en las redes, donde se encuentren, gracias por tocar mi corazón una vez más y entender que nunca estuve sola. Amén.

Feliz Navidad a todos los que se sientan hoy en la mesa.

A los que no se van a sentar, a los que llenan todas las sillas y a los que las dejan vacías, por los que se encuentran lejos, hoy es un día para los que están y para los que estuvieron, para los que nos hicieron reír por encima de cualquier razón, por los que están en las fiestas y también por el resto de este 2025, para los que hoy piden que su regalo sea que la mesa, siga igual de llena, ya sea de comida o personas que se sienten en ellas. Gracias, Padre Celestial, por todo. Bendícenos y guárdanos siempre.

Nohelia Benítez Martínez

MELINDA

Melinda es mi sobrina. Es estadounidense. Yo no albergué, impredeciblemente, la posibilidad de engendrar —más que sea— una primogénita. Estoy rodeado —las veinticuatro horas del día de mi corazón— por tres churres, ya adolescentes, que se insubordinan como mis impulsos de izquierda que desembocaron hacia estos espejismos existenciales.

Melinda entonces es esa hija que nació dentro de las inexistentes entrañas de la ninfa de mis sueños. La hija que especulé, exactamente, con su beldad intransferible embelleciendo las penumbrosas escenografías de la soledad. La hija que debí tener como recompensa a mi oficio de forjar belleza con las palabras. La hija que eligió a mi hermana para compartir mi sangre y, por ende, habitar, misteriosamente, en la lírica reconditez de los versos que advendrán eternamente.

Las mujeres bellas sonríen cuando una brisa se les agolpa suavemente y les esparce —de manera silente— el alma. La belleza les adhiere el ritmo de las indescifrables melodías.

Un intangible arcoíris bordea, hermosamente, los silenciosos latidos de Melinda.

Mi sobrina Melinda, la estadounidense, por dentro también atesora la bella transparencia de las evocaciones. Y es la dulzura de su corazón la que prevalecerá sobre la cancerosa irrupción en su cuerpo.

Ricardo Santiago Musse Carrasco

EL JARDÍN DEL ALMA

Cada mañana, Elena regaba sus plantas; ella siempre les hablaba y decía que las plantas eran su manera de recordar que aún tenía esperanza en la vida.

Ella no recuerda exactamente cuándo empezó a sentirse cansada; pensó que era por el trabajo, el estrés o por las noches de desvelo; ella se repetía que su cansancio era normal; todos siempre nos cansamos de algo. De repente, una mañana se miró al espejo y notó un reflejo raro: veía su rostro pálido, con ojeras, su mirada era un torbellino de emociones: miedo, tristeza, incertidumbre; tenía una sensación que nunca antes había experimentado.

Un día que parecía cualquiera, el diagnóstico llegó, seis letras cortas y frías: **Cáncer**; aquella palabra se grabó en su mente; era como si le clavarán un puñal; en ese instante ella solo pensó cómo una palabra tan pequeña podía tener tanto poder. Mientras la doctora le hablaba, Elena apenas escuchaba; desde ese momento ella empezó a cargar un gran peso, como si su mundo se hubiera desmoronado.

El miedo no vino de golpe, fue como un goteo lento y ella solo se preguntaba:

¿Quién regará mis plantas? ¿Quiénes me recordarán? Elena no le temía a la muerte, sino al olvido, a desaparecer sin dejar huella.

Un día que parecía cualquiera, Elena inició el tratamiento, entre el sonido de las agujas y el movimiento de las batas. El hospital tenía su propio ritmo; allí, las personas se entendían solo con una mirada de complicidad, ellos saben que la vida puede cambiar en un instante.

Elena siempre llevaba consigo una libreta de apuntes; un día, mientras esperaba su turno, decidió escribir: «Cosas que aún puedo hacer»: respirar, reír, llorar, pintar, mirar al cielo, dejar que me abracen. Desde ese instante esas palabras la sostuvieron; era la manera de decirse que aún había vida dentro de ella.

Mientras Elena esperaba su turno, vio por el pasillo del hospital un rostro familiar; se trataba de Clara, su mejor amiga, a quien no veía hacía algún tiempo. El reencuentro fue muy emotivo. Elena decidió abrirle su corazón y contarle lo que estaba viviendo. Clara no podía creer todo lo que escuchaba, así que, sin dudar, decidió acompañar a Elena en cada paso de su proceso. Desde ese momento, Clara se volvió una pieza fundamental en la vida de Elena, y juntas afrontaron cada desafío con fe y esperanza.

Desde ese día, Elena y Clara se volvieron inseparables. Pasaron los meses, y Clara animó a Elena a que pintara un mural en las paredes del pasillo del hospital. Así que un día ambas decidieron pedir permiso para pintar, y empezaron a dibujar el sol,

árboles y aves en vuelo; al final del dibujo colocaron una frase: *«Mientras el corazón siga latiendo, hay esperanza»*.

El dibujo y la frase comenzaron a captar miradas, a sacar una sonrisa o una lágrima a las personas que pasaban por el pasillo. Elena se dio cuenta de que su pintura no solo se trataba de un boceto o una frase, sino que era como una medicina para el alma.

El tiempo pasaba y cada vez las revisiones médicas para Elena eran menos frecuentes; empezó a crecer su cabello, y mirarse al espejo ya no la inquietaba; ella en el fondo sabía que no era la misma.

Un mañana Elena y Clara fueron a la playa. A Elena le encantaba escuchar el sonido del mar, ambas caminaron por la orilla y cerraron sus ojos escuchando el sonido de las olas. Entonces, Elena pensó que el sonido de las olas se parecía a la vida: con golpes suaves y fuertes, pero siempre en movimiento. Desde ese instante, Elena comprendió que no solo se trataba de vencer el cáncer, sino de aprender a vivir con aquello que no podemos controlar y, sobre todo, de seguir luchando y amando la vida, aun cuando duele.

