

Arteterapia como Coadyuvante en la Quimioterapia

Marta LAGE DE LA ROSA
martalagedelarosa@gmail.com

Enviado: 27/04/2010
Aceptado: 24/06/2010

RESUMEN

En marzo de 2008 recibo la peor noticia de mi vida. Estoy enferma de cáncer de mama. Un tumor muy agresivo y de rápida extensión. En el difícil momento en que la doctora me lo comunica, yo le digo lo primero que se me ocurrió, que me iba a ayudar la arteterapia. La doctora se sorprende, nunca ha oído hablar de ello. La comunicación del diagnóstico fue muy dura y ante mi planteamiento la doctora y otras personas después me parecieron escépticas. En este texto junto con las imágenes narro mi experiencia durante la primera fase del tratamiento, la quimioterapia. El arte ya me había ayudado en otros malos momentos de mi vida y estaba decidida, esta era la ocasión para empezar una investigación conmigo misma como sujeto experimental.

Palabras clave: Cáncer, miedo, quimioterapia, diario, dibujo, fotografía

Art Therapy as a Coadjuvant in Chemotherapy

ABSTRACT

In March 2008, I received the worst news of my life. I'm sick of breast cancer with a very aggressive tumor that it had a rapid expansion. In that difficult process when the doctor informed me, I said, the first thing that occurred to me, which I was going to help art therapy. The doctor was surprised, he has never heard of it. The communication of the diagnosis was very hard and my approach to the doctor and others then I seemed skeptical. In this text and images I describe my experience during the first phase of treatment, chemotherapy. The art had helped me in the others bad moments of my life and this time was the opportunity to begin an investigation with myself as experimental subject..

Keywords: Cancer, fear, chemotherapy, dairy, draw, photography

1. INTRODUCCIÓN

Este artículo es una selección de textos transcritos de forma literal y de imágenes, fotografías y dibujos del diario que escribí durante la enfermedad. No lo he manipulado, me he limitado a compartir mis vivencias, aunque confieso que con pudor, porque me ayudaron durante todo el proceso, mejorando mi calidad de vida y la de quienes me rodeaban.

En un primer momento lo que se sentí fue un miedo pavoroso, y describo cómo lo único que me ayudaba era levantarme de la cama en las noches de insomnio a dibujar y escribir. Una vez comenzado el tratamiento de quimioterapia de seis ciclos muy duros, cada tres semanas, voy apuntando, dibujando o fotografiando mis reflexiones, sueños, sensaciones, anhelos y esperanzas.

2. MIEDO

¿La “paura” como se va? La de ahora y la que vendrá
Con confianza y amor

1ª sesión:

No sé por dónde empezar, bueno tengo cáncer de mama en estado avanzado. Siento la mama donde está un poco rara, me molesta un poco, pero no mucho.

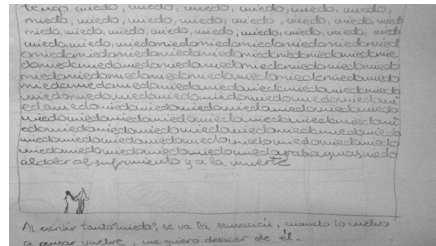
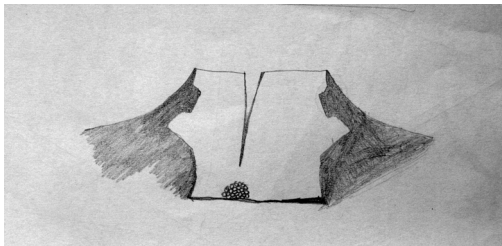
A veces, me duele un poco más, me pincha. Pero desde que sé lo que es, una parte de mí la rechaza y otra no quiere perderla.

Ayer me dijeron que me la tienen que extirpar entera, pero que en la misma operación me la reconstruyen. También me quitan los todos los ganglios de la axila.

