

Testimonios

GRACIELA GALLINA, 55 AÑOS
Paciente oncológica en tratamiento.

"Llegué a Apostar a la Vida en junio. Tuve mi diagnóstico en enero, me descubrieron un cáncer de mama, y tomados los ganglios, tres vertebrales dorsales y una lumbar. Llegué destruida. Mi angustia era terrible, tenía miedo a la muerte, lloraba mucho. Al principio pensaba "no puede ser que yo tenga cáncer, por qué a mí, cuánto me quedará de vida". Tenía mucho miedo de que mi salud se deteriorara. En Lomas descubrí un grupo muy cálido, hay mucho afecto. Todos se acompañan, algunos desde hace muchos años. Me ayudó a salir de ese enorme lugar de lástima y autocompasión. El cambio fue aceptar que me enfermé, como quien desarrolla una diabetes o se enferma de gripe. Hay que dejar el pasado atrás, lo importante es el hoy. Hoy estoy haciendo el tratamiento, hay una posibilidad de vida."

HUGO NOGUEROL, 82 AÑOS
Paciente oncológico en tratamiento

"Hace 6 años me operaron por primera vez de cáncer de colon y en diciembre del año pasado, por segunda vez. En la época de la primera operación lei de forma casual una nota muy extensa en el diario La Nación en la que hablaban muy bien de Apostar a la Vida. La casualidad fue que allí me encontré hasta a mi propio oncólogo y su equipo de enfermeras. En Lomas de Zamora encontré un grupo excelente, en el cual se hablaba con mucho respeto de las enfermedades pero siempre dando un impulso positivo. Fue fácil incorporarse a algo tan lindo y darse cuenta que la palabra de uno también puede ayudar al otro. No es una reunión de enfermos sino de locos, hacemos muchas bromas y nos proporcionamos mucha alegría. A mí me sacó totalmente de la parte negativa de la enfermedad. Es muy bueno ver a otros compañeros con tanta polenta, luchando y saliendo adelante, siempre con una visión firme."

PARA CONTACTARSE APOSTAR A LA VIDA

ofrece, forma gratuita, grupos psicoterapéuticos para pacientes y familiares, una línea de asistencia telefónica, una red de ayuda virtual y un departamento de asesoría, consultoría y asistencia legal.

Más info: 4863-6785
www.apostaralavida.org.ar
info@apostaralavida.com
apostaralavida@gmail.com

¿Cómo es el primer contacto de un paciente con Apostar a la Vida?

Hay un mito en el imaginario colectivo que asocia el cáncer con la muerte. Cuando se le da el diagnóstico el paciente siente la muerte adentro, siente que se le acabaron todos los proyectos, tienen un estado de shock emocional impresionante. En ese estado de angustia y pánico, golpea la puerta de Apostar a la Vida. Pero viene buscando algo: encontrarse con alguien que haya podido hacer frente: busca esperanza. Los pacientes de Apostar a la Vida son un espejo de vida, porque el otro se mira y piensa, "si él o ella pudo yo voy a poder". Es maravillosa la tarea de contención y la modificación, porque el que llega está destruido. Cuando se va encuentra una luz de esperanza.

¿Cómo sigue la terapia?

Después de la contención, que es muy fuerte, viene la segunda etapa que es de reflexión: "por qué a mí", "por qué me pasó esto", empiezan a pensar en los factores de riesgo: el cigarrillo, el sol, el estrés. Y después viene el cambio, empezar a disfrutar y a prestar atención a lo que pide el cuerpo. Muchos de los pacientes ya están curados, es decir que contra el cáncer se puede.

Claro que se puede. Es impresionante lo que ha avanzado la medicina. "Donde hay vida, hay lucha por la vida" dijo Darwin. La gente tiene que cambiar su modo de pensar, desarticular hábitos, escuchar al cuerpo. Apostar a la Vida modifica todo esto, y esa es mi intervención y la de todos los psico-oncólogos y de los propios pacientes. ■

Apostar a la vida

CONTRA EL CANCER SI SE PUEDE

Apostar a la Vida es, para definirlo de modo corto y certero, una inyección de energía. En los grupos de Apostar a la Vida participan personas que entienden cómo luchar: pacientes oncológicos -algunos en tratamiento, otros ya curados- que aprenden a disfrutar el hoy, dejar de lado la angustia, la culpa del pasado o el terror por el futuro.

TEXTO Y FOTOS: PAULA COHEN



En la propuesta de Apostar a la Vida la medicina y la psicología se combinan. Esta fundación brinda, de forma gratuita, apoyo psicológico a pacientes con cáncer, basándose en una terapia grupal que los ayuda a salir del enorme miedo en que se hunden una vez que conocen el diagnóstico. Con la coordinación de psico-oncólogos, hombres y mujeres de distintas edades y realidades se comprometen a cambiar la actitud, para convertirse en personas que disfrutan y gozan su vida. Pero lo más importante es que se transforman en agentes de salud para recibir, acompañar y ayudar a los nuevos pacientes luego de su diagnóstico.

En 1993, la doctora Silvia Garsd y Hugo Basílico, paciente oncológico, comenzaron a notar la importancia de que quienes empiezan un tratamiento contra el cáncer compartan un espacio con otros

Los pacientes de Apostar a la Vida son un espejo de vida, porque el otro se mira y piensa "si él o ella pudo yo voy a poder".

pacientes en su misma situación. A partir de ello conformaron un grupo con la ayuda y coordinación de profesionales de la salud. Desde ese momento hasta nuestros días, Apostar a la Vida creció ayudando a una enorme cantidad de enfermos de cáncer a salir adelante, a tomar las riendas de su vida y disfrutar cada instante. Hoy casi mil personas asisten a los grupos que funcionan una vez por semana, en distintos días y horarios, en Capital Federal, Lomas de Zamora, Tandil, Concepción del Uruguay y Chajarí.

Todos los jueves, a las 13.30, el grupo de Lomas de Zamora se reúne para dar inicio a un nuevo encuentro en que se compartirán novedades, historias, consejos. En ese contexto, charlamos con la doctora Garsd, presidenta y directora científica de la Fundación.

Grupo Psicoterapéutico para personas con cáncer
Primera Fundación de Psico-Oncología de Latinoamérica de apoyo al enfermo con cáncer.

El cáncer es curable.

LOMAS DE ZAMORA
Grupo de Pacientes
Asociación Odontológica
Alem 243
Jueves a las 13:30hs.