Después de unos años, Elena regresó al hospital, pero ya no iba como paciente. Ella decidió trabajar como voluntaria, ofreciendo su compañía a las personas que llegaban con una mirada triste; ella sabía muy bien todo lo que se escondía detrás de aquellas miradas. Elena les contaba su historia, lo hacía sin drama y les decía: *«Hay días difíciles, pero también hay días llenos de luz para seguir luchando»*.

Todos los días, Elena regaba las plantas que se encontraban en el pasillo del hospital, junto al mural que había pintado, y

les hablaba con ternura; había creado una conexión única con ellas. Elena solo quería que, cuando ya no estuviera en este mundo, sea recordada por su amor y cuidado hacía las plantas. Para ella, eran la sonrisa de la Tierra, y creía que todos debemos protegerlas con cariño.

Ahora, cada vez que Elena escucha silencio por los pasillos del hospital, ya no tiene miedo; sabe que la vida no siempre es justa, pero siempre puede ser hermosa si elegimos seguir luchando.

Silvia Leiva Moreno

UNA PESADILLA MÁGICA

Mi pesadilla inició hace cinco meses, exactamente el mismo día que mi abuela celebraba su cumpleaños en mi hermosa tierra de Arequipa. La noche anterior había soñado con ella, me abrazaba fuertemente y se despedía de mí, ella se veía feliz mientras que yo lloraba tristemente porque no quería separarme de ella. Fue un sueño extraño. Un día, como de costumbre, me levanté muy temprano, me alisté para ir a trabajar, al mediodía recogí a mi pequeñita de su jardín, por la tarde la dejé en casa con su papá porque yo debía acudir al hospital para recoger unos resultados, sin imaginarme que me iban a dar la peor noticia de mi vida. El médico tuvo muy poco tino al darme los resultados de mis exámenes y cuando salí del hospital sentí algo que jamás había experimentado, aquella sensación de cuando vez pasar al mundo en frente tuyo en velocidad extrema mientras tú estás paralizado, caminé como un zombi sin saber hacia dónde dirigirme, no sé ni cómo ni cuánto tiempo tardé en llegar a casa en ese estado que me encontraba. Apenas abrí la puerta de mi casa, mi peque-

ñita me abrazó y al sentirla recobré la noción del tiempo y el espacio, reaccioné inmediatamente, correspondí a su abrazo y nos sentamos a cenar como si nada hubiera pasado.

Al llegar la noche, como de costumbre, arrojé a mi pequeña, me eché a su lado y, apenas se durmió, la abracé suavemente y me eché a llorar desconsoladamente hasta el amanecer, lloré con tristeza, con tanta rabia y con mucho dolor preguntándome a cada rato... ¿por qué a mí?, ¿qué hice o dejé de hacer para que me sucediera esto?, ¿por qué este castigo? Estuve tres días en silencio hasta que por insistencia de mi esposo tuve que contarle sobre la mala noticia, él se puso a llorar como un niño pidiéndome que no lo abandonara, mientras yo me mordía los labios para demostrar una fortaleza que no existía en ese entonces y trataba de calmarlo diciéndole palabras que ni yo misma me las creía.

Los días siguientes prácticamente el hospital se convirtió en mi hogar, todos los días debía acudir a realizarme análisis, exámenes, pruebas, biopsias e innumerables estudios para que los médicos pudieran definir mi tratamiento, yo pensé que esta primera parte era lo peor, pero estaba totalmente equivocada. Cuando inicié mi tratamiento, la pesadilla se volvió cada vez más horrible, los efectos secundarios de los medicamentos me provocaban náuseas, extrema fatiga, pérdida del sentido del gusto, agudez del olfato, falta de apetito, entre otros efectos más.

Y así poco a poco llegaron los grandes cambios en mi vida, tuve que dejar aquel cargo en mi trabajo por el que había luchado tanto, cambiar de escuela a mi pequeña, cambiar mis rutinas de alimentación, pero lo que más me dolió fue que mi cuerpo empezó a cambiar notablemente, bajé de peso, perdí mi her-

mosa cabellera ondulada, mis cejas, mis pestañas, pero sobre todo perdí mi identidad, mi autoestima, mi alegría y hasta las ganas de vivir, cada vez que me miraba al espejo me sentía un monstruo y lloraba amargamente.

A parte de todo ese sufrimiento que me consumía día tras día a veces tenía que lidiar con la poca humanidad de algunas personas que te trataban muy mal por tu apariencia, como si no fuera ya bastante el sufrimiento que uno lleva consigo. Descubrí que no eres indispensable en tu trabajo, que cualquier persona te pueda reemplazar. Descubrí que en tiempos difíciles la amistad se pone a prueba y si alguien se queda a tu lado en las malas, aunque solo sea una persona, ese sí es tu verdadero amigo. Descubrí que incluso en la familia no todos tus hermanos te aman como tú pensabas.

En octubre fue mi cumpleaños y mi madre viajó desde Arequipa para acompañarme en esta ocasión, ya que desde hacía ocho años, desde que me mudé a Lima, no habíamos pasado mi cumpleaños juntas. Yo sabía que era una excusa de ella para venir a cuidarme, pero gracias a su decisión después de mucho tiempo sentí una alegría, pero fue efímera porque cuando terminamos de cantar y mi madre estaba partiendo el pastel recibí una llamada inesperada... Mi abuela materna acababa de fallecer, cuando se lo conté a mi madre sentí una culpa enorme porque ella no pudo acompañar a mi abuela en sus últimos días de vida sabiendo que ya estaba enferma, por venir a cuidarme a mí. La abracé fuertemente y le pedí que me perdonara porque si no hubiera estado yo enferma ella no habría venido a Lima, pero con una sola frase mi madre borró esa culpa que me carco-

mía en ese momento: «¿Acaso tú no hubieras preferido cuidar a tu hija que a tu madre si ambas estuvieran enfermas?».