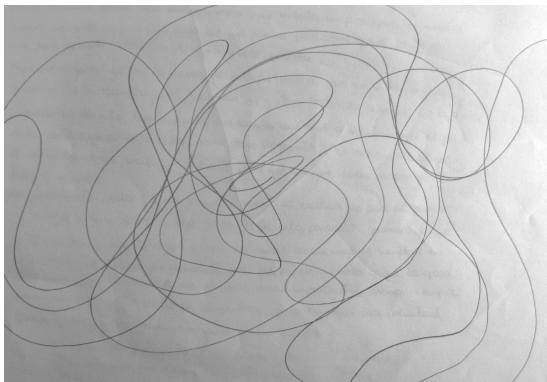
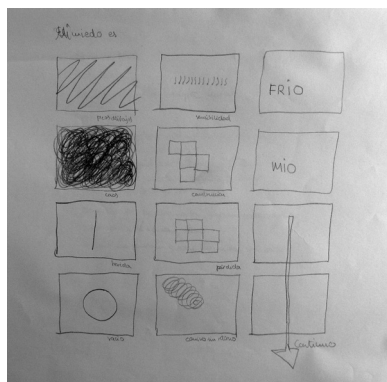
Cuando escribo esto, las lágrimas asoman a mis ojos y siento como el pelo de la parte superior de la cabeza se me eriza. El corazón me duele y el alma también. ¡Vaya que si me duele! Sé que siempre duele perder algo. Ahora lo sé mejor.

No puedo dormir, sólo cinco horas seguidas, porque mi cabeza no para de pensar y hacer planes, y darle vueltas a lo que me está pasando. Primero ¿Por qué? Yo, no siempre he querido vivir, quizá las raíces de mi mal se hundan en mis deseos, pero ahora, justamente, era feliz. De mi vida quizá la época más feliz. La incertidumbre de algunas cosas importantes asoma siempre en mi ánimo, mejor dicho, acecha siempre en la sombra, pero también una voluntad férrea y disciplina caminan como en mi sueño:

Iba en un carro de combate viejo con ruedas de excavadora por un camino, de repente salgo del camino (estaba cortado) y me dirijo por una montaña muy escarpada y de difícil acceso. Me despierto como en mi dibujo (Fig. 1) en la punta de un pico cayendo al precipicio.



Figs. 1 y 2. “Dibujo a lápiz de un sueño”, marzo 2008 y “Ahora tengo miedo” Dibujo a lápiz, marzo 2008



Figs. 3 y 4. Dibujo a lápiz, “Mi miedo es:” y Ejercicio de desahogo con los ojos cerrados y la mano derecha, la del tumor.

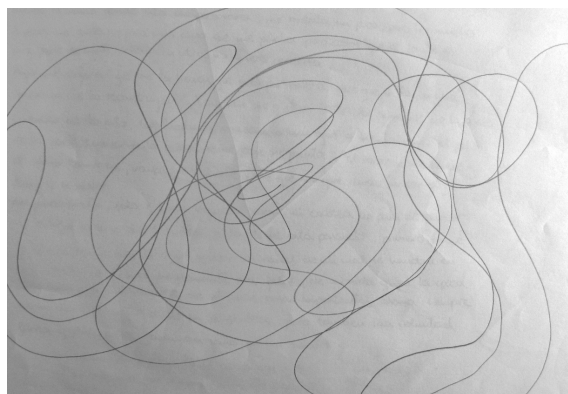
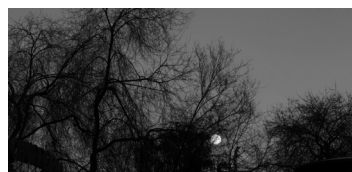
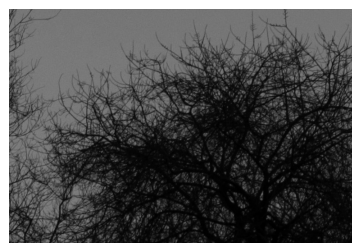
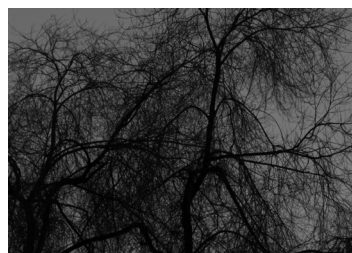


Fig.4: Serie de fotos:
CONFUSIÓN



Figs. 5 “Árboles: maraña de ramas al cielo, siempre mirar hacia arriba”.

Al escribir tanto “miedo”, se va la sensación, cuando lo vuelvo a pensar, vuelve. Me quiero deshacer de él.

