

# La vida con LAZO ROSA

Φ Sonia Gabriela Ayala Cano Φ María del Carmen Carrillo Valdez Φ Rosa Susana del Carmen Φ  
Gabriela Ladrón de Guevara de León Φ Teresita Duran Vela Φ Débora Hazada Φ Nicolasa Ilda  
Bustos Φ Marisela Lita Reyes Φ Aide Mata Φ Gloria Martín Φ Silvia Elena Mora Φ Teresa Muñoz  
Φ Rocío Prieto Valdivia Φ Yessika María Rengifo Castillo Φ Susana Rodríguez Rodríguez Φ María  
Esther Rodríguez Valencia Φ Verónica Rudo Rosilla Φ Norma Salazar Φ Chepy Salinas  
Domínguez Φ Maribel Tenorio Orozco Φ Herlinda Matilde Valdez Rodríguez Φ Berenice  
Velázquez Φ Yolanda Victoria Φ Joselyn Zaldívar Φ  
Jacqueline Campos, compiladora

**Antología**

Asociación  
Mujeres de  
San Quintín



*Ave  
Azul*

## Mujeres sobrevivientes

La vida con lazo rosa

**Ave Azul**

*La vida con lazo rosa*

**POESÍA y NARRATIVA**



Octubre 2023

## Mujeres sobrevivientes

*La vida con lazo rosa*

Ediciones Ave Azul © 2023

Edición y compilación: Jacqueline Campos y E Adair Z

Modelo en portada: Isaura G. Linton

ISBN digital: En trámite.

Ediciones Ave Azul

[aveazul.com.mx](http://aveazul.com.mx)

Tw: @aveazulmx

[edicionesaveazul@gmail.com](mailto:edicionesaveazul@gmail.com)

Maya Cartonera

Asociación Mujeres de San Quintín

Si te gusta lo que hacemos y quieres apoyarnos:

[paypal.me/EAdairZV](https://paypal.me/EAdairZV)

Queda prohibida la reproducción total o parcial con fines comerciales, salvo permiso escrito del autor. // *Reproduction in whole or in part by any means without written permission of the author is prohibited.*



Ediciones Ave Azul



[aveazul.com.mx](http://aveazul.com.mx)

## ÍNDICE

MARIBEL TENORIO OROZCO .....	14
<i>La vida después del cáncer</i> .....	15
TERESA MUÑOZ .....	20
<i>Pero grité y ahora ya no es mi cáncer</i> .....	21
SONIA GABRIELA AYALA CANO .....	25
<i>Señal: el día que decidí volver a ser fuerte</i> .....	26
DÉBORA HAZADA .....	29
<i>Mañana veremos qué hacer</i> .....	30
YOLANDA VICTORIO .....	31
<i>Lo que ella me dijo</i> .....	32
<i>Recortes de mi vida</i> .....	33
GABRIELA LADRÓN DE GUEVARA DE LEÓN .....	35
<i>A través del espejo</i> .....	36
<i>Definiciones</i> .....	39
SUSANA RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ.....	40
<i>Mis dos corazones</i> .....	41
YESSIKA MARÍA RENGIFO CASTILLO .....	42
<i>Un intruso en mí</i> .....	43
<i>Sin mirar atrás</i> .....	44
MARÍA DEL CARMEN CARRILLO VALDEZ.....	45
<i>Mi experiencia dolorosa con el cáncer me hizo renacer</i> .....	46
AIDE MATA .....	48
<i>El gigante</i> .....	49
MARISELA LITA REYES .....	52
<i>Nunca pensó que a ella le iba a tocar</i> .....	53
JOSELYN ZALDÍVAR.....	56
<i>Una nueva vida</i> .....	57
NORMA SALAZAR .....	58
<i>Cancerbero sigiloso</i> .....	59
GLORIA MARTÍN .....	61
<i>Reclamos</i> .....	62
VERÓNICA RUDO RASILLA .....	64
<i>Esta es mi lucha</i> .....	65
BERENICE VELÁZQUEZ.....	66

## Mujeres sobrevivientes

<i>Caos en la máquina</i> .....	67
HERLINDA MATILDE VALDEZ RODRÍGUEZ.....	68
<i>Punto a mi favor</i> .....	69
ROSA SUSANA DEL CARMEN.....	71
<i>Viviendo hoy</i> .....	72
<i>Mi proceso de cáncer de mama</i> .....	73
ROCÍO PRIETO VALDIVIA.....	74
<i>Recuerdos</i> .....	75
CHEPY SALINAS DOMÍNGUEZ.....	76
<i>Cáncer</i> .....	77
SILVIA ELENA MORA.....	78
<i>Radiografía</i> .....	79
MARÍA ESTHER RODRÍGUEZ VALANECIA .....	81
<i>Mi experiencia como familiar ante el cáncer</i> .....	82
TERESITA DURÁN VELA .....	85
<i>En cada latido florece la vida</i> .....	86
NICOLASA ILDA BUSTOS.....	88
<i>Empatía</i> .....	89

## Prólogo

Un prólogo se refiere básicamente a una presentación breve e introducción de, en esta ocasión, un libro, realizado por los escritores y editores Jacqueline Campos, Chepy Salinas y Adair Zepeda; quienes son entendedores de estos menesteres, a diferencia de quien esto escribe, cuya experiencia como escritor se limita a notas e historia clínicas. Ésta última es la historia en escrito del pasado y presente de un individuo, claro que desde el punto de vista médico. Esta historia queda plasmada en letras y números para ser revisada y analizada en cada ocasión que sea necesario.

Cada paciente es una historia diferente y única, con sus problemas y contextos individuales e irrepetibles. Desde el otro lado existen historias de y por los pacientes, quienes padecen la enfermedad, que merecen ser contadas, gesto que agradecemos a los editores de esta obra que brindan la oportunidad de compartirlas. Existen miles de historias como pacientes existen de una enfermedad, de la cual nos falta mucho por hacer. Es un proceso que en ocasiones parece interminable, desde su inicio en la detección por imagen, el primer encuentro con la posibilidad de padecer la enfermedad, el largo camino del tratamiento, en cualquiera de sus modalidades o todas y la última recompensa, la curación y sobrevida de la enfermedad. Importante es conocer la historia para tomar decisiones, como importante es conocerla para entender al paciente y su enfermedad.

Ciertamente una historia no es comparable a otra, sin embargo, es tan equivalente. No es buscar una empatía más que encontrar la comprensión, y para eso esta *obra La Vida con Lazo Rosa*, deja una semilla que habrá de germinar en la necesidad de entender la enfermedad, el Cáncer de Mama y sus consecuencias, no meramente en el aspecto científico, si no con aquello que se quedará con la paciente por siempre.

Jesús Guillermo Aguirre Condit  
Cirujano Oncólogo

## Mujeres sobrevivientes



## Nota editorial

*Tú eres el tronco invulnerable y nosotros las ramas,  
por eso es que este hachazo nos sacude.*

—Jaime Sabines

Hay palabras que son capaces de marcar a las personas que las atestiguan, de manera oral o escrita. Algunas palabras son suaves y fantásticas, e invocan maravillosas primaveras donde la magia florece en cada capullo. Otras son toscas, rudas, crueles. Las palabras son un testimonio vivo de quien las pronuncia, e invitan a quien las pronuncia y quien las escucha a entablar un diálogo. En esta ocasión, apoyados por la escritora Jacqueline Campos, quien radica en Baja California, damos pie a una antología temática que recoge el testimonio vivo de afrontar y sobrellevar el cáncer cervicouterino y de seno. Esta enfermedad es la principal causa de muertes no naturales en México, y es una verdadera pandemia que acontece silenciosa.

Jaqueline, quien tiene trabajo con la Asociación de Mujeres de San Quintín, S. A., coordina la compilación de estos textos, que se recibieron en convocatoria abierta, e incluso da voz a algunos testimonios de las mujeres que se han acercado a dicha asociación. Estas mujeres, que a través de los textos se van denominando como ‘guerreras’, abordan distintos espectros del proceso, desde la rabia, el miedo, la aceptación y la redención. Y nunca el término de guerreras ha sido tan bien usado, ya que, aunque pueda parecer un cliché o lugar común, tras leer sus textos, repensar sus experiencias, sentir en la propia piel el doloroso punzón del proceso, es sencillo identificar que son personas asustadas, que afrontan solas una guerra interna, donde se desmoronan los sueños, se erosionan las relaciones sociales o familiares, y se enfrenta a una cruel soledad, la de los procedimiento médicos.

Los textos de estas mujeres se enfocan en canalizar su dolor, pero también en ofrecer esperanza a quienes puedan necesitarla, incluso si demandan el silencio para explotar en llanto, dejándonos atestiguar su andanza por el ciclo de esta enfermedad. Algunos textos son dulces, amables, otros son violentos, furiosos, y los lectores entendemos la complejidad de descubrir una anomalía en el cuerpo, hasta perder una parte de la identidad, de nuestros seres amados. Y es que el cáncer era una cosa extraña de la que no se hablaba por que nos parecía distante,

poco probable, con el tabú de la peste que acompaña la ignorancia. Pero hoy en día la mayoría de los mexicanos, cuando menos, conocemos a una persona cercana, de la familia, el trabajo o la oficina, que ha comenzado la marcha por este calvario desgastante. Como muchas de las autoras nos lo hacen saber, el cáncer no significa el final ni de la vida, ni de la felicidad, y se debe tartar de manera abierta, con respeto, con prudencia, y, sobre todo, con la verdad. La verdad de lo que es, de cómo se vive, y de cómo son las cosas en el día a día.

Otras autoras escogen la vena de la rabia, se sienten traicionadas, abandonadas desde la fe, heridas por la angustia y el desprecio de las personas que decían amarlas. Y puede que no todo sea culpa de su carácter, sino más bien de lo poco que comprendemos esta enfermedad y su impacto en las pacientes de cáncer y sus círculos íntimos. Necesitamos construir espacios seguros donde se cuente con información suficiente sobre el tema, con la curiosidad de escuchar a sus víctimas, sin el morbo de la desgracia, para generar empatía, y con ello, contribuir a que crezca la raíz de la esperanza. Cada una de estas mujeres, algunas a las que tengo el honor de conocer desde su literatura, nos da una valiosa lección sobre la virtud y la esperanza, sobre la resiliencia y el amor propio. El acto más genuino de amor y respeto que tenemos para estas mujeres, las voceras de miles de mujeres más, es contribuir a generar conciencia y empatía hacia ellas, ayudando a divulgar las campañas de salud, de medicina preventiva, y sobre todo, de seguridad personal. Ninguna de estas mujeres se reduce ahora a una amputación, a una lista de medicamentos, a una lástima incómoda que evita hacer contacto visual. Al contrario, todas y cada una de ellas son maravillosas maestras de la vida, guerreras del infortunio, que miran al horizonte a mitad de la batalla.

Desde Ediciones Ave Azul es un genuino placer poder presentar esta antología, de la mano de la escritora Jacqueline Campos, y recopilando diversos textos alrededor de la experiencia de atravesar y sobrevivir, o no, el cáncer. Presentamos con mucho respeto y afecto a las autoras incluidas en la colección, quienes elevan la voz para que otras mujeres encuentren un poco de soporte en esta larga noche oscura. Queda a disposición pública esta obra, y animamos a que se comparta de manera activa esta antología, para que las mujeres y sus familiares, que las necesitan, puedan hallar consuelo en ella.

Adair, Zepeda, Ediciones Ave Azul,  
Texcoco de Mora, 2023

La vida con lazo rosa

# La vida con lazo rosa

Ave Azul  
2023

## La vida con lazo rosa

Φ Sonia Gabriela Ayala Cano Φ María del Carmen Carrillo Valdez Φ Rosa Susana del Carmen Φ Gabriela Ladrón de Guevara de León Φ Teresita Durán Vela Φ Débora Hazada Φ Nicolasa Ilda Bustos Φ Marisela Lita Reyes Φ Aide Mata Φ Gloria Martín Φ Silvia Elena Mora Φ Teresa Muñoz Φ Rocío Prieto Valdivia Φ Yessika María Rengifo Castillo Φ Susana Rodríguez Rodríguez Φ María Esther Rodríguez Valencia Φ Verónica Rudo Rasilla Φ Norma Salazar Φ Chepy Salinas Domínguez Φ Maribel Tenorio Orozco Φ Herlinda Matilde Valdez Rodríguez Φ Berenice Velázquez Φ Yolanda Victorio Φ Joselyn Zaldívar Φ



(Yucatán, 1976) Psicóloga, Psicoterapeuta y Mediadora de lectura. Radica en el Valle de San Quintín, en México; donde colabora con asociaciones locales sin fines de lucro como: mujeres con cáncer de mama y en situación de violencia, niños con cáncer y niños con discapacidad, así como niños que son hijos de indígenas migrantes. Productora de la radiodifusora indigenista La Voz del Valle. Publicó *Un amigo en el corazón*, Editorial Soconusco Emergente (México, 2023). Publicó en La Revista de la Universidad Autónoma de México (México/2022). En la plataforma de Google Blogger produce: Letras en torno al cáncer y Voces por la Paz BC.

