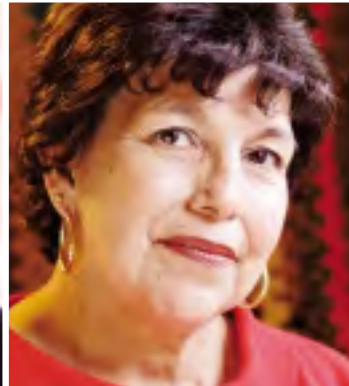
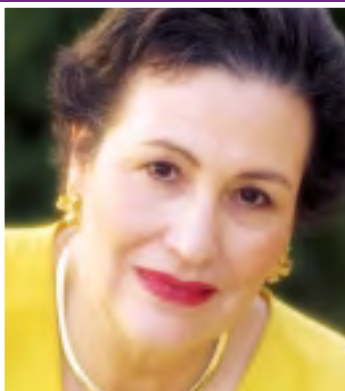


Nuestras • Historias

Mujeres Hispanas Sobreviviendo el Cáncer del Seno



Our Stories: Hispanic Women Surviving Breast Cancer



Nuestras Historias

Mujeres Hispánicas Sobreviviendo el Cáncer del Seno



Our Stories: Hispanic Women Surviving Breast Cancer



A publication of *Redes En Acción*: The National Hispanic/Latino Cancer Network
(National Cancer Institute Grant No. UO 1 CA 86117-01)

Copyright © 2004 by *Redes En Acción*: The National Hispanic/Latino Cancer Network

All rights reserved. Written permission must be secured from *Redes En Acción*: The National Hispanic/Latino Cancer Network to use or reproduce any part of this book, except for brief quotations in critical reviews or articles.

This book was made possible in part by generous grants from the Susan G. Komen Breast Cancer Foundation, San Antonio Affiliate, the San Antonio Cancer Institute, and the Lance Armstrong Foundation.

Derechos reservados. Es necesario obtener un permiso por escrito de Redes En Acción: The National Hispanic/Latino Cancer Network para usar o reproducir cualquier parte de este libro con excepción de alguna citación corta en revisiones críticas o artículos.

La producción de este libro fue posible en parte gracias a las donaciones generosas de la Susan G. Komen Breast Cancer Foundation, San Antonio Afiliada, el San Antonio Cancer Institute, y el Lance Armstrong Foundation.



The Susan G. Komen
Breast Cancer Foundation

SAN ANTONIO CANCER INSTITUTE



Redes En Acción: The National
Hispanic/Latino Cancer
Network
Principal Investigator:
Amelie G. Ramirez, DrPH
Co-Principal Investigator:
Kipling Gallion, MA

Chronic Disease Prevention
and Control Research Center
Department of Medicine
Baylor College of Medicine
8207 Callaghan Rd., #110
San Antonio, Texas 78230
(210) 348-0255
www.redesenaccion.org
aramirez@bcm.tmc.edu

Susan G. Komen Breast Cancer
Foundation,
San Antonio Affiliate
527 N. Leona St, Suite A-3100
San Antonio, Texas 78207
PO Box 6678
San Antonio, Texas 78209
(210) 222-9009
www.komen.org
www.sakomen.org

San Antonio Cancer Institute
7703 Floyd Curl Drive
San Antonio, Texas 78229-3900
210-567-2710
<http://saci.uthscsa.edu>
saci@uthscsa.edu

Lance Armstrong Foundation
PO Box 161150
Austin, Texas 78716-1150
(512) 236-8820
www.laf.org

Nuestras Historias: Mujeres Hispánicas Sobreviviendo el Cáncer del Seno
Our Stories: Hispanic Women Surviving Breast Cancer

Project Coordinator/Translator: Sandra San Miguel de Majors, MS

Editor: Dani Presswood

Translation Consultant: Patricia Chalela, MPH

Copy Editor/Research Coordinator: Julie Catalano

Photographer: Joan Snow

Graphic Designer: Jeffrey Heinke Design

Printer: Quadrangle Press, Inc.

Note: Some English phrases do not translate word-for-word into Spanish. In these cases, the English idea has been translated into Spanish idiom.

Nota: Algunas frases en inglés no se traducen palabra por palabra en español. En estos casos, el concepto en inglés fue traducido al modismo más adecuado en español.



This book is dedicated to the millions of Latina women and their families who have and will continue to bravely fight the battle against breast cancer. Sadly, two of the courageous women who wrote and shared their stories in this book experienced a recurrence of cancer earlier this year and passed away prior to the publication date.

Este libro está dedicado a las millones de mujeres Latinas y a sus familias quienes han luchado valientemente, y seguirán luchando la batalla contra el cáncer del seno. Lamentablemente a principios de este año, dos mujeres de gran valor que escribieron y compartieron sus historias en este libro, tuvieron una reincidencia del cáncer y fallecieron antes de la fecha de publicación.

In Memoriam / En Memoria de

Sylgiam Ortiz

1965-2004

Cordelia Uribe Robeau

1959-2004



Acknowledgments

Nuestras Historias: Mujeres Hispanas Sobreviviendo el Cáncer del Seno / Our Stories: Hispanic Women Surviving Breast Cancer is a publication of *Redes En Acción*: The National Hispanic/Latino Cancer Network, with partial funding support from the Susan G. Komen Breast Cancer Foundation, San Antonio Affiliate, the San Antonio Cancer Institute, and the Lance Armstrong Foundation. *Redes En Acción*, which is coordinated by Baylor College of Medicine, is a Special Populations Networks initiative of the National Cancer Institute (NCI Grant No. UO 1 CA 86117-01).

Development and publication of the book were made possible by the combined talents of numerous individuals:

The *Redes En Acción* research team participating in development of *Nuestras Historias* consisted of **Sandra San Miguel de Majors**, MS, who coordinated all aspects of the project and translated both Spanish and English text; **Dani Presswood**, who provided editorial services and assisted in preparation of the final product; **Patricia Chalela**, MPH, who aided in the language translation; and **Amelie Ramirez**, DrPH, and **Kipling Gallion**, MA, who were lead investigators and directed the project.

Julie Catalano served as copy editor. She provided research, writing and editing for all of the stories.

Joan Snow was the photographer, spending countless hours in the homes of the women who shared their stories and at various photo-shoot locations in South Texas.

Jeffrey Heinke Design provided graphic design and production services.

Demetrio Mamani, MD, served as a medical consultant.

The external review committee assisting with story selection was comprised of **Terri Jones**, Vice President and Executive Director of Women Involved in Nurturing, Giving, Sharing Inc. (WINGS); **Sylvia Sluder**, Chairperson of Latinas for A Cure and Board Member, San Antonio Affiliate Susan G. Komen Breast Cancer Foundation; and **Eileen Lundin** and **Lupita Medina**, breast cancer patient advocates. Terri, Eileen, and Lupita are breast cancer survivors.

Special thanks to all of the women who so graciously and eloquently wrote and shared their experiences for the book, without whose inspiration *Nuestras Historias* would not be possible.



Agradecimientos

Nuestras Historias: Mujeres Hispanas Sobreviviendo el Cáncer del Seno / Our Stories: Hispanic Women Surviving Breast Cancer es una publicación de *Redes En Acción: The National Hispanic/Latino Cancer Network*, con apoyo económico parcial de La Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer del Seno de San Antonio, el *San Antonio Cancer Institute*, y el *Lance Armstrong Foundation*. El programa *Redes En Acción* es coordinado por *Baylor College of Medicine* y es una iniciativa de *Special Populations Networks* del *National Cancer Institute*-NCI (donación de NCI número: UO 1 CA 86117-01).

El desarrollo y la publicación de este libro fueron posibles gracias a la colaboración de numerosas personas:

El grupo de investigación de *Redes En Acción* que participó en el desarrollo de *Nuestras Historias* estuvo formado por **Sandra San Miguel de Majors**, MS, quien coordinó todos los aspectos del proyecto y tradujo ambos textos, español e inglés; **Dani Presswood**, quien brindó servicios editoriales y asistió en la preparación del producto final; **Patricia Chalela**, MPH, quien colaboró en la traducción; y **Amelie Ramirez**, DrPH, y **Kipling Gallion**, MA, quienes fueron los investigadores principales y dirigieron este proyecto.

Julie Catalano colaboró como editora de texto y brindó apoyo en la investigación, la escritura y la redacción de todas las historias.

Joan Snow fue la fotógrafa, quien pasó innumerables horas en los hogares de las mujeres que compartieron sus historias y en varios sitios del Sur de Texas para sus sesiones fotográficas.

Jeffrey Heinke Design colaboró con el diseño gráfico y los servicios de producción.

Demetrio Mamani, MD, colaboró como asesor médico.

El comité externo de revisión colaboró con la selección de las historias y estuvo formado por **Terri Jones**, Vice Presidente y Directora Ejecutiva de “*Women Involved in Nurturing, Giving, Sharing Inc. (WINGS)*”; **Sylvia Sluder**, Directora de *Latinas for A Cure* y miembro del Comité Directivo de la Fundación Komen de San Antonio; y por **Eileen Lundin** y **Lupita Medina**, quienes abogan por los derechos de los pacientes con cáncer del seno. Terri, Eileen y Lupita son sobrevivientes del cáncer del seno.

Un agradecimiento especial a todas las mujeres que con tanta gracia y elocuencia escribieron y compartieron sus experiencias para el libro, sin su inspiración *Nuestras Historias* no hubiera sido posible.



Table of Contents / Índice

Nuestras Historias / Our Stories



Julie La Fuente Louviere
Just Do It
Sólo Hazlo

10



Sylvia Fernández
Heavenly Pruning
Intervención Celestial

14



Tammy Ruiz
My Secret Partner
Mi Aliada Secreta

18



Diana Covone
The Power of Prayer
El Poder de la Oración

22



Joan Treviño Lawhon
Follow Your Instincts
Obedezca Sus Instintos

26



Irene Maldonado
All My Angels
Todos Mis Ángeles

30



Meg Reyes
I Smiled... I Cried
Sonreí y Lloré

34



Esperanza Ferreyro
Blessing for the Soul
Bendición para el Alma

38



Tanya Enriquez
The Three Musketeers
Las Tres Mosqueteras

42



Lucila Mendoza
I Was Never Alone
Nunca Estuve Sola

46



Elva Fletcher
'What God Wants'
'Si Dios Quiere'

50



*Cordelia Uribe Robeau &
Mónica Uribe Nanez*
A Shared Hope
Una Esperanza Compartida

54



Sylvia Beilstein
The Therapy of Humor
La Terapia del Humor

58



María Huerta
Eternally Grateful
Agradecida Eternamente

62



Table of Contents / Índice

Nuestras Historias / Our Stories



Aurora Guajardo
My Guardian Angel
Mi Ángel Guardián

66



Irma Macias
Impact on the Family
El Impacto en la Familia

70



Yolanda Molina
Dr. Daisy
La Doctora Daisy

74



Raquel Chacón
Unselfish Love
Amor Desinteresado

78



Bea Vásquez
The Courage to Live
La Valentía para Vivir

82



Olivia Aguilar
I Am a Survivor
Soy una Sobreviviente

86



Mary Oliva
'Good Things Happen'
'Puede Ser un Bien'

90



Mary González
The Value of Education
El Valor de la Educación

94



María Yañez
Overcoming Depression
Superando la Depresión

98



Gloria Díaz
Second Chance
Una Segunda Oportunidad

102



Sylgiam Ortiz
I Never Lost Faith
Nunca Perdí la Fe

106

Recommendations / Recomendaciones 110

National Resources / Recursos Nacionales 114



Introduction

Breast cancer doesn't discriminate. It's a disease that affects all women. However, for Latina women, breast cancer is the most commonly diagnosed cancer. Latinas are diagnosed at later stages, and the uninsured are 2.3 times more likely to be diagnosed at a later stage, resulting in lower survival rates than non-Hispanic white women. Overall, this group is less likely to survive for five years after diagnosis than non-Hispanic whites.

Worst of all, breast cancer is the number one cancer killer of Latinas.

Statistics, however, only tell part of the story. Although Latinos are now the largest minority population in the United States, very little has been written about the Latina cancer experience. The goal of this book is to put a face on the statistical data and on this dreadful disease. In doing so, *Nuestras Historias* is an enduring testament to the fight against breast cancer among Latina women.

We wanted to hear their stories, and many were proud to share them. Story after story of indomitable spirit and resolve, told with candor and without self-pity. We met women forced to deal with – in addition to cancer itself – depression, fear, financial worries, and the heartbreaking possibility of leaving loved ones behind.

But common themes soon surfaced: faith, family, and friends kept emerging as sources of strength, comfort and, most of all, hope. Coping skills and courage were rooted in likely and unlikely places – prayer, humor, books, music, dance, even beloved pets. Resiliency was a constant companion. Time and again, these women found new wellsprings of power within that they never knew they possessed. Regardless of each woman's journey through this experience, the story remained the same: their lives were forever changed.

In their stories, you will find practical advice as well: the importance of early screening, the value of perseverance, and the invaluable assistance of organizations helping patients navigate through the health care system. Almost to a person, these women wanted to be part of a legacy of education that would inform and help others.

Finally, this book is dedicated to the women themselves, both the ones you will meet here and those who continue this battle everyday. We hope that you will find their messages of faith, hope, and love as inspirational, enlightening, and life affirming as we did.

Amelie G. Ramirez, DrPH

Principal Investigator

Redes En Acción: The National Hispanic/Latino
Cancer Network



Introducción

El cáncer del seno no discrimina. Es una enfermedad que afecta a todas las mujeres. Sin embargo, el cáncer del seno es el tipo de cáncer más comúnmente diagnosticado entre las mujeres Latinas. Las Latinas son diagnosticadas en etapas más avanzadas de la enfermedad, y las mujeres sin seguro médico tienen una probabilidad 2.3 veces mayor de ser diagnosticadas en etapas más avanzadas, lo cual resulta en tasas más bajas de supervivencia comparado con las mujeres blancas no-Hispanas. En general, es menos probable que este grupo sobreviva cinco años después del diagnóstico comparado con el grupo de mujeres blancas no-Hispanas.

Lo peor de todo es que el cáncer del seno es la causa número uno de las muertes por cáncer entre las Latinas.

Sin embargo, las estadísticas sólo relatan una parte de la historia. Aunque los Latinos actualmente forman la población minoritaria más grande de los Estados Unidos, se ha escrito muy poco sobre la experiencia de las Latinas con el cáncer. La meta de este libro es ponerle cara a los datos estadísticos y a esta terrible enfermedad. Al hacer esto, *Nuestras Historias* se convierte en un testimonio perdurable de la lucha contra el cáncer del seno entre las mujeres Latinas.