Después de esta primera sesión de arteterapia estoy mejor: más serena y sin tanto miedo. He conseguido analizar mi miedo y dejar de sentirlo, sé que volverá y volveré a trabajar sobre él. Ya lo tengo de nuevo.

No me ha servido para nada. Luego volví a la cama y lloré. Después me conseguí quedar dormida un poco.

2ª Sesión:

Hoy me desperté antes de las 4:35 h. de la madrugada y sigue siendo el miedo lo que me levanta de la cama y no me deja dormir.

Un miedo como cuando era niña, siento que el cáncer es miedo, miedo que se me ha ido acumulando toda mi vida y ahora es el momento de librarme de él, encarándolo y vencéndolo aunque se va a llevar por delante parte de mi cuerpo. Me va a mutilar: un pecho y la axila y recordaré de por vida la lucha; para tener presente que el miedo hace daño y que debo gestionarlo de otro modo. Supongo que ahora debo aprender eso.

Esta vez tengo que ir deshaciendo nudos uno a uno y poco a poco.



Fig. 6. Entre los almendros estoy terminando de rodar una película con mis amigos, fotografía de febrero de 2008.

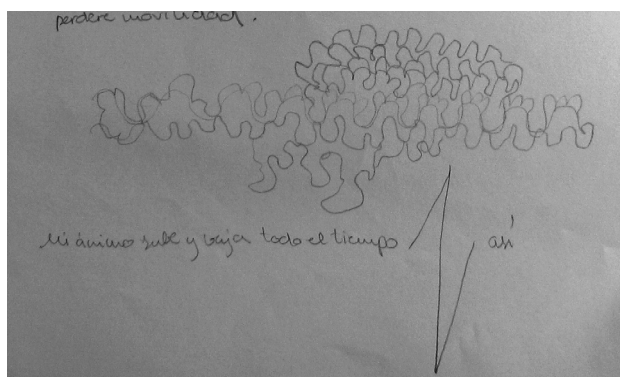


Fig. 7. "Mi ánimo sube y baja todo el tiempo así", Dibujo a lápiz

Ejercicio de arte terapia: Comprar cuerdas de pita bonitas y hacer nudos/ luego deshacerlos

Muchas veces he vencido el miedo desde la enfermedad
 Pero esta enfermedad es distinta porque me puede matar
 Y ahora no me quiero morir.
 Debo confiar para renacer
 Mutilada
 Como tantas mujeres, todas especiales
 Tengo que encontrar el hilo del sueño.

Ayer en la siesta soñé que elegía un tratamiento homeopático y me curaba en contra de todo pronóstico y me levanté feliz y sonriente. Tengo buen aspecto, me veo más guapa que nunca, es una belleza interior que se refleja en mi semblante. Y si me fio de lo que siento en mi cuerpo estoy bien, sólo tengo una ligera molestia en la axila derecha. Los ganglios inflamados me molestan un poco. Me gusta que están todavía conmigo así puedo escribir y usar el brazo derecho. Luego me han dicho que perderé movilidad. Mi ánimo sube y baja todo el tiempo.



Figs. 8a y b. Mi tarta de cumpleaños y yo antes de que se me cayera el pelo me lo corté cortito

3. QUIMIOTERAPIA

1er ciclo

Hoy hace una semana del 1er ciclo de quimio y pasado mañana cumpla 40 años. No sé que me hace más ilusión, es otra dimensión. Una semana dura, sensación de prueba superada.

Desde que me diagnosticaron cáncer he pensado hacer una peli de mí como protagonista y rodarme a mi misma en el proceso pasando por las distintas fases. Las hay muy duras y también otras que molan, aunque parezca increíble es así, hay cosas que son buenas.

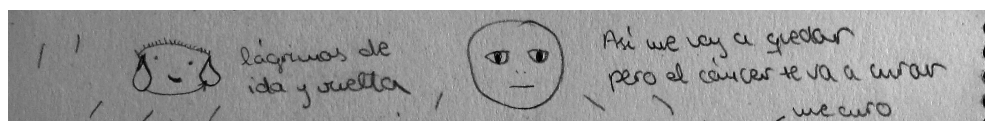


Fig. 9. "Lágrimas de ida y vuelta" y "Así me voy a quedar pero el cáncer se va a curar" dibujos a lápiz, abril 2008.