**Jacqueline Campos, compiladora**

## MARIBEL TENORIO OROZCO



(Mexicali, Baja California, México). Soy cachanilla de corazón; estudié Licenciatura en Ciencias Empresariales. Actualmente estoy pensionada, y como crecí en una familia de comerciantes decidí poner un BAZAR como emprendedora. Mi pasatiempo y terapia es armar rompecabezas. Me gustan los perros y tengo cinco en casa. Mi pasión es Jesucristo, a quien le alabo día y noche, porque sin él no estaría presentándome ante ustedes.

### *La vida después del cáncer*

He notado por estos días que ya estoy envejeciendo, ya no soy la jovencita que a sus 35 años adquirió un cáncer patético y que, de alguna manera, llamé al someterme a situaciones que poco a poco dieron un ingrediente para que esas células cancerosas se activaran más y más...

A través de los años vi tantas cosas y viví cosas peores: 2014 el surgimiento del cáncer de mama, 2017 una trombosis en pierna derecha, 2019 una embolia que al ser estudiada detectan un tumor en el cerebro y una lesión en Lumbar 4. Con esta terrible situación los doctores la llaman metástasis. Y recientemente un infarto cerebral, como ellos lo llaman “chiquito”.

Reniego como los niños cuando no quieren ir a la escuela. En cada cita médica, además de aguantar el mal genio de algunas enfermeras, me destruye cada vez que veo a una mujer que no tiene cabello y que claramente sabemos que es el signo del cáncer. Algunas veces me pongo a platicar con ellas porque tengo la virtud de que me preguntan: «¿Y tú que haces aquí?». Piensan que apenas me estoy enfrentando a ese monstruo que es el cáncer; y pues no es así. Cuando comienzo a comentarles lo que han sido casi 10 años de tratamientos y medicamentos, terapias, 50 radiaciones en mi cuerpo, el que no tenga un seno, ni cabello en la coronilla de mi cabeza, porque al radiar la parte donde se descubrió el tumor se murió mi cabello... se sorprenden.

Cada mañana lucho con mi cabello, para que no se me vea lo pelón y así podría contar muchas cosas; como que las prótesis se me pierden, no recuerdo en ocasiones dónde las dejo, pero aun con todo esto, me trato de arreglar para mí. Porque a pesar de esta enfermedad que llamo “*Situación*”, decreto que en mi vida ya no existe más, que sólo tengo que seguir un tratamiento para frenar esto y que lo hago con mucho gusto emocionalmente; aunque a veces mi cuerpo no responde a eso que pienso.

Mis emociones y mi cuestión física son como un matrimonio, a veces se llevan bien, y a veces no se comprenden, entonces trato de que se pongan de acuerdo para lo que va a venir día con día.

Me choca cuando dicen: «¡Ay, qué bien te ves!». Si supieran cómo tengo las venas de mi brazo por donde pasaron tantas quimioterapias, que me duele, o esos tremendos dolores de cabeza que siento me matan; o mi cabello, que quisiera hacerme un corte diferente pero no puedo porque tengo tres pelos, aunado a que me tengo que tapar donde no tengo cabello, pues qué más... Desde el 2019 le dije adiós a mis zapatillas. No podré caminar con ellas por la lesión que me dejó la embolia y la lesión de la lumbar 4.

¿Pero saben qué? Dirán, «ay esta mujer cómo se queja», no, no es queja, es una pequeña descripción honesta de la vida; porque cada mañana que veo u oigo que alguien murió le digo a mi Dios: «Gracias Señor, porque tengo vida»; cada que veo a una persona poniéndose mal porque la quimio le hizo reacción, pienso «Gracias Señor, porque fortaleces mi cuerpo y es menos crítica mi situación ante estas personas».

Y no todo transcurre ante esta *situación*, aunque muy ligada está, porque diario está presente: A veces deseo lucir un vestido escotado, pero me acuerdo de la Graciela (mi prótesis) y pues no, no es muy conveniente, o se me va a salir, o se va a caer, tengo un sinfín de anécdotas de ella, como si fuera un chiquillo que me hace travesuras.

Gracias a Dios las modas ochenteras regresaron y puedo disfrutar de un lindo vestido con tenis; como decía al principio, estoy envejeciendo por los años vividos y también por todos los medicamentos y tratamientos a los que me sometí. Mi piel se ve marchita, mis ojos cansados, pero saben que: Doy gracias al Señor por ello, porque me permitió guerrear, me caí y él amorosamente me levantó; desde la pandemia del virus COVID-19 perdí tanta gente, como amigos y familia, y yo aquí aun de pie.



Y digo al Señor «Gracias, padre, gracias, porque tú misericordia es infinita conmigo». Cuántas personas a lo largo de esta lucha conocí y no tuvieron la oportunidad de luchar, se fueron en tres meses o menos.

Hace siete años, una doctora me dijo: «En promedio de vida es 10 años». Voy a cumplirlos y ¿saben qué? ¡Pamplinas! Voy a cumplir lo doble o tal vez, si mi Señor me lo permite, lo triple, porque el ser humano no es el que fija cuánto tiempo es el que vas a vivir; así el médico tenga doctorado y sea una eminencia.

El ser humano aparte de ser materia tiene también espíritu y aprende a tener fe y esperanza; porque fuimos creados por un ser supremo y hay que honrarlo con tu vida, con tus hechos y tus palabras. Aunque a veces nos equivoquemos, nadie es perfecto, pero puedes hacer las cosas lo mejor que puedas y vivir la vida lo mejor que puedas.

Antes del cáncer vivía oprimida, me separé del padre de mi hija cuando ella tenía nueve meses, porque él y su familia fueron el principal cáncer que pude conocer; y no se alejaba hasta que llegó esta *situación* y parece que le di alas para que volara. Fueron humillaciones, maltratos que no pude soportar, cuando alguien me preguntó: «¿Por qué engrandesces a un pende...?». Y fue cuando comprendí que aún con esto, tuve la oportunidad de dirigir mi vida a otro rumbo.

La primera vez que estuve en remisión era una mamá soltera codiciada. Eso me hizo empoderarme, porque me di cuenta de que un seno no es una mujer. Una mujer es un todo, con y sin un seno o los dos senos. Y lo que más te hace poderosa es la forma en cómo lo has enfrentado; como dice Gloria Trevi en una canción: «Todos me miran y me solté el cabello, me vestí de reina, me puse tacones, me pinté y era bella». Pero una belleza que resplandecía del alma.

Esa era yo, me ganó la vanidad y empecé con la locura de ponerme mi seno, además que me enloquecí en la fiesta y en el

alcohol (que por ningún motivo es saludable que ingieras alcohol de ningún tipo). A mí me dijo mi oncólogo: «Una copita de vino de vez en cuando no pasa nada». Pero hice mi propia ecuación y comencé la semana con la copita el viernes y terminaba un sábado por la noche o hasta la seguía entre semana, porque no podía faltar mi bote de cheve con clamato para el cansancio; pues mi jornada laboral era pesada.

Las desveladas y el alcohol aportaron a que revivieran las células cancerígenas, fue bueno, no lo sé, lo que sí sé es que nunca me mandaron a hacer una tomografía para saber que en general mi cuerpo estuviera del todo bien... Y ahí estaba un tumor en mi cerebro, escondido, que empezó a jugar con mi cabeza; unos dolores espantosos de cabeza, e ignorantemente pensé es el estrés del trabajo, pero pensé: «Sí sigo así, el cáncer va a regresar y va a hacer metástasis», y como la *Mony* vidente, le atiné.

Mi vida cambio, a pesar de que ya había experimentado lo que era una quimioterapia y lo que era una radiación; tomé las cosas con otra actitud, me valió perder mi cabello otra vez, me valió con tristeza, porque me dolió ya no poder usar zapatillas, pero fue algo que superé pronto; porque “Soy un ser humano que vale por lo que soy”, por lo que llevo dentro de mí para entregar a los demás, porque trato bien a los humanos, como doy espero recibir, pero también aprendí que no es bueno esperar nada de nadie. En esta *situación* no hay familia, ni amigos ni nada. Recién enfrenté esta *situación* nuevamente todos se alejaron y no me dolió; porque en el fondo siempre supe que soy mejor ser humano que ellos.

Si no querían mi presencia y mi cariño, otros que estaban tan necesitados de ello lo podían atesorar y cuidar. Y lo encontré en la asociación PROONCAVI, donde conocí a una chica despeinada, des preocupada, pero muy linda por dentro y por fuera que se llama Xóchitl. Fue una bendición en mi vida, porque a

través de su tiempo, sus cuidados y los de mis compañeras, aprendí que no hay familia de sangre, pero sí de corazón, y que no importa lo que venga, juntas lo vamos a lograr y a enfrentar.

Hay una vida después del cáncer, si la hay y de ti depende que sea linda. Hoy atesoro hasta la hoja que se cae del árbol, perdoné a otros y a mí por lo que viví, porque saben que: hay personas que se hacen valer a través de su posición económica y viven en una burbuja, pero también hay otras personas que vivimos en la realidad; y venga lo que venga, no dejaremos de ser lo que hemos decidido ser en esta vuelta de vida, porque al enfrentar el cáncer volvemos a nacer.



Mujeres sobrevivientes

## TERESA MUÑOZ



Sus libros más recientes son *El fin de la inocencia* (Quintanilla Ediciones 2020, cuentos) y *Días de Ceniza* (Amazon 2022, novela); las antologías *El tejido de la mujer araña*, *maternidades disidentes* (Mapa de Escritoras Mexicanas, 2022), *8M-2022 Escritoras Latinoamericanas* (Libros de la Editorial Digital EOS, Argentina, 2022) y *Para mujeres que se atreven a pensar y a proponer* (Mexicanas al grito de... ¡ya basta!, DEMAC, 2019-2020). Escribe las columnas *Las actrices también leen* y *Los riesgos del ocio* en las revistas electrónicas *Bitácora de vuelos* y *La Vereda*. Dirige y produce el programa de radio *Lecturas prestadas*, en Radio Torreón (promoción y difusión de la literatura).

Facebook: TeresaMuñoz.Escritora

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100089979597273>

Instagram: Teresa.munoz.547

*Pero grité y ahora ya no es mi cáncer*

*I*

Es curioso cómo las mujeres vamos desarrollando diversas formas de ser a lo largo de la vida. Comienzas siendo la niña, que luego se transforma en la hija, y luego en la hija de tus padres que las monjas del colegio quieren ver, y finalmente en la niña que fuiste.

Y así, vas asumiendo o creando la forma de la adolescente que ni idea tiene de lo que hay más adelante, la adolescente que quiere saber qué es lo que tiene enfrente, la que se encuentra en el hoy, la que se deprime, la que odia su cuerpo, la que lo ama como un ser caótico que se va adaptando a los momentos, los lugares y las personas para poder sobrevivir, pero que no deja de buscar internamente a esa que puede y a veces, logra ser, a pesar de las prohibiciones.

Pasas a ser la chica que encuentra sus modos para fingir ser la estudiante modelo; esa joven que comienza la aventura de los besos, las caricias, el trabajo que sirve para los libros y los viajes, las noches de baile sin parar, las amigas, los secretos entre muchas, la personalidad que se va desarrollando a pesar de que implique la pérdida del círculo social, la rebeldía asumida y la magia del descubrimiento corporal, del poder de la juventud y la sorpresa ante la alegría que se puede despertar en los demás.

A veces te topas con sombras que impiden que esas personalidades sigan creciendo y entonces te vuelves un algo oscuro, borroso, que por dentro grita «¡Sal de ahí!», aunque por fuera está paralizado; incapaz de saber por dónde, o cómo llegar a esa puerta por la que huirás más adelante, cuando tu yo verdadero encuentre la fuerza suficiente para llegar a lo que sigue que será tan luminoso como antes de toparte con el monstruo negro.

Y luego eres la de hoy. Amante, compañera, actriz, escritora, mamá rara e hija oveja negra. La que se detiene en el bulevar a

ver y escuchar a los pájaros acomodarse en los árboles. La que escribe historias de sexo y placer. La que escucha la risa de su marido y siente un calorcito muy especial en el centro del corazón, donde se guardan todas las cosas lindas y eternas. La que ve a sus hijos, que no se murieron en el proceso de esa maternidad difícil, convertidos en seres poderosos, que no nada más te llenan de orgullo a ti, sino que han creado vínculos con una sociedad que les aplaude. La que encontró un amor incondicional que está desde siempre ahí, sin mayores dudas, a pesar de la diferencia de edad. La que puede hablar con su padre viéndolo a los ojos. La que puede abrazar a su madre, nada más porque sí, y decirle que la quiere. La que disfruta la charla de tequila con los hermanos y la desvelada con las hermanas.