Queríamos escuchar sus historias y muchas mujeres estuvieron orgullosas de compartirlas con nosotros. Historia tras historia de espíritu y determinación indomable, están relatadas con absoluta franqueza y sin autocompasión. Conocimos a mujeres que fueron forzadas a enfrentar – además del cáncer – la depresión, el miedo, las preocupaciones financieras y la posibilidad desgarradora de dejar a sus seres queridos.

Pero muy pronto, temas comunes comenzaron a aflorar a la superficie: la fe, la familia y las amistades surgieron como fuentes de fortaleza, apoyo y sobretodo esperanza. Las habilidades de adaptación y la valentía para enfrentar esta enfermedad estaban arraigadas en las fuentes más comunes e inimaginables – la oración, el sentido del humor, los libros, la música, la danza y hasta en las mascotas. El deseo de vivir estuvo siempre presente. De una manera u otra, estas mujeres encontraron nuevas fuentes de poder en su interior que ni ellas mismas sabían que poseían. Sin tomar en cuenta el camino que siguió cada mujer a través de esta experiencia, la historia permaneció igual: sus vidas cambiaron para siempre.

En sus historias, usted también encontrará consejos prácticos: la importancia de la detección temprana, el valor de la perseverancia y la invaluable asistencia de organizaciones que ayudan a los pacientes a “navegar” a través del sistema del cuidado de la salud. Todas las mujeres querían ser parte de un legado de educación que informara y ayudara a otras mujeres.

Para finalizar, este libro está dedicado a las mujeres, tanto a las que va a conocer en este libro, como a las que continúan esta batalla todos los días. Esperamos que usted encuentre sus mensajes de fe, esperanza y amor tan llenos de inspiración, de iluminación y de vida, como lo hicimos nosotros.

Amelie G. Ramirez, DrPH

Investigadora Principal

Redes En Acción: The National Hispanic/Latino
Cancer Network

“ If you want to live, you’ll do what you have to do. This thing called cancer was not going to take me down.”

“Si uno quiere vivir, uno tiene que hacer lo que sea. Esta cosa llamada cáncer no iba a derrotarme”.

Julie was born in Eagle Pass, Texas and currently resides in San Antonio. Julie with husband Chris and daughters Ava (left) and Alis Ami

Julie nació en Eagle Pass, Texas y actualmente reside en San Antonio.

Julie con su esposo Chris y sus hijas Ava (izquierda) y Alis Ami



Just Do It

Sólo Hazlo

Julie La Fuente Louviere



At 29, I was living in Puerto Rico, and I was in the best shape of my life, training for a triathlon and weighing only 115 pounds of muscle. I felt like I was in total control of my life.

I found a knot near my collarbone, which I believed was nothing, but my husband made me get it checked out. The diagnosis was breast cancer.

I was in shock. I thought cancer was something that only old people got. I learned the ugly side effects of chemotherapy, like losing hair and eyebrows, but I could give them up if I had to. If I had to lose a breast to survive, I was ready. My motto became “Just do it.” If you want to live, you’ll do what you have to do. This thing called cancer was not going to take me down. I put temporary tattoos on my bald head and wore a T-shirt that my niece gave me that said “I’m Too Sexy for My Hair.”

After my treatment, there was no sign of cancer. More than four years later, I became pregnant again. But the cancer came back, now in my liver and bones. The doctors recommended termination of my pregnancy because they said it would be easier to treat. For me that was not an option. On Valentine’s Day, 1998, I gave birth to my second daughter, Alis Ami. I found out later that the doctors

A la edad de 29 años, vivía en Puerto Rico y estaba en la mejor condición física de mi vida porque estaba entrenando para un triatlón y pesaba solamente 115 libras de puro músculo. Sentía como si tuviera el control total de mi vida.

Encontré un nudo cerca de mi clavícula, el cual pensé que no era nada, pero mi esposo me convenció para que me lo chequeara. El diagnóstico fue cáncer del seno.

Estaba totalmente aturdida. Pensé que el cáncer solo le sucedía a la gente de edad avanzada. Aprendí sobre los desagradables efectos secundarios de la quimioterapia, tales como la pérdida de pelo y las cejas, pero podía prescindir de ellos si tenía que hacerlo. Estaba lista para perder un seno con tal de sobrevivir. Mi lema se convirtió en “Sólo hazlo”. Si uno quiere vivir, uno tiene que hacer lo que sea. Esta cosa llamada cáncer no iba a derrotarme. Me puse tatuajes temporales en mi cabeza calva y usaba una camiseta que mi sobrina me dio la cual decía “Soy demasiado sexy para mi pelo”.

Después de mi tratamiento, no había más señales del cáncer. Un poco después de cuatro años, me embaracé. Pero el cáncer regresó en mi hígado y en mis huesos. Los doctores recomendaron terminar mi embarazo porque sería más fácil tratar mi cáncer sin estar



Julie shares hugs with daughters Ava (left) and Alis Ami.

Julie comparte un abrazo con sus hijas Ava (izquierda) y Alis Ami.

"I've been on chemo now for more than seven years," says Julie La Fuente Louviere, 40, who has battled two bouts of cancer since 1993. "I started with 17 tumors in my liver, then to three very stubborn ones, and now I have none." She recently had breast reconstruction surgery after her radical mastectomy 10 years ago. "I don't know why I waited so long. I would recommend to anybody to have it done." Married to her husband Chris for 17 years, Julie credits him and her entire family for their constant support throughout this experience. Calling herself a Latina breast cancer activist, Julie has done volunteer work with *Flying Colors* in Memphis and WINGS, and is active in *Latinas for A Cure*.

"He estado recibiendo quimioterapia por más de siete años", dice Julie La Fuente Louviere de 40 años de edad quien ha luchado dos veces contra el cáncer desde el año 1993. "De 17 tumores en mi hígado quedé con 3 tumores muy persistentes y actualmente no tengo ninguno". Recientemente tuvo una reconstrucción de seno después de 10 años de haber tenido una mastectomía radical. "No sé porque me esperé tanto tiempo. Yo le recomiendo a cualquier persona que lo necesite que se haga una reconstrucción de seno". Julie ha estado casada con Chris por 17 años y agradece a toda su familia por su apoyo constante durante esta experiencia. Julie se identifica como una activista latina del cáncer del seno y ha trabajado como voluntaria para *Flying Colors* en Memphis, WINGS, y es una integrante activa de *Latinas for A Cure*.

had given me two months to live. In a way, I believe it was my new daughter who saved my life.

I had faith before, but now I have a lot more. My prayers have been answered. I'm not as materialistic, and I'm not always in a rush. When you've had a close call like this, all the other stuff doesn't matter. You know you have it together.

I enjoy each day to the fullest. If I want to stop and smell the flowers, I can. If I want to bake cookies with the girls, I do. Sometimes I get sad about the way I look, but I'm trying to fight for my life, not be a model. I want to see my rosebuds bloom. I want to see my daughters graduate from college. All I can live with is hope. Tomorrow will be there. Today is today. ❖

embarazada. Para mí, esa no era una opción. El día de San Valentín del año 1998, di a luz a mi segunda hija Alis Ami. Después de un tiempo descubrí que los doctores solamente me habían dado dos meses de vida. De cierta manera, creo que mi hija Alis Ami fue quien me salvó la vida.

Antes tenía fe, pero actualmente tengo más fe que nunca. Recibí respuesta a mis oraciones. Ya no soy tan materialista, ni ando tan apresurada. Cuando uno ha pasado por una experiencia como ésta, todo lo demás pierde importancia. Es cuando aprendes a valorar las cosas que realmente son importantes en la vida.

Disfruto cada día al máximo. Si quiero parar y oler la fragancia de las flores, lo hago. Si quiero hornear galletitas para mis niñas lo hago. Algunas veces me siento triste por la manera como me veo, pero estoy tratando de luchar por mi vida, no para ser una modelo. Quiero ver a mis capullos de rosa, mis hijas, florecer. Quiero verlas graduarse de la universidad. La esperanza nunca muere. El mañana vendrá y el presente está aquí. ❖

“ The past is history, the future is a mystery. All we have is the present, which is a gift from the Creator.”

“El pasado es historia, el futuro es un misterio, y lo único que tenemos es el ‘presente’, el cual es un regalo del Creador”.



Sylvia was born in Laredo, Texas and currently resides in San Antonio.

Sylvia nació en Laredo, Texas y actualmente reside en San Antonio.

Heavenly Pruning

Intervención Celestial

Sylvia Fernández



The memory of my doctor's words in 1992 will last forever. The rest of that day, week, and year are a blur. At the time, never would I have believed that dreaded diagnosis would turn out to be one of my greatest blessings.

Choices! Surgery had to be scheduled immediately. Should I have reconstruction? Should I get a second opinion? I felt totally powerless. I truly had to "Let Go and Let God."

Changes! Within a week, I had surgery to remove my right breast. In 10 days, I was back at work and never missed a day during the six months of chemotherapy. I was very fortunate.

Challenges! Yes, my hair did fall out and that was the most traumatic. But it grew back. I have decided to never color or perm my "virgin hair" again.

It was time to utilize all the coping skills I had learned along life's path, like meditation and visualization. The past is history, the future is a mystery. All we have is the present, which is a gift from the Creator.

The hardest lesson was learning to do nice things for myself and not feel guilty. As caregivers, it is very difficult for women to give up trying to fix everything and everybody. We waste so much time worrying about things that are out of our control. We can control only

Fueron las palabras que pronunció mi doctor en el año 1992 las que se grabaron en mi memoria para siempre. Me cuesta trabajo recordar el resto de ese día, semana y año. En esos momentos, no me imaginé que ese diagnóstico tan espantoso se convertiría en una de las bendiciones más importantes de mi vida.

¡Opciones! Tenía que programar inmediatamente la cirugía y me preguntaba a mí misma ¿Debo hacerme la reconstrucción? ¿Debo buscar una segunda opinión? Me sentía completamente impotente. Tuve que dejarlo todo en las manos de Dios.

¡Cambios! En una semana tuve la cirugía para quitar mi seno derecho. Diez días después, ya había regresado a mi trabajo y nunca falté un solo día durante los seis meses de mi quimioterapia. Fui muy afortunada.

¡Retos! Si, perdí mi pelo y fue una de las experiencias más traumáticas. Pero me volvió a crecer. Decidí que nunca volvería a pintarme o hacerme un permanente en mi "pelo virgen".

Era el momento adecuado para utilizar las habilidades de adaptación que había aprendido durante mi camino por la vida, tales como la meditación y la visualización. El pasado es historia, el futuro es un misterio, y lo único que tenemos es el "presente", el cual es un regalo del Creador.



“There is life after cancer,” says Sylvia Fernández, 64, who was 53 at the time of her diagnosis and has remained cancer-free for 11 years. After retirement as Director of Student Life at the University of Texas Health Science Center at San Antonio, “I decided to focus on getting myself in shape.” Sylvia works with a personal trainer, lifts weights, and practices yoga. As a Reach to Recovery volunteer with the American Cancer Society, Sylvia has appeared on numerous bilingual television and radio shows encouraging women to get regular mammograms. She hopes to develop retreats for Latina cancer survivors. Sylvia and her husband of 44 years, Raul, have three children, three grandchildren, and one great-grandchild.

“Existe vida después del cáncer”, dice Sylvia Fernández, de 64 años, quien tenía 53 años de edad cuando fue diagnosticada. Sylvia ha estado libre de cáncer por 11 años. Después de jubilarse como Directora de la Vida Estudiantil en el *University of Texas Health Science Center*, “Yo decidí enfocarme a ponerme en forma”. Sylvia hace ejercicio bajo la supervisión de un entrenador personal, alza pesas y practica yoga. Como voluntaria del programa *Reach to Recovery* de la Sociedad Americana del Cáncer, Sylvia se ha presentado en numerosos programas bilingües de televisión y radio motivando a las mujeres para que se hagan sus mamogramas regularmente. Ella desea hacer retiros para las sobrevivientes Latinas del cáncer. Sylvia y su esposo Raúl, han estado casados por 44 años, tienen tres hijos, tres nietos y un bisnieto.



our thoughts and reactions to each challenge. The best gift we can give our family is to take care of ourselves. This was a powerful lesson for me. I had to learn to become a divine receiver as well as a giver. I realize the importance of physical, mental, emotional, and spiritual wellness, and I work hard to maintain that balance in my life.

Mother Teresa said, “We do not do great things, only small things with great love.” I share my story with great love in the hopes that I can touch someone like so many have touched me. I believe surgery was my heavenly father’s way of pruning me so I could blossom and grow in my spiritual life, and that has been my greatest gift from cancer. ❖

La lección más difícil fue aprender a cuidarme a mí misma sin sentirme culpable. Como las mujeres solemos cuidar a los demás, es muy difícil para nosotras dejar de arreglar todo y dejar de cuidar a todo mundo. Perdemos mucho tiempo preocupándonos por cosas que están fuera de nuestro control. Solamente podemos controlar nuestros pensamientos y nuestras reacciones a cada reto. El mejor regalo que le podemos dar a nuestras familias es cuidarnos a nosotras mismas. Ésta fue una lección muy poderosa para mí. Tuve que aprender a recibir al igual que a dar. Ahora comprendo la importancia del bienestar físico, mental, emocional y espiritual y hago el esfuerzo de mantener ese balance en mi vida.

La Madre Teresa dijo, “No hacemos grandes obras, solamente obras pequeñas con mucho amor”. Yo comparto mi historia con mucho amor y espero que pueda ayudarle a alguien, de la misma manera que tantas personas me han ayudado a mí. Pienso que la cirugía fue la manera que escogió mi Padre Celestial para “podarme” para que yo pudiera “florecer” y crecer espiritualmente y ese ha sido el mejor regalo del cáncer. ❖

“ My husband
and six children
were my strength.
There was always
someone to love,
accompany, and
encourage me.”

*“Mi esposo y mis
seis hijos fueron
mi fuerza.
Siempre hubo
alguien que me
ofreció su amor,
su compañía
y me motivaba”.*



Tammy was born
and resides in San Antonio,
Texas. Tammy (right) with
news anchorwoman
Leslie Mouton

Tammy nació y reside en
San Antonio, Texas. Tammy
(derecha) con la reportera
Leslie Mouton

My Secret Partner

Mi Aliada Secreta

Tammy Ruiz



When I learned I had breast cancer, there was a lot of fear and tears. I remember feeling like I had deadly poison running through my body. But my husband and six children were my strength. There was always someone to love, accompany, and encourage me.

I also found a role model.

