

Esther: Vive con Fibromas

Esther: Hace más de diez años, me estaba graduando de la universidad, y pensé "Nunca he tenido cita con un ginecólogo. Debo ir a que me cheque." Mi médico me dijo, "Tienes un septo." Eso fue algo que no me esperaba, nunca había escuchado ese término. Me dió miedo. Me enteré de que el septo dividía en dos en mi vagina, mi cuello uterino y mi útero, pero lo más importante, me iba a impedir llevar a un bebé a término. Iniciamos con todas las pruebas para evaluar exactamente dónde estaba, cómo iban los cirujanos a operarme, y es cuando encontraron fibromas y adenomiosis.

Los fibromas son crecimientos no cancerosos que se desarrollan dentro o alrededor del útero, y adenomiosis quiere decir que el revestimiento del tejido del útero en realidad no está creciendo en el útero en sí, sino en el revestimiento, lo que puede causar infertilidad y que las menstruaciones sean mucho más dolorosas. Los fibromas, en específico, eran los que me afectaban más que nada. Mis reglas eran muy abundantes. Esto continuo por meses. Sangraba tres semanas de las cuatro. Tenía dolor, pero también estaba cansada, y había perdido tanta sangre que estaba anémica. Impactó mucho mi vida.

Me sentía enojada por tomar decisiones precipitadas y no estaba preparada. En retrospectiva, creo que estaba agradecida de empezar a pensar en la preservación de mi fertilidad, mis pensamientos eran si quería hijos o no, y sobre mi salud, porque tengo muchos trastornos que debo controlar ahora, más de 10 años después. Hice que congelaran mis óvulos porque me di cuenta de que estaba enfrentando la idea que no quería tener hijos antes de los 35 años, pero también sabía que cuánto más esperas podrían provocar retos para embarazarme y tratar de concebir más adelante.

A medida que pensé más en los fibromas, me di cuenta de que, si volvían a crecer, ¿podría ser más difícil tener un bebé? ¿Querría llevar un niño? Fue mucho lo que pensé. Irónicamente, esto sucedió antes de que conociera a mi ahora esposo y en realidad fue un tema que nos unió. Fue una forma para nosotros de pensar en nuestro futuro y cómo pensábamos en lo que significaba traer hijos al mundo y ser padres.

Pedro: A medida que pasábamos más tiempo juntos aprendía a ver cómo pensaba sobre la vida, nuestros valores estaban muy alineados, y una de esas cosas era cómo veíamos a la familia, cómo pensaba en preservar la fertilidad y estaba pensativa sobre ser madre.

Esther: Mi esposo y yo esperamos formar una familia el próximo año. Podría ser difícil para nosotros quedar embarazados. Tengo óvulos congelados, y tenemos un DAF si quisiéramos para dos niños. Gran parte en lo que me he centrado es en asegurarme de que mi cuerpo se sienta bien y esté en un lugar en el que escuche a mis médicos: "Oye, todos tus niveles se ven bien". Ahora se trata de un poco más de tiempo y seguir con un estilo de vida saludable. Claramente soy propensa a que vuelvan a crecer estos fibromas. Los cambios en mi estilo de vida han ayudado a mantenerse pequeños, pero quizá no es así, y desafortunadamente no hay suficiente investigación para saber por qué vuelven a crecer.

Comencé a eliminar el gluten de mi dieta el año pasado, y marcó una gran diferencia. Aunque lo admito, no hay investigaciones en este momento que relacionen el crecimiento de fibromas con el consumo de gluten. De hecho, creo que me ha ayudado a controlar mis fibromas actuales al tamaño que tienen, que son muy pequeños; y también eliminé la carne roja. Básicamente, los fibromas prosperan gracias a las hormonas

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.



Esther: Vive con Fibromas

adicionales que se acumulan allí. Otro que es útil es limitar el consumo de alcohol. Desde el punto de vista del movimiento, me he inclinado más hacia el movimiento suave y las actividades de bajo impacto.

El desafío que he tenido es encontrar recursos, incluso a otras mujeres que pueden haber tenido fibromas, para conectarnos sobre lo que podemos hacer para prevenir ese rebrote o hacer esos cambios en el estilo de vida. Empecé a trabajar en una comunidad llamada MyAdvo, tengo la esperanza de que, dentro de un año, nuestra comunidad se haya convertido en miles de mujeres con SOPQ, fibromas y endometriosis, y hayamos conectado esta red increíble de mujeres en la que no tienen que sentirse como yo a los 21 años, "¡Oh, Puedo conocer a alguien que es como yo y que está pasando por esto".

Pedro: Una de las cosas que amo de Esther, es su motivación y su pasión, y MyAdvo es un reflejo de esto. Es algo que ella siente no solo como negocio, sino una misión personal para ayudar a otras mujeres a encontrar la solución por medio de su jornada de salud.

Esther: En cuanto a la sociedad, se nos dice que no hablemos de nuestras menstruaciones, que no hablemos de nuestra salud. Se nos dice que mantengamos esta imagen prístina, y esa no es la realidad. Lo único que recomiendo a otras mujeres es que mantengan su voz en alto sobre su salud, y estén en comunicación con otras mujeres asegurándose de seguir hablando de lo que les está sucediendo porque no tienen idea cómo su historia puede ser tan importante para otra mujer.