Y aquí es donde comienza lo difícil. A partir de mañana vendrá otro cambio y el descubrimiento de esa Teresa que es todo un misterio y que, al menos hoy, te llena de angustia. No sólo a ti. Sabes que todos los implicados están viviendo con el tiempo suspendido.

En el fondo confías que esa personalidad será tan resplandeciente como las que ya tienes, pero a veces dudas; sabes que vas a derribarte tú misma muchas y más veces, que odiarás, que necesitarás, que lamentarás, que te boicotearás, que será oscuro en ratos. Pero también, ya lo vives, amarás, desearás, te burlarás con afecto, seguirás.

En el fondo lo sabes, cada personalidad ha sido tan maravillosa, que vale la pena entender a esta nueva, recibirla y presentarla a la nueva realidad.

Pero necesitaremos paciencia. Todos.

*II*

No entendía por qué me estaba costando tanto pensar como los demás, en el sentido de que lo importante es la vida, la salud. He estado más consiente del seno que me quitarán. Ese es mi dolor. Vano para muchos. Todos dicen «eres más que una teta». Lo sé. Aun así, no quiero perderlo, me cuesta verme sin él, me reuso.

Entiendo que se puede poner nuevo, entiendo que lo principal es quitar el cáncer, que no siga creciendo, que se elimine la posibilidad de muerte dolorosa por desidia. Que soy afortunada con respecto a muchas otras que no lo descubrieron a tiempo.

Pero hoy sé por qué me es difícil pensar como los demás. Han sido muchos años trabajando con mi autoestima. Casi veinte. Sabiendo que era fea, que no era lista, con nadie en mi pasado que me ayudara a crear una imagen agradable de mí, me he reconstruido en la belleza a partir de creer en ella. Sola. Mi vanidad es válida, es mía y quiero conservarla. Aunque el resto del mundo diga que eso son minucias cuando uno escucha la palabra cáncer.

Con cáncer, todo se vuelve una palabra: salvarse. Pero hoy estoy enojada. No quiero perder mi seno, me ha acompañado todos estos años y me ha dado placer. No sirvió de mucho para amamantar; pero sí fue todo un dador de placer para mí, para los demás. Una fuente de belleza, una sensación de bienestar, de saber que todo está en su lugar. Mis senos, esa parte de mi cuerpo donde el ejercicio se nota primero. Ese placer de enseñarlos a la menor provocación. Mi seno tan deseado, besado, pellizcado, succionado, acariciado, ambicionado. No me digan que me conforme, no me pidan que piense en sustituirlo en cuanto se pueda por otro. No me hablen de todas las demás que logran vivir sin el suyo. No me digan que son los designios de alguna deidad, o destino, o que me tocó algún castigo. No me pidan que me enfoque en lo importante. Hoy no.

No puedo llorar, no puedo despedirme de él, no puedo tampoco hacer lo que aquel personaje de *El valle de las muñecas*, porque amo la vida. Y, sin embargo, hoy entiendo completamente que haya decidido controlar su cuerpo, de manera inexplicable, incomprensible, impensable para los tiempos que vivimos ahora.

Ahora ya no lo tendré. No. Me reuso a perderlo. Me duele. Acababa de identificar mi belleza, tengo solo veinte años sabiéndome hermosa como para que ahora llegué un cáncer salido de la nada, a arrebatarme la confianza en mi cuerpo y me ponga otra vez del lado de la incertidumbre; del lado del «¿Qué voy a hacer con mi exterior? ¿Cómo voy a enfrentar al mundo con medio cuerpo, sin una teta, sin mis escotes?» Con el vacío, con ese espacio que va a quedar avisando, obligando a una reconstrucción mental, una reconstrucción de belleza que no sé si podré. No sé cómo será mi vida saliendo de la cirugía, cómo me voy a ver a mí misma, cómo me voy a sentir, cómo voy a ver a los demás y cómo el mundo me verá.

Estoy cansada, no quiero seguir, pero tampoco quiero morir.

Desearía que el tiempo se congelara y no pasar de este día. Aquí quedarnos, en la espera del mañana en que me internarán. O mejor, regresar al tiempo de hace unos meses, cuando no tenía esta sombra encima.

Así que no, hoy no permito me den consejos sobre cómo ser valiente, ni que me recuerden lo mucho que he superado en la vida. Menos que me recuerden todo el valor interno que tengo como persona.

Hoy estoy de luto, no sé cuánto tiempo, sé que no será mucho. Pero hoy decido estar de luto, con la rabia bien puesta y la vanidad destrozada.





La vida con lazo rosa

## SONIA GABRIELA AYALA CANO



Bióloga egresada de la Universidad Autónoma de Baja California, con maestría en Manejo de Ecosistemas de Zonas Áridas. Dedicada al manejo de la fauna silvestre, en particular del borrego cimarrón (*Ovis canadensis cremnobates*).

<https://www.facebook.com/Cremnobates>  
miradadeespejo@gmail.com

***Señal: el día que decidí volver a ser fuerte***

El cáncer llegó sin previo aviso y mi vida cambio, me lastimó, me perturbó. Ese día fue el 24 de diciembre cuando el resultado de la biopsia lo confirmó. El doctor me dijo: «Tranquila, respira hondo; el cáncer apenas empieza, todo tiene solución».

Pero mi cabeza dio mil vueltas, me sentía como en otra dimensión, no alcanzaba a reaccionar; lo único que pensé era en mis hijos, en no llorar, en contener mi llanto, en que debía ser fuerte y nada más. Después de todas las recomendaciones y lo que seguía por hacer, salí muy triste del consultorio, con un gran nudo en la garganta; pero también con una gran determinación: ¡El cáncer no me vencerá!

¿Qué si sentí miedo? Sí, sí lo sentí, y mucho. Fue una mezcla de sentimientos entre miedo, tristeza, coraje y reclamo. Tomé a mi pequeña de la mano y empezamos a caminar. Nos sentamos en la banqueta, pero mientras esperamos a que mi sobrino pasara por nosotras mi mente seguía en otra dimensión, en el país de los reclamos.

Me quedé en silencio haciendo un gran esfuerzo para contener mi llanto, intenté todo lo posible para no romperme; para mantenerme fuerte frente a mi hija y no llorar ante ella, porque si dejaba escapar las lágrimas estas ya no pararían en todo el día y mi hija tenía cuatro años. Ella como buena niña inquieta y parlanchina hablaba, mientras yo permanecía como en un letargo donde escuché su voz a lo lejos, muy lejos.

En ese preciso instante que en mis pensamientos le cuestionaba a Dios «¿Por qué? ¿Por qué a mí otra vez? ¿Qué hice? ¿Qué debo?» un perro grande y negro de la nada apareció y se acercó y se sentó entre nosotras. El peludo negro me inspiró confianza y calma e inmediatamente recordé al perro que tuve cuando era niña, el *Duke*; este perro era igualito, hasta lo miré igual de viejo que mí Duke cuando murió.

El perro se acercó un poco más a mí y me animé a acariciar su sucio pelaje. Me miró fija y tranquilamente, sus ojos eran tan negros y profundos como un túnel con la luz encendida hasta el final; me vio como si en ese instante me estuviera leyendo la mente, parecía que sabía lo que en ese momento le estaba cuestionando a Dios; a través de su mirada me transmitió mucha calma, mucha fuerza y mucha paz.

Sentí como si el perro me dijera: «¡Tranquila, todo mejorará! Saldrás bien de esta nueva prueba, nada malo te pasará». Fue como si el viejo perro negro conociera mi situación y así como llegó se fue; en un instante desapareció. Entonces entendí que el perro era la señal, que él era la respuesta a mis preguntas. En ese momento decidí volver a ser fuerte, no fue una opción, fue una determinación.

Decidí no llorar, decidí confiar, decidí volver a ser fuerte, decidí volver a luchar, decidí volver a ser valiente. Ese día comprendí que las pruebas pasadas no eran nada en comparación con lo que me esperaba de ahí en adelante. Todo el dolor vivido anteriormente, como el accidente que casi me cuesta la vida y que me dejó una discapacidad, y la traición de la persona que más apoyé, y después el divorcio, y muchas cosas más... aquello pasado se volvió insignificante.

Ese mismo día tuve la primera consulta con el oncólogo, pero antes de ir a la cita fuimos a casa de mis padres para hacer tiempo. Le menté descaradamente a mi madre sobre el diagnóstico cuando me preguntó respecto a los resultados de los estudios; lo hice con una facilidad que aun pienso como le hice para aparentar tanta calma.

Después del oncólogo regresé a mi casa como si nada, decidí enfrentar una prueba más y pasar una noche buena en paz, sin dramas, llantos y sin preocupar a los demás; mi diagnóstico sólo lo sabíamos mi hermana, mi sobrino y yo.

Ese 24 de diciembre no lloré, decidí ser fuerte, mi dolor y mi miedo, aguanté; los cambié por serenidad, lo tomé con calma y me dispuse a cenar, con mi familia brindé y nos tomamos la foto familiar de esa navidad; que por cierto fue la última fotografía con mi padre.

Esa noche abracé muy fuerte a mis hijos, le pedí a Dios salud, bienestar y seguir con ellos muchos años, verlos crecer y florecer. Le di las gracias por la señal perruna y por mi fuerza agrandar.

Desde entonces han sido días buenos, malos, frustrantes, de desesperación, con miedo, de esperanza, de soledad, de extrañar mucho a mis hijos cuando estaba en el hospital; días de estar lejos de ellos en el proceso de las terapias, días de aprendizaje, de reconocimiento a mis errores y a mis defectos.

Han pasado casi cuatro años desde el diagnóstico, cuatro años de retos, de lucha, de aprendizaje, años difíciles; pero con mucha entereza.

A casi cuatro años de emprender esta nueva batalla, agradezco infinitamente a los que me apoyaron de una u otra manera en esta etapa; en esta nueva transición, en este nuevo reto, en este nuevo aprendizaje (familia, amigas, amistades, ex compañeros de Cruz Roja, maestras, conocidos, etc.).

Gracias a Dios, a la vida, al destino, a la naturaleza, a todos gracias.

Gracias por seguir teniendo la oportunidad de estar con mis hijos, por cada nuevo despertar junto a ellos, por cada día, por cada nuevo amanecer, por cada nuevo anochecer, por seguir y por estar. Gracias a todos por igual.



La vida con lazo rosa

## DÉBORA HAZADA



Licenciada en Composición musical por la UMSNH. Ha participado recientemente en la Antología del Quinto Concurso de Cuento Corto de Escritoras Mexicanas (FENALEM) con su cuento *Nuestro taxista de confianza*, y en la antología *Mujeres con mala Reputación* de la Red de escritoras de Michoacán, y en 2023 en la antología *Mujeres que besan* de Escritoras sin Fronteras y CODISE. Publicó en 2018 su libro de cuentos *Histerias de la Memoria* y en 2020 el poemario *Yo soy voz y Trucos para no enloquecer*. Segundo lugar en el Concurso de Cuento del Centro Cultural Elena Garro en el 2022, con su cuento *Fiebre o río*.

*Mañana veremos qué hacer*

Nunca fueron pequeñas. Tampoco muy grandes, yo las sentía perfectas. Mis amantes las llamaron perfectas. Vanidad. Sí, al final todo resulta ser vanidad de vanidades. Soy algo más que mis tetas. Ser mujer es más que un par de senos hermosos, pero no importa cuánto me lo repita hoy aun no quiero mirarme, no me atrevo, tampoco quiero tocarme. Leer o escuchar otros casos no me sirve, me enoja.

Yo no soy ellas, yo no. Esperan que lo entienda, que lo acepte, que siga adelante. Me exigen valor, fuerza, entereza. Entereza, vaya, ¿cómo? No estoy entera, nunca más estaré entera. Bueno, ya tenía mucho tiempo sin estar entera, he perdido dos muelas, me sacaron el apéndice, a los trece me quitaron las anginas, me he cortado el cabello muchas veces hasta a rape. Pero el cabello crece. Me veía fatal, al principio al menos, luego aprendí a maquillarme diferente, a levantar la cara distinta, que ropa usar, qué accesorios.

Tuve ganas de no volver a salir a la calle, pero encontré como gustarme otra vez. Soy ingeniosa, creativa, tengo sentido del humor, jiribilla y unos que siempre brillan, una sonrisa que siempre me ha salvado. Soy yo, aún soy yo, y siempre seré yo. Esta vez será igual, también voy a poder ahora. Solo por hoy me quedaré aquí, hoy me haré bolita en la cama y escucharé música hasta dormirme y volver a despertar vez tras vez.