During this time, Leslie Mouton, a local television anchorwoman, was going through her own experience with breast cancer. It turned out that we followed the same treatment path – I started with chemotherapy, then a lumpectomy, and last, the radiation treatment. In fact, we finished about the same time. I looked forward to seeing her each day on television. Somehow it made me feel less alone. Here was a beautiful, educated woman in the prime of her life battling this dreadful disease, not ever realizing that a 60-year-old woman on the other end of the screen felt comforted by her energy and her will to live life to the fullest. She was an inspiration and my secret partner in all of this.

Losing my hair was especially difficult, because I owned a hair salon. I felt very bad seeing my hair fall out, so I asked a friend to shave my head. I tried wigs, but quickly decided they were too itchy. I wore hats and scarves and focused more on my face and makeup.

Cuando supe que tenía cáncer del seno, tenía mucho miedo y derramé muchas lágrimas. Recuerdo que sentía como si un veneno mortal corriera a través de mi cuerpo. Pero mi esposo y mis seis hijos fueron mi fuerza. Siempre hubo alguien que me ofreció su amor, su compañía y me motivaba.

También encontré a una modelo a seguir.

Durante esa época, Leslie Mouton, una periodista del noticiero local de televisión estaba pasando por su propia experiencia con cáncer del seno. Resultó que ambas tuvimos el mismo curso de tratamiento – empecé con quimioterapia, luego me hicieron una tumorectomía y por último recibí el tratamiento de radiación. En efecto, acabamos nuestros tratamientos casi al mismo tiempo. Me daba mucho gusto verla todos los días en la televisión. De alguna manera me hacía sentir menos sola. Aquí estaba una mujer muy bella y educada en la flor de su juventud luchando contra esta enfermedad tan espantosa, sin darse cuenta que una mujer de 60 años de edad estaba al otro lado de la pantalla motivándose con su energía y su disposición para vivir la vida al máximo. Ella fue mi inspiración y mi aliada secreta a través de todo esto.

El perder mi pelo fue muy difícil porque



"We didn't even know my husband was sick," says Tammy Ruiz, 64, who was diagnosed with breast cancer at age 60. "We had never heard of amyloidosis before. It was all very shocking." Tammy credits the prayers and support of her family, friends, and clients for surviving both her ordeal with breast cancer and the loss of her husband Edward. A licensed hairstylist, Tammy continues to work at her own salon in San Antonio and enjoys her six children and 12 grandchildren. Of the connection she felt with Leslie Mouton, Tammy says, "I never wrote to her. I'm very shy." She finally met Leslie when her essay was selected for this book.

"Ni sabíamos que mi esposo estaba enfermo", dice Tammy Ruiz, de 64 años de edad, quien fue diagnosticada con cáncer del seno a los 60 años de edad. "Nunca antes habíamos oído sobre esta enfermedad llamada amiloidosis. Todo fue muy horrible". Tammy dice que gracias a sus oraciones y al apoyo de su familia, de sus amistades y de sus clientes pudo sobrevivir ambas pruebas, su cáncer del seno y el fallecimiento de su esposo Edward. Tammy, quien tiene una licencia en cosmetología continúa trabajando en su propio salón de belleza en San Antonio y disfruta la compañía de sus seis hijos y 12 nietos. Sobre el lazo que sentía con Leslie Mouton, Tammy dice, "Nunca le escribí, soy demasiado tímida". Tammy por fin conoció a Leslie cuando su composición fue seleccionada para este libro.

My husband and I were the old-fashioned type of Mexican American couple who went everywhere together. As I was undergoing treatment, we learned that he had amyloidosis, a serious disease. Between his doctor appointments and mine, we gave each other support. I continued to work at my hair salon to keep myself busy. When my husband was hospitalized, I visited him everyday after work.

As I was finishing my chemo, my husband of 43 years went to be with the Lord on February 4, 2001, at age 63. It was a very sad time, but I knew he was somewhere far better than this world. My children got me through all of this. I have four daughters and two sons, and they never left me alone. I am grateful to the nurses and doctors who took excellent care of me. Above all I give thanks, honor, and glory to my Lord Jesus Christ.

I truly am a survivor! ❖

yo soy dueña de un salón de belleza. Me sentía muy mal cuando veía como se me caía el pelo, por lo tanto, le pedí a una amiga que me rapara la cabeza. Intenté usar pelucas pero me di cuenta inmediatamente que me causaban demasiada comezón. En su lugar, use sombreros y bufandas y me concentré un poco más en mi cara y en mi maquillaje.

Mi esposo y yo éramos la típica pareja México-americana chapeada a la antigua, íbamos a todas partes juntos. Durante mi tratamiento, nos dimos cuenta que él tenía una enfermedad muy seria llamada amiloidosis. Entre sus citas con su doctor y las mías, nos brindábamos apoyo el uno al otro. Seguí trabajando en mi salón de belleza para mantenerme ocupada. Cuando mi esposo estaba internado en el hospital, lo visitaba todos los días después del trabajo.

Cuando apenas iba a terminar con mi quimioterapia, mi esposo por 43 años se fue con Nuestro Señor Dios el 4 de Febrero de 2001 a la edad de 63 años. Fue una época muy triste, pero sabía que él estaba en algún lugar mucho mejor que este mundo. Mis hijos me ayudaron a sobrellevar esta desdicha. Mis cuatro hijas y mis dos hijos nunca me dejaron sola. Estoy muy agradecida con las enfermeras y los doctores que me cuidaron tan bien. Después de todo, honro, glorifico y le doy gracias a mi Señor Jesucristo.

¡Verdaderamente soy una sobreviviente! ❖

“ Before my illness I knew very little about breast cancer and didn't want to know. Now I work with other survivors and organizations that are trying to make this disease obsolete.”

“Antes de mi enfermedad, yo sabía muy poco sobre el cáncer del seno y no quería informarme. Actualmente, trabajo con otras sobrevivientes y con organizaciones que están tratando de erradicar esta enfermedad”.

Diana was born in Colon, Republic of Panama and currently resides in Cibolo, Texas. Diana with husband Tony

Diana nació en Colón, República de Panamá y actualmente reside en Cibolo, Texas. Diana con su esposo Tony



The Power of Prayer

El Poder de la Oración

Diana Covone



The first time I heard the “C” word was in my home country of Panama. Nobody would even admit that a relative had died from this disease. I remember a young lady in my aerobics class who had breast cancer. I was very sympathetic and offered to help, but did not ask questions about her experience. I really didn’t want to know. I had no family history, I exercised, ate right, and had yearly mammograms since I was 40. That would not happen to me.

Not long after this, I noticed my nipple inverted. I immediately went to the doctor. The doctor definitely felt something, as I would have if I had done self-examinations. After that, things happened really fast. A biopsy confirmed the diagnosis. I had a mastectomy. Twenty-two of the 23 lymph nodes were cancerous, so I had five months of chemotherapy, followed by a bone marrow transplant and radiation.

What got me through this? First, my faith in God, and my belief that if I asked him real nice, and often, he would hear me. Second, the love of my family. Like me, they believe in the power of prayer. My niece in Mexico composed a prayer for me, and I translated it to English. I gave this prayer to everybody I knew and to everybody I didn’t know, and asked them to pray for me – Baptists,

La primera vez que escuché la palabra “C” fue en mi hogar en mi país natal de Panamá. Nadie quería admitir que un pariente había fallecido de esta enfermedad. Recuerdo también a una joven en mi clase de aeróbicos que tuvo cáncer del seno. Fui muy compasiva con ella y le ofrecí mi ayuda, pero no le hice preguntas sobre su experiencia. En realidad, no quería saber. Yo no tenía historial familiar de cáncer, hacía ejercicio, comía una dieta balanceada y me hacía mamogramas desde que tenía 40 años de edad. Eso no me pasaría a mí.

Después de poco tiempo, noté que uno de mis pezones estaba invertido. Fui a consultar con el doctor inmediatamente. Definitivamente, el doctor palpó algo, que yo pude haber palpado si me hubiera auto examinando. Después de esta consulta, todo progresó muy rápidamente. Una biopsia confirmó el diagnóstico. Me hicieron una mastectomía. Veintidós de los veintitrés ganglios tenían células cancerosas, por lo tanto me sometí a cinco meses de quimioterapia seguidos por un trasplante de médula ósea y radiación.

¿Qué me ayudo a superar esta enfermedad? Primero, mi fe en Dios y mi creencia que si yo le rogaba de una manera muy amable y frecuente. Él me escucharía.



"I was blessed," says Diana Covone of her experience. She credits the strength of her family – mother, sisters, cousins – with helping her stay cancer-free since 1992. "My husband Tony was with me all the way. He used to call it 'our' cancer. Cute and loving, but if somebody was going to die from this, I had a feeling it would not be him." Good humor and a proactive approach to prayer, she says, "saved my life." Diana and Tony have two sons and two grandchildren. A board member with the Alamo Breast Cancer Foundation in San Antonio, Texas, Diana was awarded the Macy's Heart and Soul Award for Excellence in the fight against breast cancer.

"Fui bendecida", dice Diana Covone de su experiencia. Ella está segura que la fortaleza de su familia – madre, hermanas, primos – le ayudó a estar libre de cáncer desde el año 1992. "Mi esposo Tony estuvo conmigo en todo momento. Él lo llamaba 'nuestro' cáncer. Un gesto dulce y cariñoso, pero si alguien iba a morir de esto, yo sabía que no iba ser él". El buen humor y un método proactivo al rezar "salvaron mi vida", dice ella. Diana y Tony tienen dos hijos y dos nietos. Como integrante del comité de *Alamo Breast Cancer Foundation* en San Antonio, Texas, le otorgaron la distinción de *Macy's Heart and Soul Award* por excelencia en la lucha contra el cáncer del seno.

Methodists, even a convent of Mexican nuns in Anchorage, Alaska. My family in Panama, Germany, Spain, Mexico, and the United States went to their churches and asked their congregations to pray. We arranged to pray on certain days and certain times, according to the different time zones everybody was in. This way we would be praying at once all over the world. I think God finally said, “Okay, I hear you.”

It’s been 11 years since I was diagnosed, and I am here because of God’s love for me. Before my illness I knew very little about breast cancer and didn’t want to know. Now I work with other survivors and organizations that are trying to make this disease obsolete. If it ever comes back, I will fight as I did before. I don’t mind taking things 11 years at a time. ❖

Segundo, el amor de mi familia. Al igual que yo, ellos creen en el poder de la oración. Mi sobrina quien vive en México compuso una oración para mí y yo la traduje al inglés. Le daba esta oración a todas las personas que yo conocía y hasta a las que no conocía y les pedía que rezaran por mí, incluyendo a personas de otras creencias, tales como bautistas, metodistas y hasta un convento de monjas mexicanas en Anchorage, Alaska. Mi familia de Panamá, Alemania, España, México y los Estados Unidos fueron a sus iglesias y les pidieron a sus congregaciones que rezaran por mí. Decidimos rezar en ciertos días y a ciertas horas, de acuerdo a las distintas zonas de horario donde todos vivían. De esta manera, todos podríamos estar rezando juntos al mismo tiempo en todo el mundo. Yo creo que Dios por fin dijo, “De acuerdo, te escucho”.

Han pasado 11 años desde que fui diagnosticada y sigo aquí gracias al amor que Dios me tiene. Antes de mi enfermedad, yo sabía muy poco sobre el cáncer del seno y no quería informarme. Actualmente, trabajo con otras sobrevivientes y con organizaciones que están tratando de erradicar esta enfermedad. Si esta enfermedad regresa de nuevo, volveré a luchar contra ella como lo hice antes. No me importa tener que hacerlo después de once años. ❖

“ We can freeze and let the disease consume us, or we can fight. My choice was to fight. I was going to make sure my choice was an informed one.”

“Tenemos dos opciones, podemos paralizarnos y permitir que la enfermedad nos consuma, o podemos luchar por nuestras vidas. Mi opción fue luchar por mi vida. Me iba a asegurar de estar bien informada para tomar la decisión más adecuada”.

Joan was born in San Antonio, Texas, grew up in Sabinas, Coahuila, Mexico and currently resides in San Antonio.

Joan nació en San Antonio, Texas, creció en Sabinas, Coahuila, México y actualmente reside en San Antonio.



Follow Your Instincts

Joan Treviño Lawhon



I think women are blessed with a sixth sense. Recently, during a show on breast cancer survivors, several said they knew immediately that something was wrong. I could definitely relate.

My basic tests were within normal limits, but I had what I can only describe as a “gut feeling.” I had some very supportive doctors who followed through on my instincts. It took five tests to confirm a malignancy.

Within an hour of my diagnosis, I was at Barnes & Noble buying layman’s books on breast cancer. We can freeze and let the disease consume us, or we can fight. My choice was to fight. I was going to make sure my choice was an informed one. My husband Garey had lost his valiant battle to pancreatic cancer the year before. I lost a brother to kidney cancer. I thought I would face “my cancer” alone.

A cancer diagnosis is not a death sentence, but it does make you face your own mortality. I updated my will, organized important papers, selected the music for my service, and even had my obituary picture taken. My friends still laugh over this. But I also highlighted pages in my new books and made lists of questions for my surgeon.

Along with my research, I turned to a source I had treasured since early childhood – St. Theresa, the Little Flower. Her comforting

Obedezca Sus Instintos

Yo pienso que las mujeres son bendecidas con un sexto sentido. Recientemente, durante un programa de sobrevivientes de cáncer del seno, muchas mujeres dijeron que ellas sabían inmediatamente que algo andaba mal. Yo me identifico con ellas.

Los resultados de mis exámenes básicos estaban dentro de los límites normales pero yo sentía algo que solamente puedo describir como una “corazonada”. Yo conté con un grupo de doctores que me brindaron mucho apoyo y creyeron en mis instintos. Cinco exámenes tuvieron que efectuarse para confirmar la enfermedad.

A la hora de haber sido diagnosticada, yo ya estaba en la librería Barnes & Noble comprando libros sobre el cáncer del seno. Tenemos dos opciones, podemos paralizarnos y permitir que la enfermedad nos consuma, o podemos luchar por nuestras vidas. Mi opción fue luchar por mi vida. Yo me iba a cerciorar que mi decisión iba estar basada en la información adecuada. Mi esposo Garey acababa de perder valientemente su batalla contra el cáncer del páncreas el año anterior. Mi hermano también había fallecido a causa de cáncer del riñón. Yo pensé que iba a tener que enfrentar “mi cáncer” sola.