Yo sentí un nudo enorme en la garganta y me quedé muda. En la madrugada mi madre viajó a Arequipa en el primer vuelo que salía, yo quería acompañarla, pero no pude porque tenía citas médicas programadas para esos días. No me despedí de mi abuela, pero ella se despidió de mí emocionalmente en aquel sueño que tuve justo el día de su cumpleaños y decidió partir al cielo el día de mi cumpleaños, qué ironías tiene la vida, mi abuela nunca supo de mi enfermedad, pero su partida caló algo profundo en mi alma y recién pude encontrarle un significado a ese sueño que tuve con ella.

Fue desde entonces que decidí convertir mi pesadilla en mi realidad. Comprendí que es necesario todo este proceso para sanar, que como parte del tratamiento existirán días horribles, días malos y días buenos. Los días horribles, considero yo, son cuando recibes el tratamiento y debes tolerar los efectos secundarios que provoca en tu cuerpo, cuando presentas una infección y te hospitalizan por emergencia, los días malos son aquellos cuando toca análisis, pruebas o te derivan a interconsultas con el gastroenterólogo, el nutricionista, el dermatólogo, etc., y los días buenos son aquellos cuando puedes salir a pasear, disfrutar de tu plato favorito, practicar algún deporte e incluso te olvidas que estás enferma. Gracias a todo esto estoy aprendiendo muchas cosas: aprendí a mirarme al espejo sin lástima, aprendí a sonreír a pesar del dolor, aprendí a valorar cada momento de mi vida, aprendí a ser agradecida en los días horribles, malos y buenos.

Sé que recién estoy por la mitad del camino en mi proceso de recuperación, aún me faltan tres quimioterapias, una cirugía de mastectomía y quién sabe cuántas radioterapias más, estoy segura de que más adelante las cosas se pondrán más difíciles aún, pero ahora sé que no estoy sola, cuento con el amor de mi esposo, el apoyo incondicional de mi familia, pero sobre todo existe esperanza que brilla en los ojos de mi pequeña, quien cada mañana espera despertar con mis besos y abrazos de buenos días, quien cada tarde me pide jugar con ella y quien no puede conciliar el sueño si yo no estoy a su lado. Aquella esperanza y magia que no me deja rendir es la FE, la cual me ayudó y ayudará a despertar de esta pesadilla llamada **CÁNCER DE MAMA**.

Sulema Cáceres Jiménez

UNA GASEOSA HELADA

El cáncer no siempre anuncia el final. A veces solo obliga a vivir de otra manera.

Por tercera vez en el día, los pasillos del cuarto piso de hospitalización me recibieron con los brazos abiertos. No hubo sorpresa: el olor a desinfectante, las pisadas cansadas yendo y viniendo, el murmullo constante del timbre resonando. Yo camino sin hacer ruido, pero el lugar me reconoce.

Avanzo despacio. No por respeto, sino por costumbre. He aprendido que en estos corredores la prisa es una forma de violencia. Las puertas se alinean como párpados entreabiertos. Algunas me esperan. Otras no.

Cruzo junto a una estación de enfermería. Contestan el teléfono, digitan indicaciones, sostienen el ritmo de un lugar que no se detiene. No me temen. Tampoco me invocan. Han aprendido a trabajar a mi lado sin llamarme. Me observan sin verme y continúan. Esa continuidad, pienso, es una forma silenciosa de resistencia.

Me detengo frente a una habitación cuya luz no se apaga del todo. Dentro, una mujer duerme a ratos. No la nombro. Los nombres pertenecen a quienes se quedan. Sobre la mesa hay un pequeño desorden de cachivaches reunidos no por utilidad, sino por la obstinación de quedarse. En la pared, un tablero clínico espera que alguien señale cuánto le duele hoy. Hay un sillón arrimado a la cama, ligeramente ladeado, como si hubiera sido usado hace poco y fuera a volver a usarse.

Me acerco. La observo sin tocarla. Su respiración no es uniforme; sin embargo, es obstinada. En cada exhalación hay una decisión mínima, una insistencia. No es negación. Es otra cosa. Un pulso que no se explica.

He visto ese pulso antes. No siempre aparece. A veces el cuerpo se vuelve un cuarto vacío y yo entro sin pedir permiso. Otras veces, como ahora, la vida se sienta al borde de la cama y no me deja espacio.

La mujer abre los ojos. No me ve. Nadie me ve cuando decido no ser vista. Mira el techo, como si contara las grietas, como si supiera que el tiempo se puede medir en imperfecciones. Mueve la mano, un brazalete amarillo se asoma. Busca algo. Encuentra un timbre con botón rojo. Lo aprieta al mismo tiempo que entrecierra los ojos. No llora. Ese gesto —llorar sin lágrimas— es un idioma que conozco bien.

La puerta se abre con suavidad. Entra una enfermera con pasos contenidos, como si el suelo pudiera romperse. El rimbombante aparato que la acompaña traquetea sin pausa. Sin embargo, ella no trae sentencias, trae preguntas. No promete milagros.

Detrás, un médico se acerca. Llama a la mujer por su nombre. Ese nombre la ancla. Le acomoda la almohada, le pregunta

si duele, si quiere agua. En ese preguntar hay una concesión importante: todavía puede elegir. Yo observo esa elección con atención. La vida, cuando puede elegir, suele quedarse.