Mañana, mañana veremos qué hacer.



## YOLANDA VICTORIO



Maestra normalista. Radica en Ensenada, Baja California. Escribe desde los 12 años. A los 16 ganó un concurso de poesía en la Escuela Normal Urbana Federal de La Paz, B.C.S y empezó a publicar en un espacio cultural del periódico *Ecos*. Actualmente se dedica a la psicología privada. Pública en diversas revistas electrónicas y participa en antologías. Ha publicado un poemario y un libro en coautoría.

*Lo que ella me dijo*

Se las llevó el mar  
de olas embravecidas,  
el viento las agitó

Una espuma terrosa  
acunaba las palabras,  
por instantes miedo  
otras veces esperanza.

Lo que ella me dijo  
Es que sanaría,  
que enfrentaría al mal  
con toda su fuerza.

Pensé decirle  
tantas cosas ese día,  
más mi garganta endureció,  
se volvió de piedra.

Es cáncer me dijo.  
¡Ahh! Esa palabra estúpida,  
¡Despiadada, aquí no entres!

Dolor y sombra  
coraje en la lucha  
fortaleza en las raíces,  
temblor que sacude las ramas.

Hoy se ha ido  
llevándose consigo  
las palabras:  
“Cada momento de luz y oscuridad  
es un milagro”.



### *Recortes de mi vida*

Nací en la región de la Montaña Verde de Guerrero, en un pueblo conocido como Tlapa. Los abuelos decían que Tlapa significa “lugar donde lavan” en náhuatl, lengua de nuestros ancestros.

Viví mi niñez como una flor de clavelina en primavera. Me bautizaron como Lidia Vázquez. Crecí sin saber que los niños iban a un lugar para aprender, porque en el pueblo no había escuela. Como niña jugué a la comidita con tierra y piedras, tuve amigas que dejé de ver a los siete años porque migramos a Sinaloa, donde fuimos jornaleros; era 1952 y desde entonces trabajé como niña en los campos. En Sinaloa tuve amigas que asistían a la escuela y me invitaron a ir, pero nunca fui.

A los diecisiete años migré a Baja California, primero a Mexicali y después a San Quintín, donde conocí a Francisco López. Me enamoró, y sus ojos sólo me veían a mí... Tuvimos tres hijos que fueron a la escuela y fui feliz, porque aprenderían cosas de los libros que ignoré, pero la felicidad no duró. Francisco conoció a otra mujer y él dejó de verme, jugó con mis sentimientos; por él conocí la traición. Me volví madre soltera con el abandono, dejó de mantener a nuestros hijos. Y en medio de ese dolor me enfermé sin saber que mi vida podría peligrar.

El cáncer de mamá en el seno izquierdo se alojó cerca de mi corazón, y como una guerrera oré por mi salud, hincada en soledad; sabía que Dios es fiel y que no me abandonaría. Le pedí su ayuda, y también decidí dejar de pensar en el dolor por la traición de Francisco y comencé a concentrarme en atender mi salud. Hice lo que me indicaron en el programa de cáncer en el centro de salud.

Viajé sola una decena de ocasiones a Ensenada para recibir quimioterapia; pero siempre estuve acompañada de mi fe. Conocí personas buenas que se interesaron en mí, como enfermeras y

## Mujeres sobrevivientes

médicos que me cuidan; además tengo nuevas amigas que son como yo, nosotras vivimos y luchamos contra el cáncer.

Hoy me doy cuenta más que nunca que Dios existe y me ve. Mi salud mejora, mis hijos estudian y crecen a mi lado. Sé que serán buenos hombres y mujeres, me lo demuestran cada día; y yo sigo siendo una guerrera nacida en Tlapa, que ahora tiene un nuevo significado para mí. Soy de un “lugar donde las mujeres lavan la tristeza y se convierten en guerreras ante la adversidad”.

[Ejercicio de escritura creativa por miembros de la asociación Mujeres de San Quintín que viven y luchan contra el cáncer A.C.]



## GABRIELA LADRÓN DE GUEVARA DE LEÓN



Mexicana. Profesora-Investigadora en la Universidad Autónoma de la Ciudad de México. Narradora oral, escritora y amante de la literatura. Su poemario *Ciudad: Mujer en movimiento*, publicado por Enero Once Editorial e inauguró la colección *Máquina de Trinos*.

Facebook: <https://www.facebook.com/gabriela.ladrondeguevaradeleon/>

Instagram: <https://www.instagram.com/gabrielaladrondeg/>

Twitter: @GabLadron

### *A través del espejo*

Como todas las mañanas, me levanté y me dirigí al baño. Lo primero, como todos los días era vaciar mi vejiga. Una vez hecho eso, podía iniciar mi día sin presiones. Me metí a bañar a toda velocidad, me sequé y desenredé mi cabello. Envuelta en la bata, me acomodé frente al espejo y saqué la secadora. Con el cepillo redondo empecé a peinarme con la secadora. Estaba viendo mi reflejo y le sonreí. Pero mi reflejo no me sonrió. Sorprendida, miré de nuevo el espejo. Mi reflejo me veía con la mirada vacía, como perdida, ida.

Me asusté. No por ver que mi reflejo no se movía al mismo ritmo que yo, o por ver que una extraña me miraba desde el espejo. No, me asustó que sus ojos habían perdido toda esperanza. Me dolió verla tan apagada, perdida, angustiada. Sin hablar, me rogaba que la ayudara. No sabía qué hacer, estaba confundida y no entendía qué pasaba. Quise preguntarle algo, pero la mente se me quedó en blanco. Ella me miraba angustiada y rogándome ayuda con la mirada.

De verdad, quería ayudarla. Pero el terror pudo más que yo. Como pude, salí corriendo del baño y cerré la puerta. Entré a mi recámara a toda prisa, me vestí como pude. Ni crema me puse. Tomé mi bolsa de maquillaje y salí corriendo. No desayuné del susto. Como llegué muy temprano al trabajo me maquillé ahí. Desayuné y a las 9 empecé mi oficio. Me absorbieron los pendientes laborales. Cuando se acercó el momento de salir, recordé a la mujer del espejo. No quería regresar a mi casa, me daba pánico encontrarme con esa mujer y sentirme impotente.

Mi amiga Laura me invitó al cine al salir de trabajar. No tenía muchas ganas de ir con ella, pero tenía menos ganas de llegar a casa. Fuimos al cine y después a cenar. Normalmente no me quedaba tan tarde fuera, menos entre semana, pero la verdad, no quería llegar a casa. Se me ocurrió invitar a Laura a tomar un último café en mi casa. Aceptó contenta. Llegamos a mi casa,

entramos y traté de hacer todo lo más lentamente posible: poner la cafetera, sacar unas galletas y sentarme con ella a conversar. Finalmente, a las 9:30 Laura se tuvo que ir. Me quedé sola.

Apenas cerré la puerta tras de Laura el pánico que había tratado de controlar salió a flote de nuevo. Tenía que ir al baño, pero tenía miedo. Limpié todo lo que habíamos utilizado Laura y yo. La urgencia de ir al baño era cada vez mayor. Ya sin poder aguantarme más entré al baño, sin ver el espejo, me senté en el retrete e hice lo mío. Ya descansada, me sentía mucho más tranquila. Pero tenía que lavarme las manos.

Resignada me dirigí al lavabo y abrí la llave para lavarme las manos. Con cuidado y mucho miedo me asomé al espejo. Vi nuevamente m reflejo, pero era yo, sin más ni menos. Mi reflejo normal, tal y como siempre había sido. Hice algunos gestos y era yo. Tal cual. Pensé que la situación de la mañana había sido una tontería, imaginación o hasta algún mareo extraño. Sacudí las manos y mojé el espejo, jugando. Mi reflejo cerró los ojos, como si le hubieran caído las gotas de agua en la cara.

Aullé de la sorpresa. No sabía qué hacer, pero sabía que no quería quedarme en el baño. Salí dando de gritos y llorando. Me encerré en mi recámara y lloré. Después de un rato, me calmé y pensé que, si yo fuera esa mujer, me gustaría que alguien me ayudara. Con miedo, decidí hablarle. Me dolía saberla tan mal. Temblando entré al baño. Me asomé al espejo y la vi. Había llorado como yo. Pero se veía pálida, muy delgada y desmejorada. No era yo. En definitiva, nos parecíamos, pero no era yo. Temblorosa me acerqué

—¿Quién eres?

—Soy Gabriela, ¿y tú?

—Soy Gabriela, pero soy otra, no tú.

—No, tú no eres yo. Tú estás sana y feliz. Yo me estoy muriendo.

—¿Cómo es eso?

—¿Recuerdas la biopsia del 2017? Salió positiva.

—¡No! Salió negativa.

—No en mi caso. Creo que estuvimos juntas hasta ese momento. Después, cada una vivió su vida. O trató de vivirla.

—¿Cómo te ayudo?

—No sé. Me estás escuchando. Eso es mucho más de lo que me han dado en estos días.

—¿Estás sola?

—Mucho. No confío en nadie. Pero sé que eres feliz y eso me hace feliz, en cierta manera.

—Sí, soy feliz. Me duele que tú no lo seas.

Llorando, acerqué mi mano al espejo y toqué la cara de mi gemela. La sentí tibia y suave, como la mía. Ella tomó mi mano sobre su mejilla y me sonrió. —Eso era todo lo que quería— me dijo. Y la perdí. Solo quedó mi reflejo. Sentí que se iba el alma. Solo quedó mi reflejo en el frío espejo.

*Definiciones*

Toque de arcoíris  
vuelo libre sin fronteras  
escucha atenta  
café cada mañana  
brisa de verano  
luna llena de invierno  
escarcha en ventana  
vendaval que todo envuelve  
beso pícaro robado  
mirada de madrugada  
paseo por viejas callejuelas  
historias murmuradas  
mano firme tras biopsia  
abrazo en dolor extremo  
    eso es amor  
    lo que nos une  
        lo que tenemos



**SUSANA RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ**



(Jacona Michoacán México). Actualmente radico en el Valle de San Quintín, Baja California. Estudié la carrera técnica de "Cultura de belleza" en la ciudad de Tijuana B.C. Ejercí mi profesión 10 años, la dejé de lado para dedicar tiempo completo a lo que llamo mi empresa que es "mi familia". Mis son pasatiempos, cocinar, coser y algo de manualidades. Con la ayuda de Dios salgo adelante en esta nueva condición de vida, gracias a Dios por no soltarme de sus benditas manos. Él es mi refugio y mi fortaleza. Mi lema: Cáncer = Renacer



### *Mis dos corazones*

Tiempo atrás, un corazón noble, sincero y apasionado, cantaba y bailaba, al ritmo que le tocaran. Un día, a este corazón, una triste noticia le darían, Pues, ¿cómo seguir? Apachurrado se sentía. Él, cáncer tenía, difícil situación, con sus seres amados sentía, este corazón, en tratamiento se pondría y sus doctores con sabiduría y conocimientos sanarían. Apoyos de todo tipo a este corazón no tardaron en llegar, tantos ángeles en el camino lo hicieron sanar. En vano sería la ciencia sin el apoyo emocional.

Ahora, este corazón ¡agradecido está! con cada ángel que a su lado pasó, por cada gesto que en apoyo recibió: miradas, sonrisas, palmadas, abrazos, mensajes, llamadas, oraciones, visitas, hospedaje y tantas atenciones más. ¡Está tan agradecido! Cómo pagar lo que en su triste momento recibió.

Por siempre en su vida, el agradecimiento se quedó. Este corazón agradecido por siempre estará y a la distancia saludos, abrazos y besos les manda.



## YESSIKA MARÍA RENGIFO CASTILLO



Poeta colombiana, narradora, articulista, investigadora y docente. Es Licenciada en Humanidades y Lengua Castellana, especialista en Infancia, Cultura y Desarrollo. Magister en Infancia y Cultura de la Universidad Distrital Francisco José De Caldas, Bogotá, Colombia. Desde niña ha sido una apasionada por los procesos de lecto-escritura. Publicada en las revistas como: *Infancias Imágenes*, *Plumilla Educativa* y *Escribanía*. Autora del poemario *Palabras en la distancia* (2015) y los libros *El silencio y otras historias*, y *Luciana y algo más que contar*.

*Un intruso en mí*

*A las luchadoras que a diario miran el sol.*

En cama se manifestó  
y en el espejo habló  
con intenso dolor  
ante la insistencia  
de estar en mí.  
Con una fotografía médica  
y un tacto de turno  
supe que su estadía  
sería maligna  
en las melodías de mi luna.  
Antes que saludara  
con las espinas y las rosas  
a mis frágiles órganos  
hubo una mastectomía  
que inundó de llanto mis ojos  
y preguntas al cielo  
que no robaron mi calma  
en días  
de desierto.

