

«Espero ayudar con mi libro a muchas personas con cáncer»

Odile Fernández Médico y autora de 'Mis recetas anticáncer'



–Durante nuestra formación no recibimos información alguna sobre prevención y tratamiento del cáncer desde la alimentación y los hábitos de vida, por lo que suele haber desconocimiento en la clase médica. Por suerte, somos cada vez más los profesionales sanitarios que nos formamos para defender una alimentación saludable para vencer el cáncer. Espero que este libro sirva para que muchos colegas transmitan esta información a sus pacientes, lo que mejorará la calidad de vida de estos.

–Usted superó un cáncer de ovario hace tres años. ¿Qué les diría a aquellos que tienen familiares que no han podido con la enfermedad?

–Que es duro perder a un ser querido y que por desgracia en muchos casos el desenlace de esta enfermedad es fatal. Conforme se conozca más sobre el origen de esta enfermedad se podrá prevenir y tratar con más eficacia.

–¿Qué espera Odile Fernández de este libro?

–Que pueda ayudar a muchas personas con cáncer, aportándoles esperanza y apoyo durante la enfermedad.

Médico de familia y madre de un niño de cinco años, Odile Fernández venció un cáncer de ovario con metástasis en 2010 tras iniciar el tratamiento convencional y cambiar su forma de alimentarse. Una experiencia que decidió plasmar en un libro que hoy, a las 19.30 horas, presenta bajo el título 'Mis recetas anticáncer' (Ediciones Urano, 2013) en la librería Picasso, en la calle Obispo Hurtado 5.

–¿Realmente existen recetas anticáncer?

–Afirma la Organización Mundial de la Salud, basándose en publicaciones científicas, que el cáncer es una enfermedad medioambiental relacionada con nuestra alimentación y

nuestros estilos de vida. Con una alimentación saludable se podrían prevenir del 30 al 40% de todos los cánceres. El archiconocido estudio EPIC mantiene que seguir una dieta mediterránea podría prevenir el 70% de los cánceres de colon. Una vez contraída la enfermedad, hay intervenciones como la alimentación, el ejercicio físico o el bienestar psicológico que pueden ayudar a que los tratamientos sean más eficaces y mejor tolerados.

–Si todo lo que asegura es cierto, ¿por qué hay quienes, pese a todo, no consiguen buenos resultados?

–No existe ningún tratamiento, ni convencional ni complementario,

cien por cien eficaz frente al cáncer. Si existiese, esta enfermedad no sería tan temida. No existen enfermedades sino enfermos, y cada persona reacciona de forma diferente a los diferentes tratamientos aunque el diagnóstico sea el mismo. En mi libro cuento lo que a mí me sirvió con el fin de orientar a otros enfermos. Lo que pretendo es ofrecer información veraz y científica sobre alimentación y estilos de vida que nos ayuden a prevenir y tratar la enfermedad, pero en ningún momento se pretende ofrecer una cura milagrosa.

–¿Qué opinan sus colegas sobre su libro?