—Me gustaría una gaseosa helada, por favor —dice. *Sonríó.*

Desde el pasillo llegan otros sonidos: una risa breve que se escapa de una guardia larga, un bostezo mal disimulado, el roce de unas zapatillas contra el piso encerado. Nadie habla de mí. Y, sin embargo, todos trabajan como si el tiempo importara. Como si hoy hubiera margen.

La mujer vuelve a cerrar los ojos. Sueña, tal vez, con la playa, con el sonido persistente del mar y los pies hundidos en la arena tibia. Sueña con una tarde sin citas médicas, con el tiempo libre de indicaciones. Sueña sin saber que yo sigo aquí, a su lado, observando sin apuro.

Recorro el cuarto con la mirada. El gotero cae con una paciencia que envidia, trabajando sin pausa durante cuarenta y seis horas. El reloj avanza sin arrogancia. Aquí la vida no se suspende mientras dura la enfermedad. Se acomoda. Aprende a convivir con cables, horarios, esquemas y cuerpos cansados sin desaparecer del todo. He visto cómo, en medio de pausas y tratamientos, las personas redefinen lo que importa. Ya no es el largo plazo ni las promesas grandes. Es el presente inmediato: un abrazo, una bebida fría, una visita corta, una tarde sin náuseas. Pequeñas victorias que no figuran en ningún informe de anatomía patológica, pero sostienen el día.

La mujer duerme y despierta por momentos. Cuando abre los ojos, no busca explicaciones. Se conforma con reconocer el cuarto, con saber que sigue aquí. El cuerpo acusa el esfuerzo,

pero no se quiebra. Se adapta. Aprende a recibir lo que llega, incluso cuando llega despacio.

Durante esas horas, la felicidad no irrumpe: aparece. Es breve, a veces casi imperceptible, pero real. Está en el alivio momentáneo, en el gesto compartido, en la certeza de que hoy no hace falta pensar más allá. No dura mucho. No lo necesita.

El tratamiento continúa, paciente, sin prisa ni promesas. No es un gesto de consuelo, es un trabajo largo que exige tiempo y tolerancia. Mientras tanto, la vida encuentra espacios para colarse. No compite conmigo. Simplemente ocupa lo que puede.

No es la primera vez que me detengo en este piso. Tampoco será la última. Pero hoy entiendo algo que siempre supe y a veces olvido: mi oficio no consiste en apresurar finales, sino en reconocer cuándo aún no es mi turno.

Me quedo un momento más. No por insistencia. Por cuidado. Hay días en los que la vida no me expulsa; simplemente me pide paciencia. Yo sé concederla.

Me alejo. El pasillo vuelve a abrirme los brazos. Dejo la luz encendida detrás de mí. No por descuido. Por respeto. Porque hay cuerpos que, incluso atravesados por la enfermedad, siguen diciendo *sí*. Sí a quedarse, sí a intentar, sí a aceptar lo que llega sin renunciar a lo que queda.

El cáncer no avisa.

Yo, en cambio, sé esperar.

Y sé que tal vez deba volver. Pero no hoy.

María Tirssa Yori Mejía

CUANDO EL CÁNCER LLEGA A CASA

¡Héroe de la batalla!

A ti, mi querido adorado «**mi Mimo**», que luchaste con valentía, con fuerza y con dignidad. A tu sonrisa que resistió aún en medio del dolor. A tu amor, que nunca dejó de abrazarnos, incluso en el silencio. Tu partida dejó un vacío imposible de llenar, pero también una huella eterna en mi corazón. Viviste con coraje, enseñaste con tu ejemplo y nos mostraste que, incluso en la fragilidad, puede haber una fortaleza inmensa.

Este homenaje es para ti, porque mereces ser recordado no por tu enfermedad, sino por la luz que fuiste en nuestras vidas.

Te amo por siempre,

Tu mami Luz

La vida puede cambiar en un abrir y cerrar de ojos. Para mí, ese momento llegó cuando mi hermano Wilmer, el hombre que siempre había sido mi héroe, recibió el diagnóstico de cáncer.

En un instante, la rutina cotidiana se transformó en una lucha constante contra un enemigo invisible, un adversario que no co-

noce límites ni compasión. Este relato no es solo sobre la enfermedad, sino sobre la vida que se vive, sobre los momentos de alegría que aún pueden florecer en medio de la tristeza.

Era un día como cualquier otro cuando recibimos la noticia que cambiaría nuestras vidas para siempre. La tarde estaba impregnada del aroma a café recién hecho y del sonido del viento, susurrando a través de las hojas: ya empezaba el invierno de junio del 2024. Mi hermano, siempre tan enérgico y lleno de vida, ingresó a Emergencias, porque se sentía mal y fue atendido. Después, los médicos nos sentaron con una expresión seria y nos dieron su diagnóstico.

«Necesito hablar contigo», dijo. El mundo parecía detenerse mientras esas palabras resonaban en mi mente. Nunca imaginé que el contenido de esa conversación sería el inicio de una batalla que pondría a prueba no solo su resistencia, sino también la fortaleza de nuestra familia.

Recibimos el diagnóstico de cáncer en el consultorio del médico, un lugar donde la esperanza y la desesperanza a menudo chocan. Las palabras «tumor» y «maligno» parecían flotar en el aire: pesadas y aterradoras. A medida que el médico explicaba los detalles del diagnóstico, sentí que el tiempo se desvanecía. Cada palabra se sentía como un eco en una caverna oscura, resonando en mi mente mientras trataba de asimilar la realidad de lo que estaba sucediendo.

En un momento de crisis, la familia tiene la capacidad de convertirse en un refugio, una fortaleza donde los corazones heridos pueden encontrar consuelo y donde el amor puede florecer incluso en las circunstancias más desafiantes. A medida que mi

hermano se adentraba en la lucha contra el cáncer, nuestra familia se convirtió en una red de apoyo intrincada, cada hilo tejido con amor, esperanza y una determinación inquebrantable para estar juntos en cada paso del camino.