Un intruso en mí  
pintó las estaciones  
de invierno y de otoño,  
que en los senderos de la primavera  
y el verano  
me enseñaron a vivir  
con miles de intensidad  
los himnos de amar.

*Sin mirar atrás*

El cuidado será eterno  
y las ganas de vivir sin final  
aunque el pasado borró las sonrisas  
en días de neblina.

Acompañó a su vientre  
y la laceración de la rosa de vida  
que es sintonía de alegría  
porque se alargan los días.

Sin mirar atrás  
el cáncer se ha ido  
como las tormentas  
de sus mañanas frías.



## MARÍA DEL CARMEN CARRILLO VALDEZ



(Guasave, Sinaloa, México). Actualmente vivo en San Quintín, Baja California. Me dedico a mis dos hijos, mi hogar y cuidar de mi salud. Mi esposo es mi mejor amigo. Soy voluntaria en el comedor de una primaria donde disfruto de ver las caritas tan bonitas de los niños. A pesar de mi diagnóstico no me detuve, estoy luchando con motivación y fe. Mi fortaleza es Dios, leer la biblia y cantar alabanzas y el apoyo de mi amada familia. “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Filipenses 4.13) es mi texto bíblico favorito que quiero compartir con ustedes.

[Redacción de Jacqueline Campos, de acuerdo con entrevista realizada a Carmen Carrillo]

### ***Mi experiencia dolorosa con el cáncer me hizo renacer***

Carmen es migrante de Sinaloa, radica en el Valle de San Quintín, donde trabajó como jornalera y formó su propia familia. Hace un par de años vivió dos situaciones estresantes muy agudas -el diagnóstico de discapacidad intelectual de su hija de ocho años y el duelo por la muerte inesperada de una tía a causa del cáncer, quien fue como una madre para Carmen-; mientras trataba de adaptarse a estas situaciones dolorosas la silenciosa enfermedad del cáncer se instaló en su cuerpo sin ella saberlo. Sin embargo, para fortuna de Carmen, ella conocía los síntomas del cáncer de mama en esa época, porque asistió a pláticas de prevención en un centro de salud comunitario.

La primera anomalía que detectó fue una ‘bolita’ en el *seno derecho* al bañarse, el descubrimiento la llenó de pavor al recordar que su tía había muerto a causa del cáncer de mama al tercer mes después de recibir el diagnóstico; Carmen sintió el temor como un pesado saco que la sofocaba, y a pesar de cargar con el miedo corrió a la clínica; el diagnóstico fue un fibroma benigno. Carmen con cierta tranquilidad retomó su trabajo en los surcos, pero al poco tiempo se presentó la segunda anomalía: la falta de fuerza en el *brazo derecho* que atribuyó al esfuerzo físico. El cáncer estaba afectando sus ganglios linfáticos y ella lo ignoraba. La tercera anomalía se apareció días después, cuando se miró al espejo ella notó ‘un hundimiento extraño en el mismo seno con fibroma’; entonces un sudor frío la invadió, notar el hundimiento le recordó la plática de prevención: “un hundimiento o cambio extraño en forma de la mama puede ser un síntoma, si tienes un familiar directo que tuvo cáncer de mama tu probabilidad de padecerlo aumenta”... El miedo a la muerte se apoderó de las emociones de Carmen, sus piernas no querían moverse, parecían enraizadas a la tierra, pero el amor a su familia la hizo correr nuevamente a la clínica. Tenía 39 años cuando se hizo la primera mamografía que confirmó nueve tumoraciones.

Para Carmen el miedo a la muerte se volvió como su sombra, como un saco invisible que aprisiona; temerosa, pero con una fe renovándose en su interior. Espero el 21 de octubre, día de la mastectomía radical, una fecha que marcó un antes y un después en su vida. Tuvo que viajar constantemente desde San Quintín a Ensenada, en cada viaje recorrió 335 km hasta la clínica con atención oncológica (atención que carece su municipio de San Quintín); allá le retiraron el seno derecho y 19 ganglios linfáticos. Recibió cuatro ciclos de quimioterapia.

El 2021 fue un año intenso que transformó a Carmen: su larga cabellera que llegaba hasta las sus caderas desapareció, dejó de trabajar, suspendió el apoyo externo para la discapacidad de su hija, renovó su vida espiritual, pero redescubrió el amor incondicional de su esposo y sus hijos. Ella sabe que la probabilidad de que el cáncer vuelva a su cuerpo es mayor en ella, en comparación con las mujeres que nunca han padecido la enfermedad; sin embargo, la nueva Carmen, una mujer de cabello corto, sonrisa amplia y mirada luminosa que irradia paz, ¡Brilla! Aprendió que las alabanzas calman espanta los temores, que el miedo se desvanece con oración. Su fe la mantiene viviendo tranquila, y cuando tiene la oportunidad de compartir a otros su testimonio afirma: «Mi experiencia dolorosa con el cáncer me hizo renacer. Sé que se puede vivir y sonreír, no pensando en el qué dirán... sólo por la dicha de estar aquí con las personas que Dios puso a mi alrededor».

Carmen Carrillo le ganó al cáncer. Hoy con disciplina toma medicamentos oncológicos y lo hará por varios años. Ella pertenece a la asociación 'Mujeres de San Quintín que viven y luchan contra el cáncer' y hace activismo en favor de la prevención. Quiere contribuir a que más mujeres lleguen a un diagnóstico oportuno y que no mueran como su tía, porque ahora Carmen sabe por experiencia que el cáncer de mama ¡Sí es curable cuando se detecta a tiempo! ☸

Mujeres sobrevivientes

## **AIDE MATA**



Escritora y poeta, orgullosamente Chihuahuense y originaria de ciudad Ojinaga. En su corta trayectoria tiene en su haber más de diez participaciones en antologías, varios poemas publicados en libros y revistas literarias, apariciones en ferias virtuales internacionales; es miembro activo del Colectivo Cultural Mosaicos y Letras. Ha trabajado en editoriales como: Voz de Tinta, Yishu, Morgana y Códice. Actualmente prepara su primer libro en solitario.



## *El gigante*

«¿Cómo llegue a este estado?» se preguntó Estela mirando su mano vendada, sufriendo un dolor físico y mental que no se terminaba. Todo empezó con una llamada, en la cual le solicitaba una voz apática al otro lado del teléfono que acudiera con su médico debido a que su mastografía había salido borrosa. El Diagnóstico: cáncer de mama. Fue así como comenzó aquel viaje.

Fue remitida al oncólogo cirujano, quien llevaría a cabo el procedimiento. Fue el quien le informó que harían una mastectomía radical. Estela entró al quirófano con mucha entereza, misma con la que había tomado su realidad. Recordó que cuando el Dr. Ramírez entró le comunicó que haría otro procedimiento. A su lado la anesthesióloga se sorprendió al igual que ella. En ese momento Estela sólo atinó a preguntar «¿Es por mi bien?». Y él contestó que sí. Fue así como entró a cirugía, confiando en el criterio del médico. Al despertar se vio con una sonda y el seno aun en su torso, no entendió nada. Sufrió otra cirugía por culpa de ese doctor en la cual le retiraron los ganglios axilares y le dijeron que el seno debía quedarse. El resultado era claro: metástasis en la linfa, gracias a aquel doctor que le había ganado su ego.

Después de la cirugía volvió a oncología para obtener un nuevo formato para veinte quimioterapias, cuatro de ellas agresivas y dieciséis más leves a las cuales acudió puntualmente. Tal vez por ahorrarse unos cuantos miles, el IMSS canalizaba con agujas normales a sus pacientes oncológicos, pero cómo quejarse si ella era sólo una de tantas pacientes que eran canalizadas de esa manera. Estela sintió una fuerte quemadura en la mano.

Con el paso de los días la mano continuó inflamándose más y el dolor haciéndose insoportable, a tal grado de no aguantar las ganas de llorar. En el dorso de su mano se apreciaba un punto negro agrandándose más y más. Estela tomó la decisión de ir a urgencias. Al revisarla notaron que sus uñas empezaron a

oscurecerse, aun así, tuvo que esperar como tantos pacientes que se encontraban en aquella sala. Pasaron varias horas y se acercó otro hombre con bata blanca para realizarle varias preguntas, nuevamente tuvo que volver a contar lo sucedido y así varias veces hasta que por fin la ingresaron. El medico en turno al verla y darse cuenta de la magnitud del problema se deslindó de responsabilidad mencionándole que no contaban con algún oncólogo y que sólo la atendería por el momento, pues traía una mega celulitis, es decir, una gran infección por una quemadura química. Unas horas después llegó otro médico, que tajantemente le informo que lo mejor era cortarte el brazo más arriba del codo, pues las venas ya se encontraban muy quemadas, era posible que no pudiese recuperarlas, al igual que la mano.

«Señor, ¿soy un perro acaso para que me corten una pata?»

Las quimios se habían terminado, empezaría con 25 radioterapias que completarían su esquema, y ella no pensaba dejarlas a pesar de la presión que ejercían en su trabajo y en el IMSS; necesitaba vivir sin importar lo que tuviera que pasar. Al llegar a la nueva unidad el cirujano plástico que la atendió de primera vez la trato en forma déspota, una vez más le hizo ver que esa mano ya era inútil, pero ella se inconformó y buscó que la enviaran con alguien más, no se iba dejar cortar la mano. En ese momento consideró meter una demanda interna a la capital del estado y lo hizo, pero la respuesta fue nula. De nueva cuenta se enfrentó a una cirujana plástica quien también sugería cortar la mano. “Lo más fácil”. Estela se negó y exigió que buscara otra solución. Y sí lo hizo, una nueva cirugía en la que le abrieron un boquete en el dorso que casi la traspasa; era tan grande que todos se sorprendieron al verlo, los nervios lastimados, la piel abierta, los tendones al aire, un megaboquete; era impresionante lo que le habían hecho.

Una vez a la semana la extraían a su terapia de radiación mientras se encontraba hospitalizada y lo que ella pensó era mala

suerte, volvía convertirse en una pesadilla más. ¿Acaso no se acababa su suplicio? «Maldita sea». Se llago toda, axila, cuello, seno, y sólo le decían que era normal debido al procedimiento, mientras soportaba los dos dolores al mismo tiempo y esperaba terminar con su terapia para entrar otra vez a cirugía, la última de diez desde la biopsia. El colgajo abdominal que le habían colocado en la mano para ayudar a la recuperación de esta volvía a necrosarse.

Era tan fuerte aquel químico que terminó con el colgajo. Así paso otro año, la oncóloga fue quien le informó que las llagas de radiación fueron debido a que la máquina estaba mal calibrada, la hiper-radiaron. Otro error que se sumaba a los muchos que ya llevaba. ¿Cuántas mujeres habrá como en su caso? La mandaron a terapia y sólo lograron afectarla más, hasta que el cirujano plástico dio la orden de incapacidad permanente después de no poder hacer más. Eso la llevaba a ese preciso momento.

Aquello que sostenía en su mano eran los documentos de esa incapacidad y el llanto era debido que acababa de colgarle a un abogado para demandar, contando toda su historia tal cual y la respuesta había sido: «Nadie le gana al gigante, no hay un doctor que vaya en contra de otro de su género, desechando su caso al instante». Que impotencia, soportar aquel infierno y también la crueldad de la sociedad. ¿Cómo levantar la voz cuando las lágrimas ahogan y cierran tu garganta y no deja salir sonido alguno? ¿De qué manera logras levantarte con un cuerpo extenuado, como si fuera el de una anciana?

[El texto de Aidé Mata fue publicado en la antología Mujeres con voz de tinta II: Injusticia Social, de la editorial Voz de Tinta (2021) donde pueden leer una versión extendida en Amazon]



**MARISELA LITA REYES**



(Oaxaca). Radico en el Valle de San Quintín, Baja California. Tengo tres hijas y un nieto hermoso. Soy ama de casa y mujer emprendedora que se dedica al comercio. Me defino como *guerrera contra el cáncer de mama*. Mi carácter es muy sociable, no me dejo caer. Soy creyente en Dios. A todos los que pasen por una enfermedad les pido que tenga fe, porque Dios tiene un propósito para nosotros; les invito a que lleven su testimonio a otras personas, que mantengan las ganas de vivir, que continúen su tratamiento y no descuiden su salud.