Un diagnóstico de cáncer no es una sentencia de muerte pero hace que uno piense en su propia mortalidad. Por lo tanto, actualicé



"I definitely wanted to be educated about breast cancer, but I think primarily it was my faith," says Joan Treviño Lawhon, 60. "I had a long talk with God at a stoplight on Fredericksburg Road." Her devotion to "this little saint," as she affectionately refers to St. Theresa, remains her touchstone, along with the mantra "peace on the outside comes from knowing God on the inside." Joan enjoys dancing, cooking, traveling, her three dogs, and volunteering with *Latinas for A Cure*. She is a member of the bilingual choir at St. Brigid's Catholic Church, writing lyrics for Spanish hymns that the choir has sung.

"Realmente, yo quería educarme sobre el cáncer de los senos pero pienso que mi fe fue lo principal", dice Joan Treviño Lawhon, de 60 años. "Tuve una platica muy larga con Dios en la parada de un semáforo en la calle Fredericksburg". Su devoción a "esta pequeña santita", como ella llama cariñosamente a Santa Teresita, continúa siendo su apoyo, al igual que su pensamiento, "la paz exterior viene de conocer a Dios en tu interior". Joan disfruta bailar, cocinar, viajar, adora a sus tres perritos y es voluntaria de *Latinas for A Cure*. También pertenece a un coro bilingüe de la Iglesia Católica Santa Brígida, y escribe himnos en español que el coro ha cantado.



presence assured me that God had found a meaningful way to remind me of his love. I knew then that I was not alone. My close-knit family also saw to that. In typical Mexican family style, during my nine-hour mastectomy and breast reconstruction, I had 21 people following me from the admitting area to pre-op, surgical waiting, recovery, and finally to my room. My aunt brought a guest book. With this entourage, people probably wondered if I was somebody important. To my family and friends, I am.

This is my last year of tamoxifen (a hormonal treatment). I choose to see my nightly medication not as a reminder of my cancer but as a means of providing me another day to enjoy life. Now if people see me in a low-cut gown, I love hearing them say, “You don’t look like you had cancer,” because they are right. I *had* cancer. And I thank God for those beautiful words. ❖

mi testamento, organicé todos mis documentos importantes, seleccioné la música para mi misa y hasta me tomé una foto para mi obituario. Mis amistades todavía se ríen de mí por lo que hice. Pero también subrayé información en las páginas de mis libros nuevos e hice listas de preguntas para mi cirujano.

Además de mis investigaciones, busqué refugio en la fuente que yo siempre había atesorado desde mi niñez – Santa Teresita del Niño Jesús, “la Florecita”. Su presencia consoladora me aseguró que Dios había encontrado una manera importante de recordarme su amor. Entonces yo supe que no estaba sola. Mi familia, la cual es muy unida, también se dio cuenta de eso. Durante mi cirugía de 9 horas (mastectomía y reconstrucción del seno), al estilo típico de una familia mexicana, tuve 21 familiares que me siguieron desde el área de admisiones hasta la sala de pre-operaciones, luego a la sala de espera de cirugía, a la sala de recuperación y finalmente a mi cuarto. Mi tía hasta compró un libro de invitados. Con este grupo de personas, la gente probablemente se preguntaba si yo era alguien importante. Para mi familia y amigos lo soy.

Este es el último año que tomo tamoxifen (un tratamiento hormonal). He decidido pensar que el medicamento que tomo cada noche no es un recordatorio de mi cáncer sino la manera de tener un día más para disfrutar la vida. Cuando la gente me ve luciendo un vestido escotado, me encanta cuando me dicen, “No parece que usted hubiese tenido cáncer”, porque están en lo cierto. Yo *tuve* cáncer y le doy gracias a Dios por esas palabras tan bellas. ❖

“ Throughout it all, I knew I was exactly where God intended me to be. I was very much aware that all of my angels were there to help me.”

“Desde el principio hasta el fin, yo sabía que me encontraba exactamente donde Dios quería que yo estuviera. Sabía que todos mis ángeles estaban ahí para ayudarme”.



Irene was born in Moore, Texas and currently resides in San Antonio. Irene (right) with sister Angelita and cat Baby Huey

Irene nació en Moore, Texas y actualmente reside en San Antonio. Irene (a la derecha) con su hermana Angelita y su gato Baby Huey

All My Angels

Irene Maldonado



“It’s just a little cancer, Irene, and if you have a little chemo and radiation, you can go on with your life.” Those were the words of the radiologist on that beautiful April day in 2001. The nurse sitting beside me put her arm around my shoulders. Being a single mom, I immediately thought of my only child, my 16-year-old son Mark. In a sense I was all he had. He had been so concerned that morning that he wanted to go with me to get the results of my biopsies. Instead, I promised to call him as soon as I knew. I kept that promise and told him everything.

After the radiologist shook my hand and left the room, the nurse gave me the best advice: “Don’t make everyone’s story your own. Everyone’s cancer is different.” Her words came to mind several times in the months that followed. I will forever be grateful to that angel who held my hand while my world, as I knew it, would never be the same.

I was to meet many angels along the way. My sister Christina and her husband Conrado, who made the five-hour drive from Michigan to Illinois to be with me during my surgery, treatment, and recovery. My surgeon, a wonderful young Canadian woman, who was the most capable and compassionate doctor I could have ever asked for. My wonderful friends Mary Lou, Lee Ann, Barb, Edwina,

Todos Mis Ángeles

“Es sólo un cáncer pequeño Irene y si le damos un poco de quimioterapia y radiación puede continuar con su vida”. Esas fueron las palabras del radiólogo en ese lindo día de Abril del año 2001. La enfermera, quien estaba sentada enseguida de mí, colocó su brazo alrededor de mi espalda. Siendo madre soltera, inmediatamente pensé en mi hijo único Mark de 16 años de edad. De alguna manera, él era lo único que yo tenía. Él estaba muy preocupado esa mañana y quería venir conmigo para obtener los resultados de mis biopsias. En su lugar, le prometí que le llamaría tan pronto que supiera los resultados. Honré mi promesa y le dije todo.

Después que el radiólogo estrechó mi mano y salió del cuarto, la enfermera me dio el mejor consejo: “No tomes la historia de otros como si fuera la tuya. La experiencia de cada persona con cáncer es distinta”. Esas palabras volvieron a mi mente muchas veces en los siguientes meses. Siempre estaré agradecida con el ángel que tomó mi mano mientras mi mundo, como yo lo conocía, cambiaba por completo.

Iba a conocer a muchos ángeles durante este camino. Mi hermana Christina y su esposo Conrado, quienes manejaron por cinco horas desde Michigan a Illinois para estar conmigo



The youngest of 12 children, Irene Maldonado, 53, admits that she knew very little about breast cancer, even though two of her sisters had the disease. Her chemotherapy and radiation treatments had to be adjusted to accommodate her diabetes and liver problems. “You live checkup to checkup,” she says. “It’s like trying to balance a book on your head.” A member of OWLS (*Older Wiser Leisure Seniors*), Irene enjoys reading, writing, and spending time with her son Mark, now 19. In addition to her angels, Irene believes the family cats, Diva and Baby Huey, also played a healing role in her experience. “Baby Huey thinks I’m the greatest thing since toast.”

Irene Maldonado tiene 53 años de edad y es la menor de 12 hijos. Ella admite que sabía muy poco sobre el cáncer del seno aunque dos de sus hermanas habían tenido la enfermedad. Sus tratamientos de quimioterapia y radiación tuvieron que ser ajustados para acomodar sus problemas de diabetes y de hígado. “Uno vive de chequeo a chequeo”, dice ella. “Es como si uno tuviera que balancear un libro sobre su cabeza”. Como integrante del grupo OWLS (*Older Wiser Leisure Seniors*), Irene disfruta leer, escribir y pasar tiempo con su hijo Mark, quien ahora tiene 19 años de edad. Además de sus ángeles, Irene cree que los gatos de la familia, Diva y Baby Huey, también jugaron un rol muy importante en su curación. “Baby Huey piensa que soy lo máximo desde que inventaron el pan tostado”.

Elaine, and Susie. The love and concern I saw in their eyes was overwhelming. I remembered what my “*Abuelita Jovita*,” the grandmother who raised me after my mother died in a car accident, used to say: “*Lo que Dios quiera*” (what God wants). That is how I confronted my cancer. Whenever I felt down or sorry for myself, my *abuelita*’s voice was always in my ear, encouraging me and comforting me. I felt very blessed.

Throughout it all, I knew I was exactly where God intended me to be. I was very much aware that all of my angels were there to help me. I was the one who was supposed to have cancer and they were the ones who were supposed to help me. I have no idea what God will bring me tomorrow, so I’d better enjoy today. “*Lo que Dios quiera*.” ❖

durante mi cirugía, tratamiento y recuperación. Mi cirujana, una mujer joven y maravillosa de Canadá, quien era la doctora más capacitada y piadosa que yo pudiera pedir. Y mis maravillosas amigas, Mary Lou, Lee Ann, Barb, Edwina, Elaine, y Susie. El amor y preocupación que vi en sus ojos eran abrumadores. Me acuerdo que mi abuelita Jovita, quien me crió después de que mi madre falleciera en un accidente automovilístico, solía decir “*Lo que Dios quiera*”. Así es como yo afronté mi cáncer. En cualquier momento que me sentí triste o tuve lástima por mí misma, siempre escuché la voz de mi abuelita quien me motivaba y me consolaba. Me sentía muy bendecida.

Desde el principio hasta el fin, yo sabía que me encontraba exactamente donde Dios quería que yo estuviera. Sabía que todos mis ángeles estaban ahí para ayudarme. Yo era quien se suponía debía tener cáncer y ellos debían estar ahí para ayudarme. No tengo la menor idea de qué deparará Dios para mi mañana, por lo tanto, prefiero disfrutar mi presente. “*Lo que Dios quiera*”. ❖

“ I am a wife, mother,
sister, daughter, and
friend, but most of all
I am a survivor.”

*“Soy esposa, madre,
hermana, hija y
amiga, pero ante
todo, soy una
sobreviviente”.*



Meg was born in Aurora,
Colorado and now lives in
England. Meg with husband
Juan and son Nathan

Meg nació en Aurora,
Colorado y actualmente
vive en Inglaterra. Meg
con su esposo Juan y su
hijo Nathan

I Smiled...I Cried

Meg Reyes



I smiled today. I find I'm able to smile more often as time goes by. What is there to smile about? I was diagnosed with cancer and could have died, but yet I smile. I went bald, but yet I smile. I almost let my co-workers paint a basketball on my head during the Spurs playoffs, and I smile. I watched my hair grow back in its true color, including the gray, and I smile. I think of my family, friends, and co-workers who did not let one day go by without a hug, an e-mail, or a "How are you?" and I smile. I talked to an old friend who didn't know I had cancer; when she tells me how good I look, I smile. I love my husband and he loves me, and I smile.

I was told I had breast cancer, and I cried. I told my husband, family, friends, and co-workers, and I cried. I had to tell my mother that her youngest child now had the same condition her mother died from, and I cried. I'd look at myself in the mirror with no hair and a scar on my breast, and I cried. I lost my dad to lung cancer a month after I finished my treatments, and I cried. I run the San Antonio Race for the Cure® and see the pink shirts and the tribute wall, and I cry. I hear statistics that some Hispanic women don't get mammograms because they can't afford it or are scared, and I cry.

I remember lying on the radiation table

Sonreí y Lloré

Hay sonreí. Me doy cuenta que puedo sonreír con más frecuencia con el paso del tiempo. ¿Cuál es la razón para sonreír?. Fui diagnosticada con cáncer y pude morir, pero sonrí. Perdí mi pelo, pero sonrí. Casi dejé que mis compañeros de trabajo pintaran mi cabeza como balón de baloncesto durante las eliminatorias del equipo Spurs, pero sonrí. Vi como mi pelo volvía a nacer con su color natural, incluyendo canas, y sonrí. Pienso en mis familiares, amigos y compañeros de trabajo quienes no permitieron que pasara ni un solo día sin abrazarme o enviarme una nota por correo electrónico o preguntarme "¿Cómo estás?" y sonrí. Platicué con una amiga de hace muchos años quien no sabía que yo tenía cáncer y cuando me dijo que me veía muy bien, sonreí. Amo a mi esposo y él me ama a mí, y sonrí.

Me informaron que tenía cáncer del seno, y lloré. Les dije a mi esposo, a mi familia, a mis amistades y a mis compañeros de trabajo y lloré. Tuve que decirle a mi madre que su hija más pequeña tenía la misma enfermedad por la cual su madre falleció, y lloré. Veía en el espejo mi imagen sin pelo y con una cicatriz en el seno, y lloré. Perdí a mi padre por culpa del cáncer del pulmón un mes después de haber terminado mis tratamientos, y lloré.



Meg Reyes was diagnosed with breast cancer in 2001 at age 33. "I was only required to have a lumpectomy," she says, "but because of the tumor size my doctors were very aggressive in my treatment and removed 16 lymph nodes." She completed chemotherapy and radiation and is now "in follow-up status." As a volunteer member of the education committee for the Susan G. Komen Breast Cancer Foundation, Meg does community outreach, teaching self-examinations and stressing the need for early detection. In her job with the Air Force, she has become what she calls "an unofficial counselor for newly diagnosed patients." Meg and her husband Juan and Nathan, 6, have moved to England, where she hopes to continue outreach efforts.

Meg Reyes fue diagnosticada con cáncer del seno en el año 2001 a la edad de 33 años. "Solamente requería una tumorectomía", dice ella, "pero a causa del tamaño de mi tumor mis doctores fueron muy agresivos con mi tratamiento y me removieron 16 ganglios". Meg completó su quimioterapia y radiación y actualmente está en "estado de seguimiento". Como integrante voluntaria del comité de educación de La Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer del Seno, Meg trabaja para la comunidad, da clases de auto examen del seno y hace énfasis en la importancia de la detección temprana. En su trabajo con la Fuerza Aérea, se ha convertido como ella dice en "una consejera no oficial para los pacientes que han sido diagnosticados recientemente". Meg y su esposo Juan y Nathan, 6, se mudaron a Inglaterra, donde ella espera continuar trabajando para la comunidad.

after my final treatment and being told, “You are done!” and I cried. I remember calling my husband and family and saying, “I am done!” and I smiled.

Prior to my diagnosis, I conducted self-exams probably every three months. Now I do them every two weeks on payday. That’s a good reminder. Exams are very important and should not be reserved only for your yearly doctor’s visit.

I am a wife, mother, sister, daughter, and friend, but most of all I am a survivor. I’m healthy, I have a job, I have a house, I’m alive...and I smile. ❖

Corro en el *San Antonio Race for the Cure*® y veo las camisetas rosas y la pared de tributos y lloro. Oigo estadísticas que algunas mujeres hispanas no se hacen los mamogramas porque no tienen los medios económicos o tienen miedo, y lloro.