Desde el primer día que recibimos el diagnóstico, me di cuenta de que el cáncer no solo afecta al paciente, su sombra se extiende a todos los que rodean a la persona que lo padece. La noticia fue un terremoto que sacudió los cimientos de nuestra familia.

El apoyo emocional se convirtió en un pilar fundamental. A lo largo de este viaje. La experiencia de mi hermano viviendo con cáncer no ha sido solo un relato de adversidad, sino también un camino hacia el autodescubrimiento y la celebración de la vida.

Una de las lecciones más significativas que hemos aprendido es que el dolor y la adversidad son parte inherente de la vida.

Este viaje a través de la experiencia del cáncer ha sido una travesía de amor, lucha y esperanza. Espero que al compartir esta historia, haya podido resonar en aquellos que están enfrentado sus propias batallas y que todos podamos encontrar fuerza en la conexión humana y en la resiliencia del espíritu. Aunque su partida deja un vacío inmenso en nuestras vidas, nos reconforta saber que estuvo rodeado de personas que lo trataron con respeto, dignidad y amor hasta el último instante. Su labor no tiene precio y siempre llevaré en el corazón la gratitud infinita por todo lo que hicieron por él.

Con respeto y cariño,
Lady Murrugarra

Poesía



A TIEMPO

Hay palabras que no se dicen en voz alta.
No porque no existan, sino porque nadie sabe qué hacer
cuando aparecen.

En nuestro país, algunas palabras pesan más de lo que
imaginamos por todo lo que arrastran detrás.

Se dicen en susurros, como para evitar que todos se
enteren. Se esconden detrás de silencios largos, de
ansiedad acumulada y, sobre todo, de mucho miedo.

Y, por mucho tiempo, yo tampoco supe cómo decirlo.
Decir que tenía cáncer.

Creo que es una de esas noticias que nadie imagina recibir
alguna vez.

Antes de la mía, vi historias cercanas.

Así perdí a mi abuelita. Vi la tristeza instalarse en casa, en
mi familia, sobre todo en mi papá.

Y, como muchos, crecí creyendo que esa palabra
era sinónimo del final. Y que no habría
mucho más después.

Por eso, cuando recibí el diagnóstico, pensé que eso era todo para mí. Pero no fue así.

Un diagnóstico temprano cambió el «después».

Y también me hizo valorar la importancia de los chequeos anuales.

No fue magia, pero tampoco fue suerte.

Tampoco fui valiente ni fuerte; solo decidí actuar a pesar del miedo que me paralizaba.

Con el pasar de los meses y de muchas visitas al hospital, empecé a entender que el cáncer no es la enfermedad más peligrosa ni la que más mata.

Pero sí es la que menos creemos conocer. Una de las que menos entendemos y de las que todavía nos da miedo hablar en voz alta.

No porque no existan tratamientos.

No porque no existan médicos especializados.

Al contrario, tenemos profesionales increíbles, equipos cada vez más avanzados y más campañas de prevención. Hay más información que antes.

Y, sin embargo, el miedo sigue ahí.

La vergüenza, la idea de pensar que «a mí no me va a pasar».

La costumbre de postergar, pero sobre todo esa sensación silenciosa de sentirnos intocables.

Es lo que realmente nos aleja de tomar acción.

Vivir un proceso oncológico te deja más dudas que respuestas.

Uno aprende a convivir con preguntas abiertas.

Pero también te deja historias, nuevas amistades, personas que sin conocerte comparten recetas para el malestar y recomendaciones para cuidarte mejor y crean, sin querer, pequeñas formas de sostenerte.

Fue ahí donde empecé a mirar distinto lo que sentía.

Durante mucho tiempo vi mis emociones como un problema: la ansiedad, el miedo, las lágrimas, la rabia, esa sensación constante de no tener control.

Solo quería que se fueran. Quería «estar bien» rápido.

Con el tiempo entendí que no estaban ahí para detenerme, sino para guiarme. Me mostraban lo que necesitaba: información clara, compañía, contención, descanso y alguien que me recordara que no tenía que hacerlo todo de una sola vez.

En mi caso, llegar temprano hizo una diferencia enorme. No porque fuera fácil, sino porque abrió posibilidades.

Cuando el diagnóstico llega a tiempo, hay camino, hay opciones, hay más tratamientos, al final hay futuro.

A mí me cambió la vida, sí.

Por eso, ojalá nadie tenga que aprender esto desde adentro.

Ojalá baste con mirar alrededor, con escuchar, con animarse a hacerse ese chequeo que se posterga.

Ojalá baste con no callar esa intuición que aparece y que muchas veces se intenta ignorar.

Porque el cáncer no avisa.

Pero, cuando se detecta a tiempo, todo puede cambiar.

Andrea Valeria Monge Roncal

ANATOMÍA DE UNA ELECCIÓN

I

No sé si podré —acaso yo— completar el ciclo,
donde largos pasillos me trasladan lentamente hacia
los bordes.

Y no, no son bordes rodeados de montañas ni de
densas hierbas.

Son bordes donde la espuma blanca se precipita
contra el silencio,
vociferando los nombres
de todos quienes nos aferramos a lo benigno.

Se me paralizan las extremidades.

Muevo el único músculo que aún responde para huir
por donde vuelan las aves.

Y me veo siendo un chilalo sin barro,
un picaflor con taquicardia, un ave suspendida en el
extremo de una rama, un cúmulo de células
con mitosis descontrolada.

Entonces decido verter los líquidos rojos
en los cauces de mis venas.

Se me revuelven las sopas, y las tristezas, las
grafías y los fonemas.