### *Nunca pensó que a ella le iba a tocar*

Antes del cáncer, Lita trabajó como jornalera, cocinera, incluso como albañil en la construcción, y llegó a ser personal auxiliar de un programa de salud en su comunidad, donde participó organizando charlas para mujeres sobre cáncer y otras enfermedades. Ella sabía que la autoexploración de las mamas ayuda a detectar quistes, pero nunca pensó que en sus senos se pudiera gestarse la enfermedad.

Las personas la describían como una mujer fuerte, saludable y activa. Era la mamá que siempre apoyaba en eventos escolares y que mostraba liderazgo, pero en la primavera del 2021 al bañarse detectó una bolita en uno de sus senos. Esa noche no durmió tranquila y al día siguiente fue al centro de salud, donde le hicieron la exploración táctil que confirmó la presencia de un tumor; por lo que la canalizaron para hacerse un ultrasonido que no tuvo un resultado concluyente. Le siguió una mastografía que no se pudo interpretar con claridad, la decisión del radiólogo fue realizar una biopsia. Ese estudio le daría un diagnóstico veraz al extraer algunas células del tumor.

Lita supo lo que era una biopsia, se presentó con las manos frías y con la boca seca por el miedo al procedimiento que le resultó invasivo y doloroso. Extrajeron ocho muestras con una aguja que atravesó su seno. Sin embargo, fue soportable en comparación de la incertidumbre de no tener un diagnóstico preciso. Deseó que fueran calcificaciones de leche materna o un tumor benigno.

El radiólogo le dijo que si no era cáncer los resultados tardarían una semana. Sin embargo, a los pocos días recibió la fatal llamada que le aflojó las piernas y le quitó la calma. La citaron para darle los resultados y con el corazón agitado fue. Lita sólo podía ver la carpeta color rosa en las manos del especialista de rostro serio, éste le dijo que aquel tumorcito que encontró salió mal y que el diagnóstico era cáncer de mamá. Salieron más

palabras del radiólogo que Lita no escuchó, porque el impacto de la noticia la llevó mentalmente lejos del consultorio y sólo sintió como algo dentro de ella se hundía al suelo.

El tiempo se detuvo para Lita, con frío en las manos fue a la IV Jurisdicción de salud, allá conocería a la enfermera encargada del programa de cáncer de mama en San Quintín <Eréndira Valerio>. Ella se convirtió en su faro en la obscuridad dentro del mundo del cáncer y la burocracia del sistema médico, además la unió a una asociación de mujeres con cáncer donde conoció a otras guerreras que perdieron un seno por la mastectomía radical.

Lita también se convirtió en guerrera y se enfrentó al quirófano tres meses después de su diagnóstico. Se puso en manos de Dios y del Dr. Aguirre, su último pensamiento antes de la anestesia fue para sus hijas. La operaron en Ensenada y la cirugía duró cinco horas. Le extirparon el seno y once ganglios de los cuales uno salió afectado; el tumor midió dos centímetros.

En la siguiente visita el Dr. Aguirre le dio ánimos, le explicó que ella se encontraba en la etapa uno, y que sus expectativas de sobrevivida eran altas. Le dijo que él podía ver que ella era una mujer con ganas de vivir, con energía y una actitud positiva, por lo que estaba seguro de que tendría una larga vida. Lita al contarle su historia, hizo énfasis en lo que le dijo su oncólogo: «La palabra cáncer, ustedes piensan cuando la escuchan que se van a morir, pero ahora la ciencia está muy avanzada, hay muchos medicamentos y tratamientos que pueden salvar sus vidas».

Lita está segura de que a las mujeres con cáncer también las salva el optimismo. «Las ganas de vivir la vida por los hijos es lo que nos hace levantarnos de la cama, a pesar de que estemos sin fuerza y sin nada. Te tienes que levantar y mostrarles una sonrisa a tus hijos, porque no quieres verlos tristes» dijo en la entrevista.

Hoy Marisela Lita está en revisión constante, por lo que viaja al hospital de Ensenada a citas oncológicas y toma medicamentos que le proporcionan a través de la IV jurisdicción de salud. Esta

agradecida por los servicios recibidos, por el trato del personal de oncología de Ensenada; en especial con Eréndira Valerio que más que su enfermera de confianza ahora la considera su amiga. Lita integra la asociación de Mujeres de San Quintín que viven y luchan contra el cáncer y cada vez que la invitan narra su experiencia a otras mujeres, para que salven sus vidas a tiempo como ella lo hizo a través de la autoexploración de sus senos.

La vida tiene retos para Lita después del cáncer, como ganarse el sustento, encontrar un trabajo estable, sacar adelante a sus hijas, pero también le ha dado regalos como ser abuela de un bebé sano y hermoso, tener nuevas amigas dispuestas acompañarla en la salud y la enfermedad, y lo más valioso: le dio un corazón renovado en fe y en amor a Dios.

[Redacción de Jacqueline Campos, de acuerdo con entrevista realizada a Marisela Lita]



Mujeres sobrevivientes

## JOSELYN ZALDÍVAR



(Puerto Cortés, Cortés, Honduras). Joselyn Waleska Zaldívar Cáliz nació el 19 de agosto de 1987. Madre, escritora, Promotora de Lectura, Perito Mercantil y contador Público y Maestra en Educación Básica egresada de la Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán. Entregada a su labor docente y apasionada por la lectura, la poesía y el canto, se caracteriza por plasmar sus vivencias a través de las letras. Pertenece al Colectivo Uniendo Sueños y a la Comunidad de autores con alas, es directora y fundadora del Colectivo *El placer de la lectura en voz alta*, ha participado en diferentes talleres y festivales nacionales e Internacionales de Lectura



### *Una nueva vida*

No puedo describir el miedo que sentí al escuchar la frase «Tienes cáncer». ¿Quién te prepara para una noticia así? Sí, el cielo se puso gris en un instante, los días dejaron de ser soleados y se nublaron. Pero eso no quiere decir que todo había acabado.

Escuché lo que tenía y seguí adelante con todo y los miedos encima.

Escuché lo que tenía y pregunté qué era lo que seguía.

Escuché lo que tenía y enfrenté la batalla que la vida me imponía.

Escuché lo que tenía y caí una vez y me levanté dos.

Escuché lo que tenía y me familiaricé con las jeringas, sueros, máquinas, medicinas; ellas eran mis aliadas para enfrentar la muerte y volver a la vida.

A una persona enferma, sobreviviente o que no pudo con la muerte no se le dice desdichado; ni se le tiene lástima.

Se le dice guerrera, valiente, porque tanto el que gana la batalla, como el que la pierde hicieron frente al enemigo silencioso llamado cáncer.

Y para lo quienes no creen que hay vida después de la muerte, pregúntele a un sobreviviente que murió un poco en cada tratamiento y hoy vive nuevamente.



Mujeres sobrevivientes

## NORMA SALAZAR



Fotografía de Claudia Shapiro

Investigadora de literatura, Columnista del diario *Opinión de Yucatán* online, colaboradora de las revistas *Lectámbulos* online, Revista *DesOcupado*. Poeta, ensayista. Ha participado en Congresos, Simposios de literatura a nivel nacional e internacional; ha publicado tres libros de prosa poética y uno de ensayo: *Cantos Lejanos*, *Cuadro al óleo*, *Cariátides Mudas* y *Introspecciones* asimismo su poesía se ha publicado en antologías nacionales e internacionales y traducidas al árabe, inglés.

Sus redes sociales; Facebook Norma Salazar, X o twitter @NelizabethSaher, Instagram nelizabeth.saheroutlook.com, LinkedIn Norma Salazar

***Cancerbero sigiloso***

Adentro de mí habita un enemigo silencioso  
camina como una nube oscura,  
hiede por momentos  
en absoluto silencio GRITA,  
lacera con astillas voraces.

**Con tanta niebla y acre aire respira MI CUERPO.**

**Mi casa interna es un cuerpo quebrantado.**

Tantos pasos agobiados en un hospital,  
entre miradas y exhalaciones tristes.

No hay calma en este cuerpo quemado,  
anda con pasos rotos,

no hay en mi corazón un latir luminoso,  
recuerdo a cada instante las palabras de mi padre:

*¡Quisiera desenterrar a tu madre para que te dijera las palabras exactas!,*

*¡Me duele porque eres mi hija, mi joyel máspreciado!*

*¡No entiendo por qué tú... no quiero aceptarlo!*

Desde ese instante los inviernos combaten en mi cuerpo.

***II***

¡Cáncer es mi celador!,  
una sombra en compañía de aquelarres químicos,  
pero hay un océano de vida que resurge como un tifón  
embravecido,  
mis días con sus noches respiran a galope.

***III***

SOY BUCÉFALO que trota en este campo terrestre.

Te lo grito a mansalva:

¡LA MIRADA DE MI PADRE ES MI FORTALEZA!  
Soy su piel, su carne; no sólo su sangre,  
SOY SU TEMPLE.

*IV*

No importa el río de sangre oscuro,  
no importa que se deshoje mi cuerpo,  
no importa que agujas desangren mi vida a cuenta gotas,  
no importa que sonría a destiempo.

YO  
SOY  
UN SER VIVO.

*V*

Tú cancerbero sigiloso que vagas adentro de mi ser  
hiriendo mis órganos,  
te sonrío con una bocanada de VIDA.



## GLORIA MARTÍN



(Umán, Yucatán, México). Estudié la carrera de magisterio y docencia, posteriormente estudié enfermería entrando a laborar para el IMSS. Soy casada desde el año de 1975 con tres hijos que son nuestra más grande bendición. En 2019 entré de nuevo a la universidad para estudiar la Licenciatura en Psicología. Una de mis grandes pasiones es la escritura, donde descubrí que una de sus bondades, es que es 100% terapéutica; tal vez por eso la recomiendo mucho.

## *Reclamos*

Sonia salió de aquel lugar como si tuviera plomo en los pies, a unos cuantos metros, el torrencial aguacero la sorprendió mezclándose con sus lágrimas.

«¡No, esto no me está pasando Dios mío!». Se llevó las manos a la boca para ahogar un grito, el grito que salía de lo más profundo de sus entrañas. Acababa de conocer el veredicto: «Cáncer de mama», esas tres palabras continuaban resonando en su mente. De regreso a casa deseó evitar ver la angustia en el rostro de su hija, pero más que nada, imaginando el viacrucis que les esperaba. Recordó lo que la médica dijera y el simple hecho de imaginarse todo el proceso, la rabia, la pérdida la invadieron reprochándose no haber dado importancia a tiempo a aquel síntoma. Llevando las manos en la cabeza, llena de impotencia, de nuevo reclamó a Dios.

Paula su única hija de 22 años la esperaba en casa, al ver a su madre pudo imaginar la tragedia y sin preguntar fue hacia ella, la abrazó suave y cálidamente. «Te prometo que no estarás sola mamita, aquí estaré siempre para ti...» la voz se le quebró y permaneció abrazada a ella por largos minutos, quien sólo movía la cabeza de un lado a otro. Al día siguiente, se dieron a la tarea de realizar los trámites para la intervención quirúrgica.

De pronto el carnet se llenó de citas: exámenes de laboratorio, especialistas, terapias de apoyo, etc. No sabía cuánto duraría esta batalla, pero día a día se repetía a sí misma que todo iría mejor, aún a contracorriente; con la firme convicción de que Dios había perdonado sus reclamos.

«¿Nos vamos?» le dijo su hija al mismo tiempo que le ponía una especie de chal sobre los hombros, para hacerla sentirse más segura y cobijada. Era su reunión semanal en el grupo de terapia para mujeres con cáncer de mama. Han pasado 18 meses ya de la segunda cirugía y ahora está convencida de la importancia de

cuidar la salud y sobre todo de la prevención; perdió una mama, sí. Pero conservó la vida y recuperó su amor propio, algo que había olvidado al anteponer el trabajo y bienestar de los demás al suyo.

El proceso le había devuelto la fe en Dios y en sí misma, se sentía agradecida de haber contado con los amorosos cuidados de su hija y con este maravilloso grupo de apoyo. En cuanto tiene la menor oportunidad no deja de aconsejar a las mujeres: «Tócate...».



**VERÓNICA RUDO RASILLA**



**VERÓNICA RUDO RASILLA**

Abogada, con Maestría en Criminalística e Investigación Forense y escritora. Participó en Concurso Intercolegial del Edo de Oaxaca (2001), participante con poemas en radio Azul Fm 93.5 de Lagunas Oaxaca (2002), miembro activo del grupo Red de escritores, Federación cultural de plumas y letras de Republica Dominicana y Colectivo internacional Mosaicos y letras, sede en Argentina. Participó en la Antología *Mujeres con Voz de Tinta: Erotismo, Injusticia Social* (2022) y Antología *Poesía con sabor a ti* de editorial Yishu escritoras (2023).