Recuerdo cuando estaba acostada en la mesa de radiaciones después de mi último tratamiento y me dijeron, “¡Ya terminó!” y lloré. Recuerdo que llamé a mi esposo y mi familia y les dije “¡Ya terminé!” y sonreí.

Antes de mi diagnóstico, me auto examinaba probablemente cada tres meses. Actualmente, me auto examino cada dos semanas cuando me pagan. Es un buen recordatorio. Los exámenes son muy importantes y no deben dejarse solamente para su consulta anual con su doctor.

Soy esposa, madre, hermana, hija y amiga, pero ante todo, soy una sobreviviente. Estoy sana, tengo un trabajo, una casa, estoy con vida...y sonrío. ❖

“ I take in the beauty
of each new day,
the sound of birds
chirping, family
reunions that leave
an imprint of sweet
memories.”

*“Ahora disfruto la
belleza de cada
amanecer, el bello
cántico de las aves
y las reuniones
familiares que
dejan dulces
recuerdos”.*

Esperanza was born
in Nuevo Laredo,
Tamaulipas, Mexico and
now resides in San Antonio,
Texas. Esperanza with
husband Carlos

Esperanza nació en
Nuevo Laredo, Tamaulipas,
México y actualmente reside
en San Antonio, Texas.
Esperanza con su
esposo Carlos



Blessing for the Soul

Bendición para el Alma

Esperanza Ferreyro



I was always a blessed person, fortunate to have been surrounded by good and beautiful things in my life and to enjoy a life of good health. Two hours after a routine mammogram appointment, I was given the news: breast cancer.

The only time I had been in a hospital was when I had the privilege of becoming a mother. I was not ready for this. I would ask, “Why me? Why cancer?” I finally decided to stop this constant questioning. That’s when I received the only real answer: because that’s how God loves me. An immense sense of peace permeated my being. To this day, I have not lost that feeling.

Throughout this experience, my family became more united. My husband Carlos, a Bible teacher, would read the Bible to me, and his love and support were unconditional. My faith became stronger. “I shall not die, but live, and declare the works of the Lord” (Psalm 118:17). In this verse, I find the strength and the capacity to confront anything that comes my way. I value my friendships, and I’m very grateful to those who help us see the glass half full when our spirits need it the most.

The fear of developing cancer again is always present. I tell myself that whatever God wants for me, I accept, and the fear disappears. The knocks and blows that the

Siempre fui una persona muy bendecida, tuve la dicha de estar rodeada siempre de cosas buenas y bonitas y disfrutar de una vida con buena salud. Dos horas después de una cita de rutina para un mamograma el diagnóstico era un hecho: cáncer de seno.

Las únicas veces que estuve en el hospital fue cuando tuve el privilegio de ser madre. No estaba preparada para este diagnóstico. Yo me preguntaba, ¿Por qué a mí? ¿Por qué cáncer? Finalmente decidí no cuestionar más. Entonces recibí la única y verdadera respuesta: “porque así le agradó a Dios”. En ese momento una paz inmensa llenó todo mi ser. Hasta el día de hoy no he perdido esa sensación.

A través de esta experiencia, mi familia se ha integrado aún más. Mi esposo Carlos quien es maestro de la palabra de Dios me leía la Biblia, su amor y apoyo fueron en todo momento incondicionales. Mi fe se reforzó. “No moriré, sino que viviré y contaré las maravillas de Dios” (Salmo 118:17). En esta escritura descubrí el valor y la capacidad de afrontar cualquier prueba por grande que ésta pueda ser. Valoro mis amistades y estoy muy agradecida con las personas que nos ayudan a mirar las cosas de una manera positiva cuando más lo necesita nuestra alma.

El miedo de desarrollar cáncer de nuevo siempre está presente. Me digo a mí misma, lo



Esperanza Ferreyro was diagnosed with breast cancer on a spring day in 2000 that, she says, “would change my life completely.” A week after her mastectomy, she learned that the cancer had spread to her liver, which required 16 chemotherapy sessions and radio frequency ablation. Two years later, she was diagnosed with invasive ductal breast carcinoma and underwent a second mastectomy. She was also diagnosed with skin cancer. Instead of celebrating her 35th anniversary in Europe as planned, she went through six months of chemotherapy and six weeks of daily radiation. “I am especially grateful to the two women oncologists who helped me,” she says. “And I advise other women to always obtain a second opinion.” Esperanza makes jewelry that she and her husband Carlos sell in their shop that offers Mexican items in San Antonio’s El Mercado (Market Square). The couple have four children and 11 grandchildren.

Esperanza Ferreyro fue diagnosticada con cáncer de seno en un día primaveral del año 2000, “el cual cambiaría mi vida completamente”, dice ella. Una semana después de su mastectomía, se enteró que el cáncer se había esparcido a su hígado y requería 16 sesiones de quimioterapia y ablación por radiofrecuencia. Dos años más tarde, la diagnosticaron con carcinoma del seno invasivo ductal y fue sometida a una segunda mastectomía. También la diagnosticaron con cáncer de la piel. En lugar de celebrar su 35avo aniversario en Europa como lo tenía planeado, fue sometida a seis meses de quimioterapia y seis semanas de radiación diaria. “Estoy especialmente agradecida con dos mujeres oncólogas que me ayudaron”, menciona la Sra. Ferreyro. “Y quiero aconsejarle a todas las mujeres que siempre obtengan una segunda opinión médica”. Durante su tiempo libre, Esperanza se dedica a hacer joyería, la cual vende en su tienda de importaciones de México en El Mercado de San Antonio. Su esposo Carlos es maestro de la palabra de Dios. La pareja tiene cuatro hijos y once nietos.

exterior of a human being receives are the best blessing for the soul. I feel confident, and I fight for my life. I still have not gotten the news that I want to hear: complete remission. But I have faith that I will hear it one day. Anything is possible, if you believe in the Lord.

I thank God everyday that I am alive and able to write about my experience, hoping that it will help other women also fighting for their lives. I take in the beauty of each new day, the sound of birds chirping, family reunions that leave an imprint of sweet memories. I am finally able to live what I used to only talk about, and what Job says in JOB 42:5: "My ears had heard of you, but now my eyes have seen you." ❖

que mi Dios quiere para mí, yo acepto, en ese momento el miedo desaparece. Los golpes que recibe el ser humano en su exterior son la mejor bendición para el alma. Me siento fuerte y lucho por mi vida. Aún no he recibido la noticia que tanto anhelo escuchar: remisión total. Pero tengo fe de que a su tiempo llegará. Cualquier cosa es posible si uno cree en Dios.

Diariamente le doy gracias a Dios porque tengo vida y puedo escribir sobre mi experiencia con el deseo de ayudar a otras mujeres que también están luchando por sus vidas. Ahora disfruto la belleza de cada amanecer, el bello cántico de las aves, las reuniones familiares que dejan dulces recuerdos. Finalmente puedo vivir lo que antes solamente solía decir, y es lo que Job dice en el JOB 42:5: "De oídas te había oído; más ahora mis ojos te ven". ❖

“ I made a promise that I would do everything to make young women aware of this disease and the importance of early detection.”

“Prometí que haría todo lo que pudiera para que las mujeres jóvenes tomaran conciencia sobre esta enfermedad y sobre la importancia de la detección temprana”.

Tanya was born in El Paso, Texas and currently resides in San Antonio.

Tanya nació en El Paso, Texas y actualmente reside en San Antonio.



The Three Musketeers

Las Tres Mosqueteras

Tanya Enriquez



When you're 27, terms like breast self-examination and fibrocystic disease are not common topics of conversation. My friends and I would talk mostly about weddings, careers, and starting families.

My doctor had said I was too young to have a mammogram, so when I finally heard the breast cancer diagnosis after tests on my "cyst," my whole body went numb. I didn't have time for cancer; I was getting married. On December 5, 1997, I walked down the aisle with friends, family, and colleagues crying, and not because the wedding was beautiful. Instead of an exotic honeymoon, we went to the hospital, where I had a lumpectomy with 20 lymph nodes removed, followed by four rounds of aggressive chemotherapy.

Before treatment, I met Marta Zuniga Harding, a stage-III breast cancer patient who was to become my best friend. Marta introduced me to Susan Coll, and soon we were known as the Three Musketeers. We had a bond that not many shared. We were all under 30 and had breast cancer. We would talk, laugh, and go out to lunch, shocking everyone who watched as we traded hats that covered our bald heads.

Chemotherapy continued and I was doing great. But Marta's treatment was not working,

Cuando uno tiene 27 años de edad, palabras como autoexamen de los senos y enfermedad fibroquística no forman parte de los temas comunes de conversación. La mayoría del tiempo, mis amigas y yo platicábamos sobre bodas, carreras, y sobre empezar nuestras propias familias.

Mi doctor me dijo que era demasiado joven para tener un mamograma, por lo tanto cuando por fin escuche el diagnóstico de cáncer del seno después de los análisis de mi quiste, todo mi cuerpo se adormeció. No tenía tiempo para el cáncer porque me iba a casar. El 5 de diciembre del año 1997, cuando caminaba hacia el altar, mis amistades, familiares y colegas lloraban pero no lloraban porque la boda era muy bonita. En lugar de ir a un lugar exótico de luna de miel, fuimos a un hospital donde me hicieron una tumorectomía y me sacaron 20 ganglios, seguido por cuatro ciclos de quimioterapia agresiva.

Antes de mi tratamiento conocí a Marta Zúñiga Harding, una paciente con cáncer del seno de etapa III quien se convirtió en mi mejor amiga. Marta me presentó a Susan Coll, y después de poco tiempo nos llamaban las "Tres Mosqueteras". Teníamos un lazo que no comparten muchas personas. Todas éramos menores de 30 años de edad y teníamos



In 1998, Tanya Enriquez received the “Youngest Survivor” award from the Komen Foundation. Tanya, 34, is a biology teacher at Ronald Reagan High School in San Antonio and is currently attending graduate school to become a licensed personal counselor (LPC). She is a volunteer with the San Antonio Race for the Cure® and Latinas for A Cure. “I am a six-year survivor and loving every minute that I am alive and able to educate women about breast cancer.” She often thinks of her friends who lost their battle with breast cancer and adds, “Everything I do, I do with them in mind.”

En el año 1998, Tanya Enriquez recibió el premio “Sobreviviente más Joven” de la Fundación Komen. Tanya, tiene 34 años de edad, es maestra de biología en Ronald Reagan High School en San Antonio y actualmente está estudiando un postgrado para obtener su licencia como consejera profesional (LPC). Ella es voluntaria del *San Antonio Race for the Cure®* y *Latinas for A Cure*. He sobrevivido por seis años y amo cada minuto que estoy con vida y puedo educar a las mujeres sobre el cáncer del seno”. Con frecuencia piensa en sus amigas quienes perdieron su lucha contra el cáncer del seno y dice, “Todo lo que hago, lo hago pensando en ellas”.



and she went to Houston for a second opinion. She never came home. Eight months later Susan also passed away. I made a promise that I would do everything to make young women aware of this disease and the importance of early detection.

After their deaths, my pledge became more of a mission. I became heavily involved with the education committee of the Susan G. Komen Breast Cancer Foundation. I would tell my story and hopefully touch one woman. But it wasn't enough. I wanted to do more.

When I met the director of education at the Komen Foundation in San Antonio, I knew how I would complete my mission. Her idea to direct our efforts to the Latina community was the beginning of Latinas for A Cure. Today, the group develops programs and events to reach out to and educate the Latina community in San Antonio.

Education is the power behind fighting this disease, and that was the promise I made to Marta and Susan. I am the only Musketeer left, and I have kept my promise. ❖

cáncer del seno. Conversábamos, reíamos e íbamos a comer juntas y asombrábamos a todo el mundo cuando intercambiábamos sombreros para cubrir nuestras cabezas calvas.

Mi tratamiento con la quimioterapia continuó y yo me sentía muy bien. Pero el tratamiento de Marta no estaba funcionando y fue a Houston para obtener una segunda opinión médica. Marta nunca regresó a casa. Ocho meses después Susan también falleció. Prometí que haría todo lo que pudiera para que las mujeres jóvenes tomaran conciencia sobre esta enfermedad y sobre la importancia de la detección temprana.

Después de sus muertes, mi promesa se convirtió en una misión. Me involucré con el comité de educación de La Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer del Seno. Solía platicar sobre mi historia y esperaba poder ayudar aunque fuera a una mujer. Pero no era suficiente y quería hacer un poco más.

Cuando conocí a la directora de educación de la Fundación Komen en San Antonio, supe cómo iba a continuar con mi misión. Su idea de dirigir nuestros esfuerzos hacia la comunidad Latina fue el comienzo de *Latinas for A Cure*. Actualmente, este grupo desarrolla programas y eventos para educar a la comunidad Latina de San Antonio.

La educación es el poder detrás de la lucha contra esta enfermedad y esta fue la promesa que le hice a Marta y a Susan. Soy la única Mosquetera que sobrevivió y he cumplido con mi promesa. ❖

“ I felt God’s hand
at all times and
I can’t stop
thanking Him, my
family, my friends,
and the doctors.”

*“Sentí la mano
de Dios en todo
momento y no
me canso de
agradecerle a Él,
a mi familia,
a mis amistades y
a mis médicos”.*



Lucila was born in Armenia, Quindío, Colombia and currently resides in San Antonio, Texas. Lucila (in front) with (from top) brother Gustavo Hurtado, sister Amparo Ortiz and daughter Diana

Lucila nació en Armenia, Quindío, Colombia y actualmente reside en San Antonio, Texas. Lucila (en frente) con (desde arriba) su hermano Gustavo Hurtado, su hermana Amparo Ortiz y su hija Diana

I Was Never Alone

Nunca Estuve Sola

Lucila Mendoza



It was “an insignificant spot,” according to the doctor. A year later, the lump had grown, and a biopsy was performed. When my gynecologist received the results, she asked my husband and me to come to her office. She threw an envelope toward me and said, “You’ll have to see an oncologist because you have cancer.” She said we had to be strong because treatment was going to be long, difficult, and costly.

We were speechless. My first thought was, *It can't be, they've made a mistake, there's no family history of breast cancer.* My second thought was, *We have no medical insurance.*

It was May 9, 2000. In Mexico, May 10 is Mother’s Day, which is a very important day. The news certainly changed our family celebration, but our two children gave me comforting words of support: *You will overcome this, Mom, because you are strong and can do it.* I couldn’t sleep that night. I was sure this was going to be my last Mother’s Day.