Vomito todo. Vomito el miedo y desesperanzas.

Y vuelvo a ser
un chilalo con coraza de barro firme, un
colibrí latiendo de flor en flor,
un conjunto de células
con mitosis contenida.

Y vuelven a fluir los líquidos por mis venas.
Las agujas del reloj se precipitan.
Se hace otoño.

Y los cabellos se divierten
siendo juncos caídos.

Veo mi cabeza con un brillo áureo.
Siento mi alma alinearse con la vida.

Porque no permito que el animal izquierdo,
de mitosis desbordada, se aferre al seno de mi vida.
Vida que por siempre elijo. Vida, quiero conversar contigo.

II

Hola, Vida, vengo a saludarte. En este silencio
—donde callamos lo rutinario— puedo escucharte en los
pájaros. Sin los gases tóxicos de los autos, llenas mis pulmones
con la fragancia que el viento trae desde tus flores.

He decidido ya no seguir ignorando a mi cuerpo
y sus «bultitos». Hoy deshojé flores amarillas y lilas
y conté, una por una, las ganas infinitas que tengo
de vivir y seguir visitando tus montañas y lagunas.

Les he dicho a mis células que las amo. Les puse música,
para que aprendan la calma de los acordes en un piano.

Quiero entender
por qué se aceleraron, por qué se multiplicaron.
Por qué su tiempo no está en sincronía con el reloj que
cuelga de mi mano.

Hola, Vida.

Te saludo en la atmósfera, en los árboles de una
ciudad que solo calla los domingos.

Te saludo en la llovizna fría
que esta mañana mojó mis zapatillas.

Te saludo en mi cuerpo, en mis células y tejidos,
en mis venas, en mi espíritu.

Hola, Vida, te abrazo.

Y, en ese abrazo, he sobrevivido.

Brenda Elizabeth Calle Ipanaqué

INCENDIOS BURBUJEANTES AFUERA DE LOS PULMONES

I

Un desgarrado poema ahumado,
flanqueado por muros de frialdad,
acompañado de un clima variable.

Un descascarado poema drogodependiente
atiende un paisaje silencioso
con el compás de moscas entretejiendo
tristes huaynos de sufrimiento.

¡Ansiadas veces que el otoño
compone tristes huaynos
que golpean el vientre con sus fuertes vientos!

Arropado de una chompa
ladrillo y un pantalón
resquebrajado
como rastros de aquellas colillas muertas
que colorean prados olvidados.

Oliendo a orines pasados, con pulmones con alas rotas es
visible, la figura, de Don Silencio.

Hombre cual tardígrado imbatible al humo
hasta que el silencio pulmonar empezó a toser.

Hombre desecho, acabado,
su postura expresa compasión

y su mirada oculta ser preso de la abstinencia
como la picadura de una seductora adicción.

¿De qué sirve la condena al condenar
al condenado con pulmones de acero?
Mientras la estación aguarda su último suspiro.

¡Ansiadas veces el cáncer de pulmón
golpeaba los vientres de su memoria!

Emergiendo como un caudal,
como océanos, sólidos
de tanto castigo
donde gestaban malas decisiones
en cada bocanada de oxígeno prestado.

El rompecabezas de una huella familiar,
un mal humano cobraba el peaje
de un hombre con problemas
con un valor personal despostillado
aprisionado por rostros dependientes
que asociaban dopamina secuestrada
en los laberintos de una mente pueril.

Madrugadas despierto como puerco sancochado
con ronquidos gritando probar otra cajetilla más,
por un día, una semana, por un año, largos años;
durante sus tiempos de ceguera al humo se
postulaba al éxtasis de quemar sus pulmones un
incesante deseo como dinosaurio con apetito; los

antojos de sus pensamientos fatigados
de llenar bocanadas de grandes aire roto;
pulmones decolorados, se volvían extranjeros.

II

Al paso del tiempo
presenciaba lo maravilloso del campo
de un Centro de Rehabilitación en los
Andes. A su costado, en el espacio verde,
un sobreviviente más le daba brasa
con ademán sincero,
Chispas y él dialogaban hasta perder el conteo,
le relató sus demonios con el tabaco,
de su madre y cómo llegó ahí.

Sus historias reptaban hacia lo putrefacto
del majestuoso: «cajetillas que calman la ansiedad».
Los incendios solares del atardecer se ocultaban
y, por única vez,
presenció que no estaba solo.

Sus pulmones inflados de aire están
para vivir como incendios
burbujeantes
¡Hay vida! (un suspiro limpio).

Frank Nick Córdova Villaverde

EL MIEDO APRENDIÓ A DORMIRSE

Yo era adolescente, y
el mundo todavía me
parecía sencillo.

Mis padres, José y Felicitas, tenían
cincuenta y ocho años, aproximadamente,
una edad que yo creía
hecha solo de experiencia y
calma.

La noticia llegó despacio,
sin golpes ni ruido.

«Hay que revisar con cuidado»,
dijo el médico,

y la casa empezó a hablar bajito.

Mi mamá tomó mi mano
con la misma suavidad
con la que me despertaba de niña.

¡Ovarios!

Una palabra que dolía,
pero que no vencía. Yo
pensé en su cuerpo

como en un jardín
que solo necesitaba atención.

Volvía del colegio

con cuadernos llenos de tareas, y
el corazón lleno de preguntas.

Aprendí que crecer
también es acompañar, y
que el amor
a veces se expresa en silencio.

Después fue mi papá.

¡Próstata!

Una palabra difícil, pero
dicha con valentía.

Él sonreía para tranquilizarnos,
aunque sus ojos
pedían un poco de abrigo.

Los vi caminar juntos, dos
cuerpos cansados, dos
historias largas,
sosteniéndose sin decirlo.