### *Esta es mi lucha*

Parece una terrible pesadilla, por las noches no puedo dormir, desde el día en que la enfermedad silenciosa del cáncer invadió mi ser; aún no lo puedo creer, no lo asimilo, no lo creo, me niego a aceptar que es verdad. Sin embargo, el resultado de mis estudios clínicos no miente, un cáncer de senos invade mi cuerpo, poco a poco se hace presente y los dolores cada día son más fuertes.

Mi fe se ve devastada, llegué a renegar de la vida, de Dios y mis sueños. Lloré como niña y no puedo dejar de llorar; me siento triste y la soledad es mi fiel compañera. Dije a mi familia que se aleje, que se aparten de mi lado, porque no quiero su lástima, ni verlos sufrir por mi causa; eso no lo soportaré. Ver la cara de mis hijos, de mi esposo, mi madre, eso no lo puedo tolerar; ver sufrir a mis seres queridos, por lo que me hago la fuerte, pero no lo soy.

Prefiero estar sola, pasar este difícil proceso. Esta es mi lucha, mi prueba, no le deseo a nadie en el mundo está terrible enfermedad que es silenciosa y llega sin avisar para cambiar por completo tu vida y tú entorno sin que lo puedas evitar.

Soy fuerte, pero esto no lo vi venir. Mi ser no lo asimila, no lo creo.

Esto me ocurrió por no pedir permiso en mi trabajo para realizar cada año los estudios médicos de rutina; por ello, mujer, te pido que seas precavida y tengas en alta estima tu salud. Tu vida es importante, no esperes a tener la enfermedad para detener tu vida y mejor chécate a tiempo, eso te va a ayudar, es mejor prevenir que lamentar.

Los días continúan entre idas y venidas al hospital, las quimioterapias son agotadoras, siento que en cualquier momento mi cuerpo va a colapsar; pero está es mi lucha, no sé si salga victoriosa, sin embargo, lucharé hasta el final.



Mujeres sobrevivientes

## **BERENICE VELÁZQUEZ**



### **BERENICE VELÁZQUEZ**

(Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, México). Tengo 36 años y la escritura es una de mis pasiones. Me encanta llenar hojas blancas con palabras que se convertirán en la lectura de otras personas. Es un sentimiento increíble saber que mis palabras pueden crear una imagen en el cerebro de alguien más o incluso provocar un suspiro de emoción. Además de escribir, también disfruto mucho hablar con la gente. Creo en el poder de la comunicación y cómo puede unir a las personas. Colaboro en un programa cultural llamado Tinto y Tinta. Actualmente radico en Comitán de Domínguez, Chiapas, México.

### *Caos en la máquina*

Desde hace unos días el ambiente cambió.

El nuevo llegó con ganas de hacer daño y arruinar nuestro arduo trabajo en equipo. Parece ser tímido y muy silencioso, como esos tipos inofensivos, de los que no matan ni una mosca.

Mi fuerza disminuyó, observé cada movimiento de él y lo que descubrí fue aterrador. Me angustié por mis compañeros, nunca se dieron cuenta que podían morir.

De pronto, algo sucede. Hay un momento tenso, brusco y doloroso. Escucho el estremecimiento, como de una enorme aspiradora, algo cruje, como ramas secas y me siento débil.

Se llevaron al nuevo y parece que le dieron cuerda a nuestra máquina. Todo sigue funcionando, pero nada es normal, nos falta un miembro. Veo con tristeza que la pared de la máquina tiene una grieta y luce vacía.

¿Qué va a ocurrir ahora?

Espío un poco y escudriño los pensamientos.

La mama que tanta vida dio se fue junto al nuevo; los extirparon.

El cáncer me ha retado y estoy dispuesto latir tanto para darle otra oportunidad a esta mujer.

La más poderosa máquina que se ha creado, ¡está viva!



**HERLINDA MATILDE VALDEZ RODRÍGUEZ**



(San Quintín, Baja California, México). Soy una guerrera que pelea contra el cáncer de mama. Tengo 41 años, nací el 1 de octubre del 1982. Radico en un pueblito hermoso que se llama Cataviña, B.C. Soy casada y madre de dos hijos, también soy abuela de dos bebés y soy la menor de cinco hermanos.

### *Punto a mi favor*

El 19 de julio de 2022 decidí hacerme un ultrasonido, porque tenía una bolita en mi seno derecho, a raíz de que meses atrás tuve punzadas dolorosas en esa área de la mama, dolor que ignoré por un tiempo. Al interpretar las imágenes, el radiólogo dijo que no le gustaron mis resultados y que ocupaba una mastografía para ser más precisos en el diagnóstico. Los resultados de este último estudio fueron igualmente sospechosos, por lo que el siguiente paso fue someterme a una biopsia. Aquella fue una semana intensa con tantas pruebas clínicas, sin embargo, gracias a ellas pronto supe los resultados: Cáncer de mama.

Con la noticia mi vida se paró por un instante y sentí un terrible miedo. Lo primero que vino a mi mente fue «¡Me voy a morir! ¿Qué pasará con mis hijos y mi madre?». Por fortuna mi esposo estuvo a mi lado; él me consoló y dio ánimos. Dijo: «¡Vamos a salir de esta juntos!».

A partir del día que supe el diagnóstico percibí el paso de tiempo con rapidez; las citas médicas, la intervención quirúrgica, los tratamientos... Mi cirugía fue el día 22 de agosto de 2022, retiraron el seno derecho de mi cuerpo. Horas después volví a casa, luego llegaron las curaciones y al tercer día de vivir sin mi seno derecho me derrumbé cuando me vi al espejo, entonces lloré como una chiquilla; pero gracias a Dios llegó mi esposo para animarme. Él siempre está a mi lado y me hace sentir amada.

Desde ese tercer día después de la mastectomía hablé con Dios. Oré, pedí fuerzas y fortaleza para superar esto. Me comprometí a usar mi mejor caparazón para pelear mi batalla. No les negaré que a ratos me quebranto, pero por mi familia me repongo y lucho. Aquí voy en pie.

Mi cuerpo sufrió la mastectomía, se enfrentó a ocho quimioterapias y sigue la lucha por la vida. Hoy espero recibir quince radiaciones de terapia, pero estoy llena de ganas de vivir

por lo que les puedo afirmar que: A pesar de que se crea que el cáncer es sinónimo de muerte y esa creencia nos asuste mucho, el cáncer no nos conoce. Sabemos que roba vidas, pero saben que, esa enfermedad no sabe lo capaces que somos para enfrentarla. Eso es un punto a mi favor.

Me aferro a mi Dios, a mi familia y amado esposo. No estoy sola y estamos peleando por la salud y seguiremos peleando la batalla; y primeramente Dios la ganaremos



La vida con lazo rosa

## **ROSA SUSANA DEL CARMEN**



### *Viviendo hoy*

Tuve muchos triunfos en mi vida, como mis estudios, el casamiento, el nacimiento de mis hijos. Pero lo que sentí cuando nació mi primogénito fue lo máximo.

En otra etapa de mi vida me enfermé y en mi lucha contra la enfermedad viví agradecida con Dios. Hoy disfruto mi día a día sin fijarme en los malos detalles, sólo me enfoco en vivir y disfrutar.

Siento la fraternidad de mis amigas de la ‘Asociación de mujeres con cáncer’, me dan apoyo moral y espiritual. Todas seguimos adelante día a día. Nuestra vida no ha sido nada fácil, pero sabemos en quién confiamos y en quién hemos puesto nuestra confianza. Desde nuestro nacimiento ha sido un aprendizaje el saber vivir y disfrutar lo bueno, y por qué no, también lo malo que nos da la vida.

Después de luchas y pruebas entendimos que debemos vivir con agradecimiento, alegría para compartirla y disfrutarla con los que nos rodean. ¡Amigas, vivamos la vida!



### *Mi proceso de cáncer de mama*

Fue todo tan de repente que me pareció como un mal sueño. Gracias Dios que cuando terminó mi quimio a penas entendía mi proceso. Me apoyé de un ángel que hasta ahora es mi guía. Cuando todo comenzó, sentí que el mundo se me venía abajo. Me refugié con Dios para salir de eso. Gracias a Él aprendí muchas cosas y entiendo que todo pasa por algo.

Cuando recibí la noticia de que tenía cáncer sentí que moriría. Salí del consultorio llorando. Al abordar el camión para regresar a mi casa lloré todo el camino. En mi casa le pedí a Dios fuerzas para sobrellevar mi nueva situación; me aferré a mi fe y Dios obró en mí. Ahora me siento tranquila porque lo tengo a Él.

Esperaba que mi esposo compartiera mi dolor, pero no fue así; ya que él me dio supuestamente mi espacio para vivir mi proceso médico, pero se alejó. Sólo me visitaba dos o tres veces por semana y hasta ahora sigo igual, sin su apoyo. Viví muchas dificultades, sin embargo, gracias a Dios aprendí a salir adelante, siempre con su ayuda bendita y la ayuda de las personas que me rodean, así como las de mi familia.

Decidí entregar mi vida a Dios y me siento bendecida por el simple hecho de estar de pie. Dios es bueno y para siempre es su misericordia. Él es mi fortaleza y de su mano voy. Todo se lo dejo a Él. Jesús, en ti confío. Amén.

[Ejercicio de escritura creativa por miembros de la asociación Mujeres de San Quintín que viven y luchan contra el cáncer A.C.]



Mujeres sobrevivientes

## ROCÍO PRIETO VALDIVIA



(Baja California. México). Escritora, promotora de lectura, imparte talleres infantiles y juveniles de escritura, lectura y arte. Coordinadora del Festival internacional de Grito de Mujer sede Ensenada. Directora de Arte Letras Migrantes proyecto cultural independiente. Columnista en la *Revista Delatripa* y en la *AEMAC*. Publicó en revistas locales, nacionales e internacionales. Autora de los libros *Soñar entre Mariposas*, *Sueños Lúcidos* y *Veinte Poemas Perdedores y un instructivo que no sirve para nada. El lunes nunca será Igual*. Integrante de los talleres literarios La Catarsis Literaria y Los testigos de Madigan. Ganadora del certamen Amores Mitológicos en Ciudad del Carmen Campeche 2018.

## *Recuerdos*

### *Para mí abuela Lucía Calvillo de Valdivia*

El tiempo y el frágil eco de tu voz me recuerdan los bellos momentos de antaño. Historias de fantasía escuché tu boca Sentada tras la puerta, mientras tú cocinas con alegría. Tu cocina olía a dulces de alfajor, café calentito, caña dulce, chocolate acanelado. Los buñuelos pasan de mano en la mano. Hasta llegar a las nuestras y con encanto los tomábamos. El abuelo con su risa También nos agarraba de las manos Mientras tú con tu alegría Peinabas nuestros cabellos con una cola de caballo. Tu risa se esfumó de las esquinas de la casa cuando el cáncer nos llegó y casi de golpe nos arrebató la felicidad a tu lado.

Y hoy sólo quedan recuerdos amargos del frágil cuerpo en la cama, tus murmullos hoy yacen bajo una lápida. Mi voz se volvió quedita, mi pelo se tornará cano con el paso del tiempo. Hoy, abuela, mi cocina huele a chocolate caliente y en la puerta hay una linda chiquilla que espía desde lejos al abuelo.



Mujeres sobrevivientes

## CHEPY SALINAS DOMÍNGUEZ



(Tiltepec, Jiquipilas, Chiapas). 16 años de actividad literaria, por lo que ha participado en diversas antologías y foros culturales. Libros de su autoría *Cielo Rojo*, *Galería de Soledades* y *Letanía de Soles viejos*. Es editora de Maya Cartonera.

*Cáncer*

Raíz venenosa  
que penetras el templo fémico  
el lugar sagrado de vida  
(y que la sociedad demanda hermoso y perfecto)  
Enraizas tu esencia de muerte,  
sólo el amor a la vida:  
milagro valor que germina para  
renacer  
revalorar  
reencontrar  
revolucionar  
un cuerpo que busca sanar  
un cuerpo que se mutila por esperanza  
ese dolor penetrante que se siente  
las punzadas de ausencia de un cuerpo en lucha  
(Cáncer: mal que marchitas,  
has bebido la fuerza de heroínas  
y mujeres que merecieron tener  
un poco de vida.)  
Duelos de lágrimas  
y una sonrisa de fe.  
Refugiada entre los besos de la muerte que nos vela  
condena que nos quema  
acecho al que nadie está libre  
en este campo infinito.



Mujeres sobrevivientes

## SILVIA ELENA MORA



(Ciudad de México). He trabajado en el periódico *Reforma*, he sido cuentacuentos, traductora y fotógrafa, pero lo que más me gusta es ser mamá y tía. Mi vida dio un giro importante cuando una noche mi hermana me llamó y me dijo que al siguiente día tenía cita con el oncólogo. Pienso que con Dios todas las cosas son posibles y que la vida es un viaje maravilloso.