I traveled to San Antonio to be with my brother and sister and get a second opinion. I wanted the first diagnosis to be incorrect. However, there was no doubt. The doctor examined me, reviewed the results, and said that the lump had to be removed immediately. I had surgery the very next day. They also removed four lymph nodes, two of which were

Era “una manchita insignificante”, según la doctora. Un año después, la bolita había crecido y me hicieron una biopsia. Cuando mi ginecóloga recibió los resultados, nos citó a mi esposo y a mí en su oficina. Cuando llegamos, tiró un sobre hacia mí y me dijo, “Tendrás que ver un oncólogo porque tienes cáncer”. También nos dijo que teníamos que ser muy fuertes porque era un tratamiento largo, difícil y costoso.

Nos quedamos mudos. Lo primero que pensé fue, *no puede ser, se equivocaron, no existe un historial de cáncer del seno en la familia.* Luego pensé, *no tenemos seguro médico.*

Era el 9 de mayo del año 2000. En México, el 10 de mayo es el Día de las Madres, la cual es una fecha muy importante. Evidentemente, la noticia cambió nuestra celebración familiar, pero nuestros dos hijos me consolaron con sus palabras de aliento: *Tú vas a superar esto mami, porque eres muy fuerte y puedes lograrlo.* Esa noche la pasé en vela. Estaba segura que este año iba a ser mi última celebración del Día de las Madres.

Viajé a San Antonio para estar con mi hermano y mi hermana y para pedir una segunda opinión. Deseaba que mi primer diagnóstico fuera incorrecto. Sin embargo, no había duda alguna. El doctor me examinó, revisó los análisis y me informó que había que



Lucila Mendoza was living in Celaya, Guanajuato, Mexico and had her own clothes manufacturing business when she learned she had breast cancer. Before the diagnosis, she says, “medical checkups were postponed because I had ‘no time.’ Everything was more important than my own health.” She had a lumpectomy, chemotherapy, and is currently on tamoxifen. Lucila received help from WINGS (Women Involved in Nurturing, Giving & Sharing), a Texas-based non-profit organization dedicated to providing top-quality breast health care regardless of ability to pay. Now 52, Lucila works as a receptionist and exhibit coordinator’s assistant for the Cultural Institute at the Mexican consulate in San Antonio. She has been married to Jose for 26 years. They have two children.

Lucila Mendoza tenía su propia fabrica de ropa y vivía en Celaya, Guanajuato, México cuando le diagnosticaron cáncer del seno. Antes del diagnóstico, “posponía los exámenes médicos porque no tenía tiempo”. Todo era más importante que mi propia salud”, dice la Sra. Mendoza. Su tratamiento incluyó una tumorectomía, quimioterapia y actualmente está tomando el medicamento tamoxifen. Lucila recibió ayuda de WINGS (*Women Involved in Nurturing, Giving & Sharing*), una organización de Texas, sin fines lucrativos, dedicada a brindar el mejor cuidado de salud para los senos sin importar lo que las personas puedan pagar. Lucila, de 52 años de edad, trabaja actualmente como recepcionista y asistente de la coordinadora de exposiciones del Instituto Cultural del Consulado Mexicano en San Antonio. Lucila y su esposo José han estado casados por 26 años y tienen dos hijos.



cancerous. The chemotherapy made my veins feel like they were burning, and my whole body would shiver.

Luckily, I was never alone. I always had a friendly hand encouraging and helping me. I felt God's hand at all times and I can't stop thanking Him, my family, my friends, and the doctors. All of them were able to make such a long, difficult treatment seem easier. Even my money worries were solved. A friend of my sister told us about the wonderful program WINGS, which provided the financial support to help cover treatment costs. Without their assistance, I would not be telling this story now.

My life changed because of breast cancer. My life was too fast-paced, working too many hours, with very few hours to myself. Now I don't make plans for the future. I want to live each day to its fullest. ❖

sacar la bolita inmediatamente. Al día siguiente fui operada. También me quitaron cuatro ganglios, dos de ellos ya tenían células cancerosas. La quimioterapia me hacía sentir como si mis venas se estuvieran quemando y el escalofrío invadía todo mi cuerpo.

Afortunadamente, nunca estuve sola. Siempre tuve una mano amiga que me animaba y me ayudaba. Sentí la mano de Dios en todo momento y no me canso de agradecerle a Él, a mi familia, a mis amistades y a mis médicos. Todos ellos lograron que un tratamiento tan largo y tan difícil pareciera más fácil. Hasta mis preocupaciones económicas se solucionaron. Una amiga de mi hermana nos informó sobre el maravilloso programa WINGS, el cual brinda ayuda económica para cubrir los gastos del tratamiento. Sin su ayuda, no estaría ahora narrando esta historia.

El cáncer del seno cambió mi vida. Mi vida pasaba con el acelerar del diario vivir, trabajando muchas horas y con muy pocas horas para mí misma. Ahora, no hago planes para el futuro, simplemente trato de vivir plenamente cada día. ❖

“ We need to unite
and help each other
for our own sake
and for the sake
of our families.
No Latina should
walk alone.”

*“Necesitamos
unirnos para
ayudarnos unas a
otras por nuestro
beneficio y por el
beneficio de
nuestras familias.
Ninguna Latina
debe pasar por
esta experiencia
sola”.*

Elva was born in
San Antonio, Texas and
now resides in Atascosa.
Elva with grandsons Thomas
and Matthew

Elva nació en San Antonio,
Texas y actualmente reside
en Atascosa. Elva
con sus nietos Thomas
y Matthew



Nuestras Historias

Mujeres Hispánicas Sobreviviendo el Cáncer del Seno



Our Stories: Hispanic Women Surviving Breast Cancer



A publication of *Redes En Acción*: The National Hispanic/Latino Cancer Network
(National Cancer Institute Grant No. UO 1 CA 86117-01)



"My message is early detection. It saved my life," says Elva Fletcher, 70. "I am very lucky that my cancer was found through mammography, since the calcification could not be felt by physical exams." She was on tamoxifen for five years following her surgery. Married to husband Bill for 48 years, the couple have four children and four grandsons and enjoy country life at their home near Castroville. As a volunteer with the Alamo Breast Cancer Foundation, she believes that "there is a real need to reach out to Hispanic women who are underserved, who are looking for information, who don't have health insurance, or who just need to talk."

"Mi mensaje es la detección temprana. Esto salvó mi vida", dice Elva Fletcher de 70 años de edad". Soy muy afortunada porque mi cáncer se descubrió a través de una mamografía ya que la calcificación no se podía palpar a través de los exámenes físicos". Ella ha estado tomando tamoxifen por cinco años después de su cirugía. Elva ha estado casada con Bill por 48 años, la pareja tiene cuatro hijos y cuatro nietos y disfrutan de su vida de campo en su hogar cerca de Castroville. Como voluntaria con el *Alamo Breast Cancer Foundation*, ella piensa que "existe una verdadera necesidad para ayudar a las mujeres hispanas que no reciben los servicios adecuados, a las mujeres que están buscando información, a las mujeres que no tienen seguro médico, o simplemente a las mujeres que quieren platicar con alguien".



bilingual volunteer for the 24-hour helpline, and in community outreach. As an advocate with the National Breast Cancer Coalition, I lobby the Texas Legislature in Austin and Congress in Washington, D.C. for research funds.

Thanks to God and all my doctors, I am a 10-year survivor. Much has happened in those years. I've enjoyed a good, happy life, watching my grandchildren grow. My grandmother used to say, *Uno propone y Dios dispone* (We plan, but it's up to God). *Si Dios quiere*. What God wants.

Because of my experience I feel a deep commitment to use my bilingual skills to assist other Latinas. There are a lot of resources in our community for those who cannot afford mammograms or treatment. We need to unite and help each other for our own sake and for the sake of our families. No Latina should walk alone. In the meantime, I plan to keep working as a breast cancer advocate and pray that this disease will be eradicated, hopefully during my lifetime. *Si Dios quiere.* ❖

Cancer Foundation y me integré al grupo ese mismo día. Desde entonces he sido secretaria de la organización, voluntaria bilingüe de la línea telefónica de ayuda de 24 horas, y educadora de la comunidad. Como defensora de pacientes con cáncer del seno en el *National Breast Cancer Coalition*, presiono a la legislatura de Texas en Austin y al Congreso en Washington, D.C. para que existan más fondos para investigaciones médicas.

Gracias a Dios y a todos mis doctores, ya tengo 10 años como sobreviviente del cáncer. Muchas cosas han pasado en esos años. He disfrutado una vida muy buena y feliz observando el crecimiento de mis nietos. Mi abuela solía decir, *Uno propone y Dios dispone, si Dios quiere*.

Por mi experiencia siento un compromiso muy grande de usar mis habilidades bilingües para ayudar a otras Latinas. Existen muchos recursos en nuestra comunidad para las personas que no pueden pagar por los mamogramas o por un tratamiento. Necesitamos unirnos para ayudarnos unas a otras por nuestro beneficio y por el beneficio de nuestras familias. Ninguna Latina debe pasar por esta experiencia sola. Por el momento, continuaré defendiendo esta causa y orando para que esta enfermedad sea erradicada; ojalá que esto suceda mientras yo este viva. *Si Dios quiere.* ❖

“ This cancer threatened to tear apart the patches we have sewn together in our family quilt. But it hasn't. The quilt remains strong.”

“Este cáncer intentó destrozarnos los retazos de la colcha familiar que con tanto amor hemos tejido juntos. Pero no pudo. La colcha se mantiene fuerte”.

Cordelia and Mónica were born in Laredo, Texas. Sisters Mónica Uribe Nanez (left) and Cordelia Uribe Robeau

Cordelia y Mónica nacieron en Laredo, Texas. Las hermanas Mónica Uribe Nanez (izquierda) y Cordelia Uribe Robeau



A Shared Hope

Una Esperanza Compartida

Cordelia Uribe Robeau & Mónica Uribe Nanez



Cordelia Uribe Robeau

I grew up in Laredo, the fifth of eight children. Our family is woven together tightly like the quilts I love to sew. Each square represents one of us, held by the four corners or four limbs of the other.

When my suspicions that I had cancer were confirmed, my life changed. My benign existence was overcome with malignant fear. I wrestled with how to tell Mami. When I finally told her, she said, “It’s going to be okay.”

I am blessed to be part of a large Hispanic family. The most painful part of cancer is not my physical pain, but the emotional pain it has inflicted on them. It’s not just me who has cancer; the *familia* has cancer.

I urged my sisters to get mammograms. The youngest, Monica, was diagnosed. There is comfort in knowing that because of me her cancer was caught early and her survival chances are near 100 percent.

This cancer threatened to tear apart the patches we have sewn together in our family quilt. But it hasn’t. The quilt remains strong. Now this quilt is wrapped around me nurturing my very soul.

Mónica Uribe Nanez

My story is a continuation of my sister Cordelia’s. After her diagnosis, we all had

Cordelia Uribe Robeau

Crecí en Laredo, fui la quinta de ocho hijos. Nuestra familia está tejida muy unida como las cobijas que yo tanto adoro coser. Cada retazo representa cada uno de nosotros, unidos por las cuatro esquinas o por las cuatro extremidades de cada uno de nosotros.

Mi vida cambió cuando se confirmó mi sospecha de que yo tenía cáncer. Mi existencia benigna fue vencida por un miedo maligno. Pensé mucho sobre cómo decírselo a mami. Cuando por fin lo hice, ella me dijo, “todo va a salir bien”.

Tengo la bendición de ser parte de una familia hispana muy grande. La parte más dolorosa del cáncer no es mi dolor físico, sino el dolor emocional que le ha causado a mi familia. Yo no soy la única que tiene cáncer, mi familia también tiene cáncer.

Animé a mis hermanas para que se hicieran un mamograma. La más chica, Mónica, también fue diagnosticada con cáncer. Me consuela saber que gracias a mi cáncer, el cáncer de ella fue detectado temprano y sus probabilidades de supervivencia son casi de un 100 por ciento.

Este cáncer intentó destruir los retazos de la colcha familiar que con tanto amor hemos tejido juntos. Pero no pudo. La colcha se mantiene fuerte. Actualmente siento que esta colcha me cobija y alimenta mi alma.



“One of the best things – or worst, depending on your perspective – to come from this cancer is that all of my six sisters had mammograms,” says Cordelia, 44. She and the youngest, Mónica, had mastectomies the same month – November 2002. Cordelia underwent chemotherapy, surgery, and then chemo again. A manager at Wells Fargo Bank in Corpus Christi for 23 years, she has been married to husband David since 1981. They have two children.

Mónica admits she hardly ever went to a doctor before her diagnosis at age 36. Without her sister’s insistence, she never would have had the mammogram that led to early detection and treatment. She had a mastectomy and reconstruction, and did not undergo chemotherapy or radiation. Married to husband Barry for 18 years, the couple have two children.

“Una de las mejores cosas – o peores, dependiendo de la perspectiva de uno – de este cáncer es que mis seis hermanas se hicieron sus mamogramas”, dice Cordelia de 44 años de edad. Ella y la más chica, Mónica, tuvieron mastectomías en el mismo mes de noviembre del año 2002. Cordelia recibió quimioterapia, tuvo cirugía y luego quimioterapia de nuevo. Cordelia ha trabajado como gerente de Wells Fargo Bank en Corpus Christi por 23 años, ella y su esposo David han estado casados desde 1981 y tienen dos hijos.

Mónica admite que casi nunca consultaba con un médico antes de su diagnóstico a la edad de 36 años. Si no fuera por la insistencia de su hermana, ella nunca hubiera ido a hacerse el mamograma que propició la detección temprana y el tratamiento exitoso de su cáncer. Mónica tuvo una mastectomía y una reconstrucción y no recibió quimioterapia ni radiación. Mónica ha estado casada con Barry por 18 años y tiene dos hijos.

mammograms. I, the youngest at 36, thought this was nothing more than routine.

No event in my life is solely my own. My family has always shared in the pains, joys, and fears of one another. We have a candle surrounded by seven statues holding hands in a circle, representing all of the siblings praying for the one in need. We've each had our turn in the middle.

My husband and children were optimistic from the beginning. My 7-year-old daughter Brianna told a grieving relative, "Why are you crying? *Dios es grande*." That became our battle cry.

Despite my ordeal, I did not fear for myself as much as I did for Cordelia. My cancer required nothing more than surgical intervention. Knowing that I had escaped what my sister could not humbles me every day. We all carry a lock of her hair to remind us of her Samson-like spirit.

Yes, *Dios es grande*. My sister saved my life. She and I share the same hope. ❖

Mónica Uribe Nanez

Mi historia es la continuación de la historia de mi hermana Cordelia. Después de su diagnóstico, todas nos hicimos mamogramas. Yo, como era la más chica a la edad de 36 años, pensé que esto no iba a ser más que un examen de rutina.