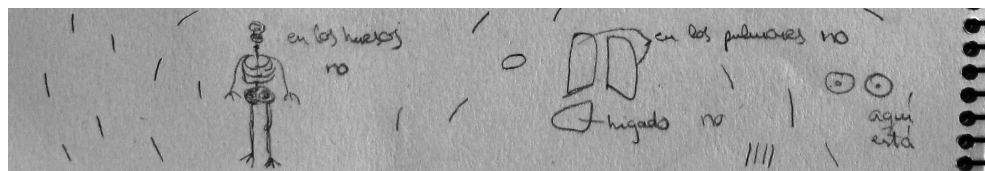


Fig. 10. "En los huesos NO (no hay cáncer). En los pulmones No, hígado NO. Aquí está", dibujo a lápiz, resultados de las pruebas de extensión.

Rodaría escenas de diaporama fundiendo unas con otras: de la quimio en la Paz, de la náusea en mi cama.

Me gusta ser quien soy, siempre he admirado a otras personas, antes pensaba: cuando sea mayor quiero ser como ella... Hoy pienso que me gusta como soy y no quiero ser nadie más. Estoy orgullosa de mí.

Antes del 2º ciclo

Ya no tengo pelo, bueno, tengo la cabeza fría con manos y pies a juego.

Si mañana me dicen que tengo más tumores, tengo varias opciones:

Me curo

Me muero

Si me curo el camino va a ser duro

Si me muero, puede ser: un camino duro de dolor y sufrimiento, o rápido y sin dolor.

Sí tengo ánimo, pero no tengo sueño. ¿Porqué me han robado los sueños? Nadie roba nada, se van solitos por las preocupaciones. Como el pelo que ya se me ha caído (líneas negras de las figuras 9 y 10).

2º ciclo

Me han dado los resultados del estudio de extensión y tengo 2 sombras pequeñas en la parte superior de los pulmones que no se sabe que son

Siempre hay pájaros negros en el cielo que producen sombras que luego se van y desaparecen.

La sala de la quimio es muy grande y todos estamos sentados o semitumbados en sillones azules. Hoy tengo el sitio 19 y me gusta porque puedo ver una gran ventana a la izquierda y se ve el hermoso cielo de Madrid. Entra un poquito el sol y calienta las cabezas sin pelo de la gente que está debajo de las ventanas. Yo tampoco tengo ya casi pelo pero uso un pañuelo negro bonito recogido detrás.

Esta semana me repliego en mí para que esta quimio ataque el tumor y todas las células desperdigadas. Esas sombras que aparecen en la otra mama y en los pulmones.

En la vida pasa así. Siempre hay sombras y luces, porque unas no existen sin las otras. Estoy aprendiendo a vivir ambas y a disfrutar de la vida.

“Y aún aprendo” de Goya es uno de mis dibujos favoritos.

Dibujo curativo

Canción de cuna

Siempre me gustó coquetear con la muerte,

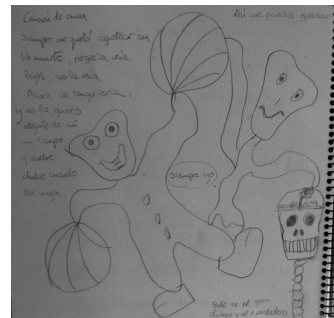


Fig. 11. “Siempre yo y así me puedo quedar” Dibujo a lápiz hecho durante la quimioterapia.



Fig. 12. (izda.) “Autorretrato masticar”, dibujo a lápiz rojo y grafito. Figs. 13a y b. “Renacer como la primavera (en el patio)” y “En el mar”

Porque la veía lejos,
no la veía
Ahora la tengo cerca y no la quiero
Aléjate de mí un tiempo
Y vuelve dulce
Cuando sea vieja.

(...) Es como si la negrura me fuera cubriendo como una sombra y se apoderara de mi voluntad. No he tenido voluntad, me costaba pestañear, con miedo a ver la sombra de la muerte en mis ojos, porque hay gente en el hospital a la que la muerte se le asoma por los ojos y a mí me da miedo.

