



# Una luz entre la oscuridad del cáncer

Odile Fernández es la mujer detrás de un blog con millón y medio de visitas y de un par de libros en los que cuenta su experiencia personal y describe sus 'recetas anticáncer'

02.09.13 - 01:48 - JUAN RAMÓN OLMOS | GRANADA

0 Comentarios |  9  2   24

★★★★★ 1 votos   

En 2010, Odile Fernández se enfrentó a una de esas batallas que cambian la vida de cualquier ser humano: se enteró de que estaba padeciendo un cáncer. En concreto, se trataba de un cáncer de ovario con múltiples metástasis. Sin embargo, Odile no se limitó a lamentar la crueldad del destino. Esta médico de familia y madre de un niño de cinco años quiso averiguar por qué, y sus pesquisas le llevaron a analizar "la íntima relación que hay entre el cáncer y una deficiente alimentación", según explica.

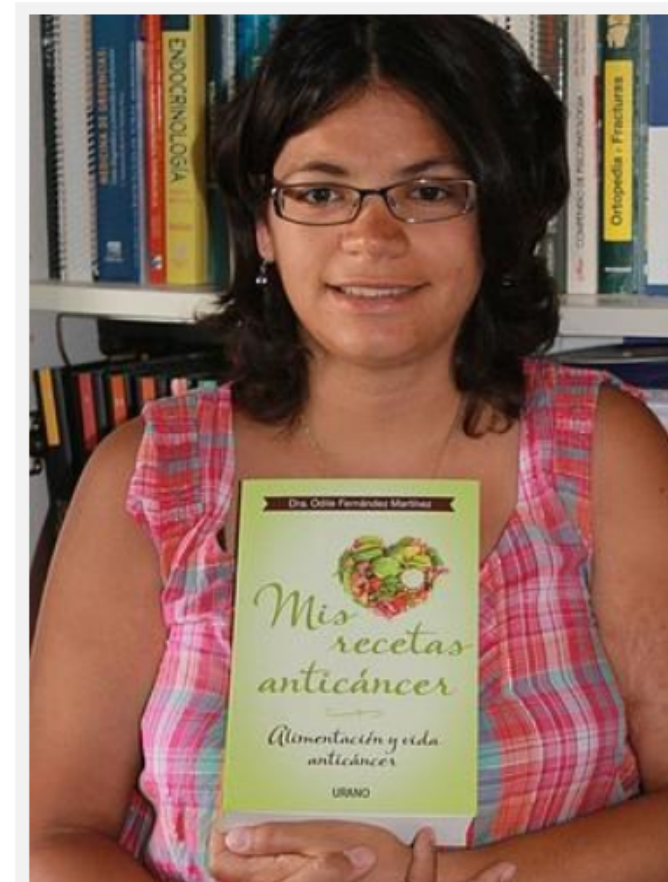
Mientras esperaba al comienzo de la quimioterapia, Odile empezó a poner en práctica lo que llamó "recetas anticáncer". Tras el tercer ciclo de quimioterapia, el cáncer había desaparecido, aunque, como ella misma asegura, "el problema del cáncer de ovario es el alto riesgo de recidiva", por lo que sigue "nutriendo mi mente y mi cuerpo para que el cáncer y yo nos hayamos despedido para siempre". Y, sin perder de vista ese objetivo, decidió compartir la experiencia con el mundo.

Fruto de ello es el blog '[Mis Recetas Anticáncer](#)', que acumula ya millón y medio de visitas desde su puesta en marcha. Pero, además del éxito online, Odile ha publicado dos libros, 'Alimentación Anticáncer' y el más reciente, 'Mis recetas anticáncer'. En una entrevista reciente en IDEAL, la doctora Fernández aseguraba que "con una alimentación saludable, se podrían prevenir del 30 al 40% de todos los cánceres", y añadía que "el archiconocido estudio EPIC mantiene que seguir una dieta mediterránea podría prevenir el 70% de los cánceres de colon".

Eso sí, la propia Odile aclara que "no existe ningún tratamiento, ni convencional ni complementario, cien por cien eficaz frente al cáncer" y expone que, por ello, "en el libro cuento lo que a mí me sirvió con el fin de orientar a otros enfermos, en ningún momento se pretende ofrecer una cura milagrosa". La doctora Fernández matiza que "lo que pretendo es ofrecer información veraz y científica sobre alimentación y estilos de vida que nos ayuden a prevenir y tratar la enfermedad".

Respecto a si otros médicos están de acuerdo con las tesis que plantea, Odile manifestaba en la entrevista en IDEAL que "por suerte, somos cada vez más los profesionales sanitarios que nos formamos para defender una alimentación saludable para vencer el cáncer, pero durante nuestra formación previa no habíamos recibido información alguna sobre prevención y tratamiento del cáncer desde la alimentación y los hábitos de vida, por lo suele haber desconocimiento en la clase médica".

No es posible asegurar que las recetas de Odile Fernández garanticen una cura de esta grave enfermedad, ni mucho menos. Pero la experiencia que ella cuenta y relata, tanto en sus libros como en su blog, sí puede aportar algo de luz ante la oscuridad que se cierne sobre cualquiera cuando se enfrenta al abismo del cáncer



Odile Fernández, médica de familia y autora de 'Mis recetas anticáncer'. / IDEAL

Publicidad

Calcula tu seguro con **Línea Directa** y ahorra.



Seguro de coche



Seguro de moto



Seguro de hogar