Ningún evento de mi vida es únicamente mío. Mi familia siempre ha compartido mis penas, mis alegrías, y los miedos de todos. Tenemos una vela rodeada por siete estatuas que están tomadas por las manos en forma de un círculo representándonos a todos los hermanos rezando por quien lo necesite. Cada uno de nosotros ha tenido el turno de estar en el centro.

Mi esposo y mis hijos estaban muy optimistas desde el principio. Brianna, mi hija de siete años de edad le dijo a uno de nuestros familiares que estaba muy afligido, "¿Por qué llora?, Dios es grande". Ese se convirtió en nuestro lema de batalla.

A pesar de esta prueba tan severa, no sentí tanto miedo por mí misma como lo sentí por Cordelia. Mi cáncer no requirió más que una intervención quirúrgica. El saber que pude escaparme de lo que mi hermana no pudo me hace apreciar aún más todos los días. Todos tenemos un trocito de su pelo para acordarnos de su espíritu fuerte, como el de Sansón.

Si, Dios es grande. Mi hermana salvó mi vida. Ella y yo compartimos la misma esperanza. ❖

“ I know that being a survivor also means that I am a good candidate to get cancer again. However, I am confident that I would overcome it again.”

“También sé que tengo más probabilidades de tener cáncer de nuevo porque ya lo he tenido. Sin embargo, tengo fe que lo superaría de nuevo”.

Sylvia was born in Monterrey, Nuevo León, Mexico and currently resides in San Antonio, Texas. Sylvia with husband Doyle

Sylvia nació en Monterrey, Nuevo León, México y actualmente reside en San Antonio, Texas. Sylvia con su esposo Doyle



The Therapy of Humor

La Terapia del Humor

Sylvia Beilstein



I was 55 when my breast cancer was diagnosed in 1993. I had to overcome my fear of what my death might do to my family. But being a person with a positive attitude all my life, I was not about to let the “Big C” change me.

A friend was on the phone crying at the news that I was going to lose my breast to mastectomy. I said, “Honey, it’s no big deal. I have another one!” It was hard for my friends and family to accept, and we received so many prayers, not only from the Catholic community but from people of all denominations. They were my support team.

An incredible experience occurred during the surgery. The doctors had advised my family that both procedures, the mastectomy and reconstruction, would take about four and half hours. When the surgeons came out to the waiting area after only an hour and a half, my husband feared the worst. The doctors told him they were finished, and could not explain how they managed a four-hour procedure in 90 minutes. They thought the operating room clock had stopped. Both surgeons said they felt their hands were being guided by an unknown power. I believe that was the power of prayer.

I consider myself very lucky. I didn’t need chemo or radiation.

Years later, I did have one other “breast

Tenia 55 años cuando me diagnosticaron con cáncer del seno en el año 1993. Tuve que superar el miedo de cómo mi muerte afectaría a mi familia. Pero siendo una persona muy optimista toda mi vida, no iba a permitir que “la gran C” cambiara mi vida.

Cuando le platiqué a una amiga por teléfono la noticia, se puso a llorar porque yo iba a perder un seno, me iban a hacer una mastectomía. Yo le dije, “¡Querida, no es gran cosa, todavía tengo otro seno!” Fue muy difícil para mis amistades y para mi familia aceptarlo, y recibimos muchas oraciones no sólo de la comunidad Católica pero también de personas de todas las creencias religiosas. Ellos fueron mi grupo de apoyo.

Una experiencia increíble sucedió durante la cirugía. Los doctores le dijeron a mi familia que ambos procedimientos, la mastectomía y la reconstrucción, durarían entre cuatro y cuatro horas y media. Cuando los cirujanos salieron a la sala de espera después de una hora y media, mi esposo temió lo peor. Los doctores le informaron que habían acabado y que no podían explicar cómo hicieron un procedimiento que normalmente les toma cuatro horas en 90 minutos. Los doctores pensaron que el reloj de la sala de operaciones se había descompuesto. Pero los cirujanos



Sylvia Beilstein is often referred to by her family as “the Mexican Lucille Ball.” Now 65, Sylvia says her philosophy is that every day is a wonderful day. “My husband has sleep apnea, so when I wake up and see that he’s breathing, I jump out of bed and say ‘Okay, Lord, here I go!’” Her mother was also diagnosed with breast cancer and had a partial mastectomy at 82. She was cancer-free when she passed away at 87 in 2003. Sylvia and her husband Doyle have been married 40 years, and have three children and one grandson. She retired in 2000 from the North East Independent School District in San Antonio after serving as a bilingual instructional assistant and translator for 24 years.

La familia de Sylvia Beilstein la ha apodado “La Lucille Ball Mexicana”. Sylvia, de 65 años de edad dice que su filosofía es pensar que cada día es maravilloso. “Mi esposo sufre de una enfermedad llamada apnea del sueño, por lo tanto cuando despierto y veo que él esta respirando, me levanto de la cama y digo, “¡Aquí voy Dios Santo!”. La mamá de Sylvia también fue diagnosticada con cáncer del seno y tuvo una mastectomía parcial a los 82 años de edad. Ella estaba libre de cáncer cuando falleció a la edad de 87 años en el año 2003. Sylvia y su esposo Doyle han estado casados por 40 años, y tienen tres hijos y un nieto. Sylvia se jubiló en el año 2000 del North East Independent School District en San Antonio después de trabajar como Instructora Asistente bilingüe y traductora por 24 años.



experience.” One day when getting dressed for church I noticed my breast had “deflated.” I told my husband that I had a flat tire. He replied, “Don’t worry, honey, we’ll take my car.” I showed him the flat tire that was on me. Fortunately, it was saline solution that leaked and was absorbed by my body. In 2001 it was replaced with a new implant.

If people ask, I tell them I have two zodiac signs – my birth sign of Scorpio, and now Cancer. With early detection and treatment, the stigma of breast cancer being an “automatic killer” is no longer true. I know because I am a survivor. I know that being a survivor also means that I am a good candidate to get cancer again. However, I am confident that I would overcome it again. The “c” isn’t so big anymore. ❖

dijeron que sentían como si sus manos estuvieran siendo guiadas por un poder desconocido. Creo que ese fue el poder de la oración.

Me considero muy afortunada porque no necesité quimioterapia ni radiación.

Años más tarde, tuve otra “experiencia de senos”. Un día cuando me estaba vistiendo para ir a la iglesia, noté que uno de mis senos se había “desinflado”. Entonces le dije a mi esposo que tenía una “llanta desinflada”. Él me dijo, “no te preocupes mi amor, podemos usar mi carro”. Luego le mostré que yo era la que tenía la llanta desinflada. Afortunadamente, la solución salina que se había salido de la prótesis fue absorbida por mi cuerpo. En el año 2001 la prótesis original fue reemplazada con un implante nuevo.

Si alguien me pregunta, yo les digo que tengo dos signos del zodiaco – mi signo natal Escorpión y Cáncer. Con la detección temprana y el tratamiento, se ha eliminado el estigma de que el cáncer “mata automáticamente”. Lo sé porque yo soy una sobreviviente. También estoy consciente de que tengo más probabilidades de tener cáncer de nuevo porque ya lo he tenido. Sin embargo, tengo fe que lo superaría de nuevo. La “c” ya no es tan grande como pensaba. ❖

“ I broke down when I looked in the mirror for the first time, but I thought, if I don't accept myself, who will?”

“Me derrumbé cuando vi mi imagen en el espejo por primera vez, pero pensé, si yo no me acepto a mí misma, ¿quién me va a aceptar?”

Maía was born in Boerne, Texas and currently resides in Kerrville.

Maía nació en Boerne, Texas y actualmente reside en Kerrville.



Eternally Grateful

Agradecida Eternamente

María Huerta



You cannot imagine how your life can change in the snap of a finger. Well, mine did. My mother was diagnosed with breast cancer in 1993. At the time I was caring for her I would say to myself, “Oh God, what would I do?” Little did I know I would go through it myself when I was diagnosed a year later at age 32.

I discovered a lump while taking a shower. I told only my daughter and my mother about it. At the time I was hurting financially and prayed to God that if it needed immediate attention to please provide the money so I could have it taken care of.

The next day my employers handed me an envelope and said that God had told them to give this amount to María because she was in need of help. I broke down in tears of thankfulness and also a little fear because I had no idea what I was going to face.

I was devastated by the doctor’s news. My mother was there for me as I had been for her. But no matter how much moral support we have, we have to face reality as individuals. Help comes when one comes to terms with the problem. I broke down when I looked in the mirror for the first time, but I thought, if I don’t accept myself, who will?

The doctor said because of my young age I would need six months of chemotherapy. I was

Uno no se puede imaginar cómo puede cambiar la vida tan repentinamente. Esto es exactamente lo que me sucedió. Mi mamá fue diagnosticada con cáncer del seno en el año 1993. En ese tiempo yo estaba cuidándola y me preguntaba “Dios Santo, ¿qué voy a hacer?” No me imaginaba que yo pasaría por la misma experiencia un año después a la edad de 32 años.

Encontré una bolita cuando me estaba bañando. Le comenté a mi hija y a mi mamá sobre la bolita. En ese tiempo, tenía problemas financieros y le imploré a Dios que si necesitaba atención inmediata que por favor me brindara el dinero para atenderme.

Al siguiente día mis jefes me dieron un sobre y me dijeron que Dios les había pedido que le dieran esta cantidad de dinero a María porque ella lo necesitaba. Me puse a llorar de agradecimiento y porque tenía miedo al no saber lo que iba a enfrentar.

Las noticias del doctor me destrozaron. Mi madre estaba ahí apoyándome como yo la había apoyado a ella. Pero no importa que tanto apoyo moral uno tiene a su alrededor, como quiera uno tiene que enfrentar la realidad por sí solo. Uno recibe ayuda cuando uno acepta el problema. Me derrumbé cuando vi mi imagen en el espejo por primera vez,



Following her cancer diagnosis, María Huerta faced many obstacles and complications, including a radical mastectomy, reconstructions, and other surgeries. She credits her faith, family support, and sense of humor for her survival. "The belly button God gave me is now on the right side of my chest," she says. "I have a new man-made belly button!" María, 42, lives in Kerrville and works part-time as an artist's model in Fredericksburg. She married Steve Benson in June 2003 and has four children and six grandchildren from a previous marriage. Her mother, also a breast cancer survivor, celebrated her 70th birthday in February 2004.

Después de su diagnóstico de cáncer, María Huerta enfrentó muchos obstáculos y complicaciones, incluyendo una mastectomía radical, reconstrucciones, y otras cirugías. Ella atribuye su supervivencia a su fe, a su apoyo familiar y a su sentido del humor. "El ombligo que Dios me dio ahora está en el lado derecho de mi pecho", dice ella. "¡Ahora tengo un ombligo hecho por la ciencia del hombre!" María, de 42 años de edad vive en Kerrville y trabaja de medio tiempo como modelo de un artista en Fredericksburg. Se casó con Steve Benson en junio del año 2003 y tiene cuatro hijos y seis nietos de su matrimonio anterior. Su mamá, quien también es una sobreviviente del cáncer del seno, celebró sus 70 años de edad en el mes de febrero del año 2004.



uncomfortable with a recommendation based solely on my age. I wanted a second opinion and requested a Christian doctor. I prayed and my prayers were answered. The second doctor took the time to review the results and then took an extra step as well. He redid the lab work, and when he confirmed that there was no cancer in the lymph nodes told me I did not need chemotherapy. I was glad I had trusted my gut feeling.

I tell others going through this to never let go of your faith. Remember that the one who will always love you, accept you, and never forsake you is our Heavenly Father. I will enjoy my beautiful family for as long as God lets me. I am grateful everyday for being alive. ❖

pero pensé, si yo no me acepto a mí misma, ¿quién me va a aceptar?.

El doctor dijo que por mi edad joven, iba a necesitar seis meses de quimioterapia. Me sentí incomoda con esta recomendación basada sólo en mi edad. Quería una segunda opinión y pedí que me atendiera un doctor Cristiano. Oré y mis oraciones fueron escuchadas. El segundo doctor tomó su tiempo repasando los resultados y luego tomó un paso extra también. Volvió a hacerme los exámenes de laboratorio y cuando me confirmó que no tenía células cancerosas en mis ganglios, me dijo que no necesitaba quimioterapia. Estaba muy contenta por haber confiado en mi corazonada.

Yo les aconsejo a otras personas que están pasando por esta experiencia que no olviden su fe. También les dijo que recuerden que la persona que siempre los amará y aceptará y nunca nos desampará es nuestro Dios Celestial. Disfrutaré mi linda familia por el tiempo que Dios me permita. Me siento muy agradecida todos los días por estar con vida. ❖

“ Our bodies are the temples of the souls that were given to us by God. We have an obligation to take care of them.”

“Nuestro cuerpo es el templo del alma que Dios nos ha dado. Tenemos la obligación de cuidarlo”.



Aurora was born in Coahuila, Mexico and currently resides in Cancun. Aurora with grandson Haziel

Aurora nació en Coahuila, México y actualmente reside en Cancún. Aurora con su nieto Haziel

My Guardian Angel

Mi Ángel Guardián

Aurora Guajardo



It was a beautiful sunny morning in Cancun, Mexico, in October 1992. I remember being amazed at the beauty of the scenery as I went to my job at the travel agency. As soon as I arrived, I turned on the radio and heard a message from the *seguro social* stating my full name with an urgent request to contact an unfamiliar name and number.

Why was someone from the Mexican medical system looking for me? At the offices of the Integral Development of the Family, a government agency, I was handed an envelope. Inside were documents from a San Antonio hospital where I had had my last mammogram but had never learned the results. As I read the papers, I felt as if my blood was freezing in my veins. That which I had always feared had become reality.

The silent killer, as cancer is sometimes called, had been following me and now wanted to defeat me. I had no symptoms, only some discomfort every month due to benign cysts that I had been diagnosed with at 37. Now they had found something abnormal and I needed another mammogram.

I was so afraid of the cancer diagnosis that I told my family that I did not want any treatment. I knew that it involved pain and suffering, and I just wanted to let the cancer

Era una hermosa y soleada mañana en Cancún, México en el mes de octubre del año 1992. Recuerdo mi asombro por la belleza del paisaje cuando me dirigía hacia mi trabajo en una agencia de viajes. Tan pronto llegué, prendí el radio y escuché un mensaje del Seguro Social diciendo mi nombre completo y pidiéndome que contactara a un nombre y número de teléfono desconocido.