## ***Radiografía***

Suena el teléfono, me pide que baje cuando tenga tiempo, no es urgente, dice. Bajo apenas cuelgo. Está parada junto a la mesa de su comedor con un sobre grande amarillo. Me lo acerca para que revise la radiografía de tórax. No sé qué esperar... la conozco muy bien, es mi hermana, en muchos sentidos una versión semejante a mí. Podría apostar que encontraré cualquier rastro de preocupación o de alegría, y me desconcierta no poder leer en su cara lo que veré en la placa. Sé que hace un esfuerzo para que su rostro no me comunique nada.

Espero, como quien ha esperado por meses una carta con buenas noticias, que sea como la de hace un par de meses, en la que celebramos que no había manchas nuevas y algunas habían desaparecido. Aquel día me explicó que nunca te dan de alta si eres un paciente con cáncer, que entras en remisión, pero a mí sus palabras y esa placa me supieron a pastel de chocolate, a día de fiesta, a fuegos artificiales que iluminan el cielo.

Tomo el acetato obscuro en el que resaltan blanquecinos, casi transparentes los huesos del pecho, los hombros, su clavícula y parte de la pelvis. Busco los detalles, no soy médico, pero luego de algunos meses, entre quimioterapias y radios, sé qué es lo que no quiero encontrar. Intento descubrir, cual detective en busca de la mínima pista que resuelva el misterio, lo que Gina no dice con palabras y quiere que vea por mí misma.

Tengo un segundo con la radiografía en la mano, ni siquiera la he visto bien frente a la luz, y veo tres, seis, diez, quizá más manchitas de un sólido color blanco, como esferas en un lúgubre árbol de Navidad. Están en sus hombros, por eso el dolor de brazos; y en el tórax, en la pelvis, cerca del hígado... Eso explica los dolores, el cansancio...

Gina me observa, entiendo por qué quería que yo lo viera. Nos miramos, quiero abrazarla, pero una cascada silenciosa se desborda por mis ojos y entonces ella también llora.

—¿Habrá otro tratamiento? ¿Cirugía? ¿Más quimios? —le pregunto, aunque conozco la respuesta. Sé que se ha hecho todo lo posible y la enfermedad ha avanzado tan rápido como una culebra que en la oscuridad deposita su veneno por todo el cuerpo.

—El doctor dice que es un cáncer muy agresivo, tendría que haber parado... Sólo queda orar...

Yo siempre he creído en milagros; y es esa nuestra única opción: esperar un milagro.





## MARÍA ESTHER RODRÍGUEZ VALANECIA



Tengo 58 años, soy socióloga por la UABC. Me gusta la tranquilidad, hacer ejercicio, escribir de forma sencilla, la música, la naturaleza, hablar un poco más de lo que siento, que de lo que pienso. Sentarme a disfrutar un café y conversar desde un chismecillo, hasta una conversación edificante que nutra el alma. Estudié dos maestrías, una en Terapia Familiar, y otra en Estudios y Proyectos Sociales, de estos sólo tengo las cartas de término. Actualmente asesoro con enfoque terapéutico, e imparto talleres de superación personal. Cada lágrima de nosotros ha nutrido y nutre nuestro sistema familiar, son lágrimas sagradas. Te abrazo desde mi corazón. Con amor familiar, María Esther.

Fb: María Rodríguez.

### *Mi experiencia como familiar ante el cáncer*

Era el año 2018 cuando una doctora me comunicó: «Ya tenemos el diagnóstico de su familiar, tiene cáncer, le quedan de tres a seis meses de vida». Esas palabras fueron muy impactantes, mi corazón empezó a latir de prisa, mi respiración se entrecortó, sentí mi estómago tenso y hecho un nudo. Fueron las peores palabras escuchadas, y una sensación de pánico me inundó por completo; fue una noticia inesperada, pensé que podría ser cualquier otra enfermedad, nunca esa; aunque había sospecha por el médico familiar.

Reflexioné sobre la fragilidad de la vida y cómo de repente se puede terminar la vida de un ser que amamos. Y cómo hacerle frente a esa difícil y triste situación.

De momento pensé «¡Esto no puede estar pasando! ¡No puede ser posible! ¡Es demasiado!». Y otra parte de mi sabía que era verdad. Me cuestioné Además ¿cómo voy a darle esa noticia?, ¿cómo decirle que va a morir? ¡No puedo hacerlo! Mientras esa tormenta de pensamientos arrasó por mi mente, mi familiar esperaba en la sala de entrada del Hospital; estaba débil.

Salí de la sala del hospital fingiendo estar tranquila, con el estómago temblando, llena de miedo. Mi familiar o quizá sospechó su diagnóstico o lo sabía. No pude decírselo.

Sentí la tristeza que invade una noticia de esa naturaleza, donde se está hablando de la muerte. El cáncer de mi familiar me hizo pensar que toda esperanza para su vida estaba por terminar, fueron meses de tristeza y desolación. De nerviosísimo y tensión.

Cuando no hay una buena comunicación en la familia se vive el dolor de forma individual, sin compartir los sentimientos de tristeza unos con otros. En aquella etapa cada quien lo vivimos como pudimos, al menos esa fue mi percepción, no hubo una preparación por medio de la Tanatología. Sin embargo, transcurridos los meses del fallecimiento de mi familiar tomé un

taller impartido por una Tanatóloga, en donde estuvimos personas que habíamos perdido seres queridos y siento que fue un alivio haber asistido.

Transcurridos los días, empecé a orar y a sentir en mi corazón un poco más de calma, y que Dios era quien tenía la última palabra, hasta sentí que podría ocurrir un milagro en su cuerpo y Dios le permitiría sanar. Esa forma de pensar me mantuvo un poco optimista, hasta una noche soñé que los tumores salían de su cuerpo. Y al día siguiente le dije a Dios: «Obra un milagro».

También me dije debo cuidarme, estoy muy estresada, necesito hacer una actividad para mantener mi mente ocupada, dormir, alimentarme, lo cual fue sano. Como familiares opinó que necesitamos cuidarnos ante una situación de esta dimensión, si no tenemos el hábito de autocuidado físico, emocional y espiritual, necesitamos empezar a trabajar en ello despacio a nuestro ritmo, eso ayudó a seguir adelante con una experiencia sumamente triste, donde los sentimientos parecen ahogarnos.

Aquella terrible realidad llegó dos meses y medio después del diagnóstico. Llorar y gritar a solas fueron vías para expresar el dolor sentido por la muerte de mi familiar. El consuelo de Dios sé que estuvo siempre presente. Duele hasta lo más profundo de nuestro ser y sentimos que ya no podemos más con tanto dolor, pero tener fe en Dios ayuda a mitigar el sufrimiento y nos consuela; el dolor es inevitable.

Saber que algún día moriremos me permite apreciar y amar la vida de una forma distinta. Hay un antes y un después en mi persona, a partir de aquella experiencia. Hasta parecía que me volvería loca el imaginar que jamás volvería a verle; sin embargo, Dios es mi consuelo, endulza mi vida y me llena de esperanza en cada oración.

No sé si se supera la muerte de un ser querido, porque cada que los recordamos vuelve a doler; pero aprendí a vivir extrañándole. Y pienso que, si estamos con vida, Dios quiere que sintamos

felicidad y la alegría, después de que hayamos vivido nuestro duelo por la pérdida de nuestro ser amado. Vivir aún sin su presencia física es difícil, duele el alma. Se pasan por diversas etapas.

Sé que mi familiar vive y vivirá siempre en mi corazón, en los recuerdos de colores, porque he decidido quedarme con lo mejor que me dio.

Gracias por leerme, espero de corazón que mi experiencia pueda ser de bendición a tu corazón acompañándote desde la distancia en tu dolor.



## TERESITA DURÁN VELA



Docente y escritora campechana. Autora de los poemarios *Sentimientos*, *Dos motivos*, *Páginas de esperanza*, *Tributo a lo nuestro*, *Soñar la vida*, *Fragancias del silencio*, *Bordados de haikús* y *El espejo de la aguada* (*Cuentos*). Sus textos han sido incluidos en Antologías: *Cuando desplegamos las alas*, *Poetas del Camino Real*, *Voces del ya'axché*, *Un virus sin corona*. *Resiliencia*, *Claroscuros del amor*, *Sin maquillajes*, *Conspiradoras*, *Del vientre la flor*, *Luz de ámbar* y *Mujeres que no callan Campeche*.

Miembro del Colectivo Mujeres empoderadas, Grupo Cultural Génali, Casa Maya de la Poesía. Coordinadora del Club Un libro conmigo Campeche y del Proyecto Deshilando palabras.

<https://www.facebook.com/tere.duran2>

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=deshilando+palabras+teresita+dur%C3%A1n](https://www.youtube.com/results?search_query=deshilando+palabras+teresita+dur%C3%A1n)

*En cada latido florece la vida*

*I*

Senos virginales  
regalan coquetería,  
vanidosos pezones  
apresuran miradas atrevidas  
desbordan su encanto  
bajo la transparencia de una blusa.

*II*

Hermosos cauces amamantan  
donde minúsculos labios succionan  
y delicadas manos se posan  
acariciando el calor,  
bebiendo a sorbos la ternura  
en la redonda fuente de la vida.

Bajo el manto  
que desviste el alimento,  
luceros infantiles  
avistan botones oscurecidos  
y sorben ligeros manantiales  
¡gotas saltarinas de la noria  
ahogan el llanto en el regazo!

*III*

Y un día,  
su color cambiaron,  
se mudaron las formas delicadas,  
mordiscos sin labios aprisionan el dolor;

aquel pezón pretencioso,  
calla,  
empieza a marchitarse,  
languidece la lisura,  
asoma la dureza,  
tal vez un nudo, una sombra o un tumor.

Manos temblorosas  
suben y bajan temerosas  
hasta sentir desigualdad,  
auto explorar la aureola,  
el color de las mamas,  
descubrir en el torso una masa nueva  
o sentir en el pecho una oquedad;  
respirar profundo,  
abrazar la estafeta  
en la nueva ruta por la vida.

#### IV

Acosadoras células,  
llegaron silenciosas,  
invisibles,  
hambrientas de latidos presurosos.

¿Cuántos soles de angustia?  
¿Cuántas lunas, otoños o primaveras?  
Nadie sabe.  
¡El cáncer no es el final!  
¡En cada latido florece la vida!



Mujeres sobrevivientes

**NICOLASA ILDA BUSTOS**

(Argentina). Doctora.



## *Empatia*

**Colores** que están en las remeras de Las Leonas, como el verde **Azulado** para el CA de Ovario, entre 30 colores de los más frecuentes

**Nuevos diagnósticos** y terapias han mejorado los pronósticos

**Concientizar** a la sociedad de la lucha, prevención y síntomas es nuestro fin

**El CA de Ovario** en Argentina es el 5° más común en las mujeres con 2300 casos por año

**Recién** en 2013, el 08 de mayo, fue

**Declarado Día Mundial del CA de Ovario.**

**En este día**, en todo el mundo

**Organizaciones** de salud y otras voluntarias, empatizan y se unen, donde

**Voces** de pacientes cuentan sus experiencias mientras profesionales aportan su saber.

**Acá** en Chepes con Las Leonas, las que tuvimos y las que tienen, empatizamos ayudándonos,

**Reuniéndonos** entre mujeres con CA, que como leonas protegiendo la familia.

**Incluimos** caminatas, charlas a los hombres y niños para prevenir.

**Ovario** es el CA que tuve a mis 42 años. Hoy doy gracias a Dios por esta vida.

## Mujeres sobrevivientes





**Ediciones Ave Azul** es un proyecto que cree en la libertad de expresión como parte fundamental de la experiencia humana y el arte, y que busca ser un espacio para la divulgación de la literatura, la ciencia y el pensamiento humano. De esta manera, se promueve el diálogo entre los artistas y la sociedad para completar el círculo de la comunicación. Los autores mantienen todos los derechos sobre su obra, y esta plataforma es sólo un medio para su divulgación.

Si te gusta nuestro trabajo, puedes encontrarnos en nuestra página web, en Amazon y otras plataformas semejantes, además de las redes sociales de nuestros autores. Algunos de nuestros proyectos pueden ser gratuitos y otros tener un costo de recuperación para compensar a los autores y que puedan generar un medio de vida digno que les permita seguir generando contenido nuevo. También puedes contactarnos para conocer mejor estas propuestas y saber de qué otra forma puedes apoyar.

Si te agrada lo que estamos haciendo, apóyanos con la difusión de la Editorial.

*Muchas gracias*  
Fb: Ediciones Ave Azul  
[www.aveazul.com.mx](http://www.aveazul.com.mx)

México