Hoy ya tengo fuerzas, el estómago ya no me duele y me he puesto un bonito pañuelo italiano en la cabeza, es de lana de colores y abriga mis ideas de recuperarme y olvidar la semana pasada. Tener abrigadita la cabeza me favorece.

Quiero ir al mar, es lo que más quiero aunque sean dos días. La otra doctora (de medicina antroposófica) me dijo que mi única tarea ahora es curarme y que lo demás no importa y que el arte me salvará. Contemplar la naturaleza, el renacer hojas y flores, como brota la vida, como brota en mí.

He venido al mar a renacer antes del tercer ciclo de quimio en el que volveré a casi morir para curarme. Tengo que cargar vida para la próxima semana para resistir ya el tercero que es la mitad y deajo algo para volver.

3er ciclo

“Las cruces en la vida de las personas son como los sostenidos en la música, elevan”
Ludwig. Van Beethoven

El lunes no me pudieron poner el 3er ciclo de quimio porque tenía fiebre, mejor dicho tuve fiebre el día anterior porque no quería que me lo pusieran. Luego me convencí y ayer me lo puse.

Ya tengo quemadas las venas del brazo derecho. No pude dibujar.



Figs. 14 y 15. "Fotografía de la noche de Roma descrita en el texto, reflejo en la puerta de mi armario de la Iglesia de San Pietro in Montorio" e "Insomnio, para que la muerte no em robe"

Madrugada del 17 de mayo de 2008. Recordando mi estancia en Roma justo antes del diagnóstico, ya tenía el cáncer pero no lo sabía.

O sí.

Una noche en Roma la muerte me vino a ver,
Me despertó temprano como hoy
Hoy no es la muerte es el dolor
Aquella noche pasé miedo, el más grande de toda
mi vida,
Sin saber porqué el miedo me despertó, me inmo-
vilizó
Y no me dejó dormir más
El sueño es dulce
La muerte puede ser dulce como un sueño
El dolor no.
Tengo la enfermedad larga y penosa
Pero no duele
Sólo no deja dormir
A lo mejor para que la muerte no me robe.



Fig. 16. "Con el corazón en la cabeza"

4º ciclo 27 de mayo de 2008

La sociedad está enferma porque premia la enfermedad. Si estás enfermo te cuidan, te miman, te quieren (...) Yo quiero estar bien y que me traten como si estuviera mal y me fuera a morir.

En realidad es así siempre.

Soy feliz porque me siento querida, cuidada y amada.

5º ciclo 17 de junio de 2008

Recién retornada de Roma, llena de amor y energía que me dan todos los que me rodean. En Roma tuve la premonición de la muerte y la enfermedad. En este viaje cerré el círculo de la vida.

Dejé pendientes muchísimas cosas: ver las bandadas de pájaros al atardecer sobre el río, comerme una pizza de flor de calabaza en Ai marmi, ver las flores de la escalinata de la Piazza de Spagna, comer en el mar de Ostia en “Zaitere” y hacer un libro con mis compañeros de trabajo italianos.

Todo ello ha hecho posible que a pesar de que mi Yo superior rechazara el 5º y 6º ciclo de quimioterapia, el quinto no me ha sentado tan mal como los anteriores. No he vomitado; tengo mucho cansancio y dolores musculares fuertes pero soportables, de momento. Cruzo los dedos.

Las flores me han acompañado en todo el proceso. Frisias en mi cuarto de Roma, me las traje en el avión, y rosas del patio de mi madre en Olivenza.

El tercer y cuarto día después del ciclo me dio el bajonazo total, el jueves estuve casi 24 h. durmiendo. Seguro que me repongo así. Dormir, ¡cuánto bien me hace! Fue un día entero de duermevela. No podía hacer nada. Es sentir que no tengo nada de energía ni en el cuerpo ni en el espíritu. Eso me deprime y me da tristeza porque parece que así te vas a quedar.

Luego volver a levantarse cuesta mucho y no pude salir a la calle hasta después del fin de semana.

6º ciclo de quimio Julio 2008

Este año no he visto ninguna carrera de San Fermín he corrido yo toda la semana delante de mi sexto ciclo de quimioterapia con valor y miedo pero con esperanza porque es el último.

Ahora me toca enfrentarme a la operación que me hará perder el pecho (...).