Los exámenes trajeron claridad y,
con ella, una decisión: operarse a
tiempo, cuidarse, elegir la vida.

En el colegio estudiaba lecciones, pero
en casa aprendía algo más grande:
que la prevención
es una forma profunda de amor.

Soy hija
de dos operaciones exitosas, de
dos cuerpos que eligieron vivir,
de dos ejemplos silenciosos
de fortaleza.

Katheryn Milagros Arévalo Ochoa

MI ECLIPSE

Alguna vez la luz del sol parece que se rinde, perece el fuego
que lo inflama. El cielo, en duelo, su fulgor derrama; el
día se disfraza noche; la luna, reina fría, devora al astro
ardiente que la aclama. pero pronto la lumbre, triunfante,
rompe el ocaso, disipa la pena.

Le ocurre a la soberbia llama, sin proemio, sin que lo
advierta ocurre en la vida, sobre la esperanza, la fuerza
interior y la alegría.

También mi luz se eclipsó, el cáncer me sumió en la
penumbra incierta, me sacudió, transformó mi credo, me
obligó a batallar con mil temores.

Supongo que acechaba, llegó en silencio, con voz ausente
y negro velo, no había rostro ni sombra que lo nombre,
vagaba en la tiniebla, su caricia hiriente era sentencia:
laurel marchito que corona el duelo. Huracán oscuro que
devora y arrastra, quebró mi cielo en un rugido.

Jardín oscuro del destino humano, que ofrece rosas
teñidas de vacío, no avisó su llegada, ni anunció su
partida, cual huayco que arrastró mi vida, mi alma

herida, en la tormenta se fortaleció, asumiendo el desafío, una
lucha sin cuartel hasta que la bruma dolorosa se quebró ante
la luz.

Entendí que la vida es frágil, acepté que la muerte es certeza,
el cuerpo puede vencer, cuando el alma se afirma, cuando
sueña el cáncer no es condena, es batalla que se enfrenta con
entereza en el dolor puede germinar la vida, como rosal que
florece en una herida.

Hice la pregunta cliché: ¿por qué a mí? Creo que no era duda,
era lamento. ¿Realmente fue sorpresa? ¿O sutil sospecha que
oculté en el tiempo? Le di tiempo y se fortaleció, con cada
segundo, minuto, hora, momento en cada día de olvido, en
cada postergación, con cada «después».

Lloré por las postergaciones, por anteponer las excusas que
inventé, la culpa me atormentaba, resonaba tan potente que
estremecía, no lo pude anticipar, ni lo creí posible, ni siquiera
lo pensé y me encontró sin preparación, ni estrategia, a
merced del mal.

Si lo hubiese reconocido, al menos visto las señales,
escuchado, acepté el dolor, desdeñándolo hasta convertirlo en
molestia tolerable, un enemigo subestimado, sin apreciar
su magnitud, ignorado, nunca busqué el origen
para antelar el estropicio.

Exigimos mejores curas, nuevos remedios, otros tratamientos,
queremos reparar cuando está dañado, aún no lo
desciframos... Un jardín florece con el cuidado, anticiparse
a los sufrimientos, adelantarse al invierno con abrigo, prever
para vivir ligero.

Tras la sombra surge nueva vida: un eclipse no es despedida,
sino tropiezo del sol que vuelve eterno a su salida.
¡Oh, tránsito fatal, celeste engaño, la claridad se torna herida,
con medicina, voluntad y determinación, hoy tengo vida!

Nadia Yaneth Caycho Taracaya

ABOTAGAMIENTO

Don Cansancio se ha
sentado a mi mesa, sin
invitación
ni solicitud
de amistad.

Hace meses la risa
comenzó a marchitarse
cuando me enteré
de que alguien había
usurpado mi trono.

Creyó ser dueño
de mis sueños,
de mis risas.

Cuando quise
conocerlo, él ya vivía
conmigo.

Debí sospecharlo: cada
tarde me acompañaba ese
grito mudo
que a veces emergía de mí.

Mientras tanto la tenue luz
contrastaba con mi alma,

que viajaba a ratos
por salones multicolores. Las
agujas, ¡esas!,
atravesaban los surcos de la piel
y, entre chillidos,
sembraban esperanza
en una carne que ya no es mía.

Germinó entonces la tristeza
en el espacio auricular cardíaco.
Los girasoles de antaño
ya no hallaban sitio
en el corazón.

No es día ni es de noche, pero
el último gallo del reloj
ha repiqueteado
dos veces más.

Entre cantos estridentes
y la suavidad
de una mano blanca,
mis ojos se cerraron,
sin ritos ni rezos.

Y del agujero oscuro puede
verse que Don Cansancio
nunca más desayunará
conmigo.

Palmir Butrón Loayza

APRENDÍ A ESCUCHAR EL CÁNCER EN OTROS CUERPOS

No fue mi
diagnóstico. Fue
mi aprendizaje.

El cáncer
llegó a mí en
cuerpos
ajenos,
en camas enumeradas,
en nombres que aprendí a
pronunciar con cuidado.

Durante el
internado
entendí que el
cuerpo no es
solo anatomía,
sino memoria,
miedo y
espera.

Vi pacientes
narrar su vida en pausas.
Vi familias sostenerse
en pasillos donde el

tiempo no avanza:
observa.

Aprendí que el cáncer
no siempre duele primero.

A veces calla.

A veces se
esconde hasta que
es tarde.

Por eso, la
prevención dejó
de ser teoría
y se volvió urgencia.

Vi tratamientos que
cansan, resistencias
silenciosas, miradas que
persisten
y otras que se
apagan rodeadas
de amor.

Tengo amigos
que pronuncian el cáncer
cuando hablan de sus
muertos. Otros que lo
dicen en presente, como
quien aprende

a convivir
con una palabra difícil.

De todos ellos aprendí
que el cáncer no es una sola
historia: no siempre es muerte,
pero nunca es metáfora.

Es una
realidad que
exige
escucha,
diagnóstico
oportuno y
humanidad.

Por eso
escribo. No
desde la
herida,
sino desde la cercanía.

Porque fui testigo.

Porque llegar a
tiempo puede
cambiar un destino.

Porque el cuidado
también salva.

Anyela Milagros Quiñon Acero

UN DÍA A LA VEZ

Ella vio la vida pasar como quien observa una película sin detenerse en los detalles, sin cuestionar el guion. De la casa al trabajo y del trabajo a la casa —a cualquier hora—.

Con el cuerpo cansado y el orgullo guardado en el portafolio, creyendo que cumplir era suficiente.

Sin notar... que esa prioridad donde ella debía ser la esencia la fue pisoteando lentamente...

Su familia esperaba en penumbra, luces bajas, silencios que se alargaban, mientras ella llegaba convencida de haber hecho lo correcto.

Hasta que un día...
el frío de las paredes blancas y la voz cuidadosa del especialista rompieron la rutina como un vidrio estallando...

La historia cambió sin pedir permiso. Su seno,
—invadido—

como tierra tomada por una maleza que debía ser cortada para sobrevivir. Entonces el tiempo se dobló.

La mirada de su hermana la llevó de regreso a un tiempo que nunca se fue.

A la voz temblorosa de su madre pronunciando una palabra demasiado grande para dos niñas que aún no sabían qué era el cáncer.

Su madre, su seno también marcado.

Su cuerpo atravesado por la misma batalla. Fue ella quien les enseñó a resistir, a llamar valentía a lo que dolía, a seguir respirando cuando el miedo se sentaba a la mesa.

En un instante

volvió lo que no pudo procesar de niña, esa vivencia guardada en algún rincón del pecho, retumbando ahora con otro rostro, con otro cuerpo, pero con la misma herida.

Se vio reflejada en los ojos de su hermana y entendió que la historia insistía... El miedo regresó no como recuerdo, sino como eco, con otro nombre, con la misma sombra.

Cerró los ojos y le pidió a Dios que el monstruo no fuera tan grande, que no se llamara metástasis.

Que la palabra lucha se vistiera con sus mejores galas y la sacara adelante.

Porque aún hay una niña por ver crecer. Porque aún hay una familia a quien amar.

Que la frustración no les gane la batalla a sus ganas de asomarse a la alegría. Porque aún hay vida.

Aún hay esperanza.

Y los proyectos, aunque heridos, siguen respirando.

A lo lejos,

como un eco persistente, escucha:

OHANA, OHANA, OHANA

Sí..., a quienes elijo tener cerca.

Hoy los coloco en el lugar que siempre merecieron, después de mí. Porque aprendí a vivir. Porque aprendí a valorarme.

Ahora es un día a la vez.

Este camino todavía tiene curvas. Y sigo caminando...

Lucía Fernanda Prada Calderón

PUBLICACIONES DE NUESTRO SELLO EDITORIAL

Villanueva, J. (2024). *No se nace en vano al pie de un volcán*

Grández, H. (2020). *Viajo, luego existo: Crónicas de viaje para amar lo nuestro*

Grández, H. (2020). *Protagonistas: Pequeñas historias sobre grandes personajes*

Gómez, R. y La Hoz (2019). *Largo aliento. Sudores, mitos y héroes del fondismo wanka*

Grández, H. (2019). *Crónicas cortas sobre grandes personajes*

Bossio, S. (2019). *El llanto en las tinieblas*

Retamozo, K. (2017). *Enciende cultura. Manual de ejecución*

Acaso hay pocas experiencias en la vida de un ser humano tan difíciles y confrontativas como la noticia de que se padece de cáncer. Desde una negación amarga hasta un sentimiento de culpa o castigo, desde un silencio de resignación hasta un deseo de abrazar la vida por aquellos que nos aman, son múltiples las respuestas que un paciente de cáncer puede dar ante este evento que, de manera repentina, transforma su vida para siempre.

En *El umbral blanco. Historias sobre el cáncer*, somos testigos de diversos testimonios de personas que lucharon (o siguen luchando) con el cáncer, ya sea en carne propia o a partir de las vivencias de sus seres queridos. En esta potente colección de historias vemos las diferentes facetas del corazón humano: tristeza, resignación, culpa, autocompasión, sorpresa... Pero también determinación, constancia, firmeza, empoderamiento, esperanza, fe... Y podemos conocer un poco más todo aquel tránsito que experimentan las personas que luchan con esta enfermedad y cómo sus vidas son puestas a prueba en cada etapa.

Lo hermoso de estas historias no solo es su trasfondo humano que nos genera una profunda empatía, sino también el mensaje que nos dan: testimonios de lucha, de resiliencia, de convicción religiosa, de fortaleza en la familia, de ánimo por las amistades que acompañan, de dolor por aquellos que perdieron la batalla, pero cuyo recuerdo siempre estará latente como una muestra de que, hasta el último momento, no debemos bajar los brazos y más bien debemos abrazar con todas nuestras fuerzas las ganas de vivir.

Así, *El umbral blanco. Historias sobre el cáncer*, no solo es una selección de textos que destacan por la buena factura de su construcción y su potente atmósfera, sino un verdadero documento terapéutico que acompaña, escucha, consuela, anima, pues ha sido escrito por personas que ya estuvieron allí, que se enfrentaron cara a cara al enemigo, y vencieron.

ROY VEGA JÁCOME

POETA Y CORRECTOR DE TEXTOS

ISBN: 978-612-5217-13-4



9786125217134