¿Por qué me buscaba alguien del sistema médico mexicano?. En las oficinas del Desarrollo Integral de la Familia, una institución de gobierno, recibí un sobre. Dentro del sobre estaban los documentos del hospital de San Antonio donde me había hecho mi último mamograma pero nunca supe los resultados. Cuando leí los documentos, sentí como si mi sangre se estuviera congelando en mis venas. Lo que siempre había temido se había convertido en realidad.

El asesino silencioso, como suelen llamar al cáncer, me estaba siguiendo y ahora quería derrotarme. No tenía síntomas, solamente un poco de incomodidad cada mes a causa de los quistes benignos que me diagnosticaron cuando tenía 37 años de edad. Ahora habían encontrado algo anormal y necesitaba hacerme otro mamograma.

Yo le tenía tanto miedo al diagnóstico de cáncer que le dije a mi familia que no quería



Because of her volunteer work at hospitals, Aurora Guajardo knew the value of early detection. "I practiced what I preached," she says. "I would tell other women about cancer screenings, regular examinations, and the need to be educated about preventive health care." Aurora was diagnosed at age 49, and had a lumpectomy followed by radiation. After treatment, she was invited to participate in a research study on tamoxifen, a breast cancer drug. "I accepted gladly, thinking that maybe someday this medicine could help my daughter, my granddaughters, and all women." Aurora, 61, was married for 25 years to the late Juan Manuel Salazar, and has three children and seven grandchildren.

Aurora Guajardo sabía la importancia de la detección temprana porque había trabajado como voluntaria en hospitales. "Practiqué lo que yo predicaba", dice ella. "Yo le platicaba a otras mujeres sobre los exámenes de detección temprana del cáncer, sobre los chequeos regulares y la necesidad de educarse en el cuidado preventivo de la salud". Aurora fue diagnosticada a la edad de 49 años y tuvo una tumorectomía seguida por radiación. Después del tratamiento, la invitaron a participar en un estudio de investigación con tamoxifen, un medicamento para el cáncer del seno. "Acepté con mucho gusto, pensando que tal vez algún día esta medicina ayudaría a mi hija, a mis nietas y a todas las mujeres". Aurora, viuda de 61 años de edad, estuvo casada por 25 años con su esposo Juan Manuel Salazar y tiene tres hijos y siete nietos.



develop until the end. I didn't think I could bear the chemotherapy and radiation, or the loss of my hair. My family told me to get rid of that idea, offered me encouragement, and sent me back to San Antonio to obtain the necessary treatment to save my life.

At the hospital I met my "guardian angel" Vengie. Sometimes we think of angels having beautiful wings and big feathers. The truth is that some humans are angels who have big hearts and a mission to serve others. Vengie had made it her mission to find me in Cancun. I will always be grateful to her.

Our bodies are the temples of the souls that were given to us by God. We have an obligation to take care of them. I am glad that I was always vigilant about any health care I needed. Women need to know how important screening exams are. Our lives could depend on them. ❖

ningún tratamiento. Yo sabía que el tratamiento involucraba dolor y sufrimiento y simplemente quería que el cáncer se desarrollara hasta el final. No pensaba que podría aguantar la quimioterapia ni la radiación o la pérdida de mi pelo. Mi familia me pidió que desechara esa idea, me dieron mucho ánimo y me enviaron de regreso a San Antonio para obtener el tratamiento necesario para salvar mi vida.

En el hospital conocí a mi "ángel guardián" Vengie. Algunas veces pensamos que los ángeles tienen alas hermosas con plumas grandes. La realidad es que algunos seres humanos son ángeles con corazones muy grandes y con la misión de servir a otros. La misión de Vengie era encontrarme en Cancún. Siempre le estaré agradecida.

Nuestro cuerpo es el templo del alma que Dios nos ha dado. Tenemos la obligación de cuidarlo. Estoy muy contenta porque siempre estuve muy consciente sobre cualquier cuidado que necesitaba. Las mujeres necesitan saber lo importante que son los exámenes de detección temprana. Nuestras vidas dependen de ellos. ❖

“ My life has changed for the better. I no longer try to be the answer to everyone’s problems.”

“Mi vida cambió, pero ha mejorado. Ya no trato de resolverle los problemas a todo el mundo”.



Irma was born in Muskegon, Michigan and currently resides in San Antonio, Texas. Irma with sons (standing left to right) Rick, Gabe, Juan and (lower left) Josh, husband Ignacio and her dog AJ

Irma nació en Muskegon, Michigan y actualmente reside en San Antonio, Texas. Irma con sus hijos (parados de izquierda a derecha) Rick, Gabe, Juan y (abajo de izquierda a derecha) Josh, su esposo Ignacio y su perro AJ

Impact on the Family

Irma Macias



I am the eldest of four daughters. In a Hispanic family, “eldest” means “little mother.” We look after the younger ones, do simple housework, run errands, and always behave ourselves. Without anyone realizing it, when the next sibling is born, we lose our childhood and become little adults.

I married a minister and was expected not only to take care of my husband, my home, and eventually my four sons, but also a church congregation that expected a pastor’s wife to be all things to all people. And still I was the “eldest,” so that when my mother was diagnosed with Alzheimer’s and my stepfather was severely anemic, I moved them into my home and took care of them 24 hours a day.

My own health started to deteriorate, first with a uterine tumor that led to a hysterectomy in 1991, and then a year later when I was diagnosed with breast cancer. My husband, sons, and sisters were devastated at the thought that I might not survive. My family stood with me in prayer and faith that God would completely heal me. They refused to accept anything less.

Within my family, the changes were phenomenal. It was decided that my mother would go to a nursing home and my stepfather would live with my sister. The men in my family, who were not used to seeing me sick,

El Impacto en la Familia

Soy la mayor de cuatro hijas. En una familia hispana, ser “la mayor” significa ser “la mamá pequeña”. Cuidamos a los hermanos más pequeños, hacemos quehaceres sencillos del hogar y los mandados y siempre nos portamos bien. Sin que nadie se dé cuenta, cuando otro hermano nace, perdemos nuestra niñez y nos convertimos en adultos pequeños.

Me casé con un ministro y la expectativa era que yo no solamente cuidara a mi marido, a mi hogar, y eventualmente a mis cuatro hijos, sino también a la congregación de la iglesia, la cual esperaba que la esposa del pastor estuviera disponible para todas las personas. Aún siendo “la mayor”, cuando mi madre fue diagnosticada con la enfermedad de Alzheimer y mi padre estaba severamente anémico, los traje a vivir a mi hogar y cuide de ellos 24 horas al día.

Mi propia salud empezó a deteriorarse, primero tuve un tumor uterino para el cual necesité una histerectomía en el año 1991, y un año después, fui diagnosticada con cáncer del seno. Mi esposo, al igual que mis hijos y mis hermanas estaban deshechos al sólo pensar que tal vez yo no sobreviviría. Mi familia me apoyó con sus oraciones y tenían la fe que Dios me sanaría completamente. Se rehusaron a aceptar algo menos que mi curación completa.



"My world came crashing down around me," says Irma Macias, 62, when she learned she had breast cancer in 1992 at the same time she was caring for a husband, sick parents, and two sons still at home. After the surgeon told her that 32 lymph nodes were "clean" after her mastectomy, "I decided not to go through chemotherapy. I did not want to subject my family to that." She was on tamoxifen for five years but is currently not on any treatment. Irma has been a full-time legal secretary at USAA for 15 years. She and her husband Ignacio have been married 43 years. They have four sons and six grandchildren ages 2 to 20.

"El mundo se me cayó encima", dice Irma Macias de 62 años de edad cuando se enteró que tenía cáncer del seno en el año 1992, al mismo tiempo que se ocupaba de su esposo, sus padres enfermos, y sus dos hijos que todavía vivían en su hogar. Después de su mastectomía, cuando el cirujano le dijo que 32 ganglios estaban libres de células cancerosas, "decidí no tomar quimioterapia. No quería someter a mi familia a eso". Ella recibió el medicamento tamoxifen pero actualmente no está bajo ningún tratamiento. Irma ha trabajado como secretaria legal de tiempo completo para la empresa USAA por 15 años. Ella y su esposo Ignacio han estado casados por 43 años y tienen cuatro hijos y seis nietos entre 2 y 20 años de edad.



started to do things for themselves, like cooking simple meals, doing laundry, and cleaning their rooms. They took care of me after my mastectomy and again a year later when I had reconstructive surgery. My husband, who knew nothing about grocery shopping, is now a better cook than I am.

My life has changed for the better. I no longer try to be the answer to everyone's problems. I don't believe my husband, parents, sisters, and sons ever decided that I was to be in charge of the world around me – I did that to myself. God healed my body and let me know that although I am important, I did not have to be everything for everybody. While I still see the stressful existence of our "old" culture in some families, I believe that times have changed – for me and for many Hispanic women. ❖

Los cambios en mi familia fueron inmensos. Se decidió que mi mamá ingresaría a un asilo de ancianos y que mi padre viviría con mi hermana. Los hombres de mi familia, quienes no estaban acostumbrados a verme enferma, empezaron a hacerse cargo de sus propias necesidades, tales como cocinar platillos sencillos, lavar su ropa y limpiar sus cuartos. Me cuidaron después de mi mastectomía y un año más tarde cuando me hicieron la cirugía reconstructiva. Mi esposo, quien no sabía ni como hacer las compras del mandado, actualmente es mejor cocinero que yo.

Mi vida cambió, pero ha mejorado. Ya no trato de resolverle los problemas a todo el mundo. No creo que mi esposo, ni mis padres, ni mis hermanas, ni mis hijos alguna vez hayan decidido que yo me iba a hacer cargo del mundo que me rodeaba – yo acepté esa responsabilidad por mí misma. Dios curó mi cuerpo y me hizo entender que aunque valgo mucho, no tengo que ser responsable por todos los demás. Mientras todavía veo en algunas familias la existencia tan agobiante de nuestra cultura "antigua", creo firmemente que los tiempos han cambiado – para mí y para muchas mujeres hispanas. ❖

“ Although I’ve had to endure many medical conditions and much pain and suffering, I was able to overcome it with God’s grace.”

“Aunque he tenido que tolerar muchas condiciones médicas y mucho dolor y sufrimiento, pude vencerlo todo con la gracia de Dios”.

Yolanda was born and currently resides in San Antonio, Texas.
Yolanda with Daisy

Yolanda nació y actualmente reside en San Antonio, Texas. Yolanda con Daisy



Dr. Daisy

La Doctora Daisy

Yolanda Molina



Daisy was the one who found my cancer. Daisy is a Yorkie/Schnauzer, a mix of two highly intelligent breeds. One night my husband brought her back in after her nightly walk. She sleeps with us, and she jumped on the bed and hit my left breast. The pain was so severe that tears rolled down my face. The next day I was bruised and hurting. I passed it off as her pouncing on me, but Daisy is not that big.

I was used to feeling lumps in my breast. I had had two prior biopsies for fibrocystic breast disease, and they came out negative. Right from the start, I knew this lump was different. In less than two days, I found out everything. I refer to this time as “my whirlwind affair with cancer.”

It’s said that God does not give us more than we can handle. I had been diabetic for 28 years and under a doctor’s care for clinical depression, so I already had two strikes against me. After my first chemo treatment, I thought at the time that death had to be better. The next day I said, Lord, I’m not ready to die just yet. I knew I was facing the battle of my life, and I prayed to win this battle. To me, heroes are those who fight without training against an enemy they cannot see.

During the difficult times of my “whirlwind affair,” I couldn’t smile, joke or laugh about

Daisy fue quien encontró mi cáncer. Daisy es una perrita Yorkie/Schnauzer, una mezcla de dos razas caninas muy inteligentes. Una noche, mi esposo y ella regresaron a la casa después de su caminata usual de cada noche. Como ella duerme con nosotros, cuando brincó para subirse a la cama, golpeó mi seno izquierdo. El dolor era tan severo que me hizo llorar. Al día siguiente, amanecí con un moretón muy doloroso. Lo atribuí al golpe que me dio Daisy, pero ella no es muy grande.

Estaba acostumbrada a sentir bolitas en mi seno. Había tenido ya dos biopsias previas debido a la enfermedad fibroquística del seno, pero los resultados fueron negativos. Desde el principio supe que esta bolita era diferente. En menos de dos días, me enteré de todo. Me refiero a esa época como “mi relación de torbellino con el cáncer”.

Se dice que Dios no nos da más de lo que podemos soportar. He sido diabética por 28 años y he estado en tratamiento médico por depresión clínica, por lo tanto ya tenía dos desventajas. Después de mi primer tratamiento de quimioterapia pensé que prefería la muerte. Al día siguiente dije, Dios, no estoy lista para morir todavía. Sabía que estaba enfrentando la batalla para salvar mi vida y recé para ganar esta batalla. Para mí, los héroes son personas



“Those 18 months of depression were the worst time in my life. The cancer comes second,” says Yolanda Molina, 52, of her simultaneous battles against depression, diabetes, and breast cancer. She retired from Kelly Air Force Base in San Antonio due to severe Type 1 diabetes, a condition she has had since age 22. “I’ve always had to be realistic about my health,” she adds. Married for 33 years to husband Danny, the couple had just built their dream home when Yolanda was diagnosed with breast cancer four years ago. She had a mastectomy, underwent chemotherapy for what was described as “very aggressive cancer,” and was on antidepressants for 18 months. She is no longer under treatment for cancer or depression. And Daisy? She’s now 13 years old.

“Esos 18 meses de depresión fueron los peores de mi vida. El cáncer fue la segunda etapa más difícil”, dice Yolanda Molina, de 52 años de edad, sobre sus batallas simultáneas contra la depresión, la diabetes y el cáncer del seno. Yolanda se jubiló de *Kelly Air Force Base* de San Antonio debido a un caso severo de diabetes tipo 1, una condición que ella ha tenido desde los 22 años de edad. “Siempre he tenido que ser realista sobre mi salud”, agrega ella. Yolanda ha estado casada por 33 años con su esposo Danny, y acababan de construir la casa de sus sueños, cuando ella fue diagnosticada con cáncer del seno hace cuatro años. Yolanda tuvo una mastectomía y recibió quimioterapia debido a que su cáncer se consideraba muy agresivo. También tomó antidepresivos por 18 meses. Yolanda ya terminó su tratamiento para el cáncer y para la depresión. ¿Y Daisy?. Actualmente Daisy tiene 13 años de edad.



cancer, but I can now. I tell my friends not to expect me to remember anything. The depression wiped out 50 percent and the chemo wiped out the other half. But I'm still healing.

I'm a two-year survivor. Although I've had to endure many medical conditions and much pain and suffering, I was able to overcome it with God's grace. I thank Him everyday that He blessed me with faith, hope, and the courage to never give up.

Through it all, Daisy has been constantly by my side. I think about the night she "found" my lump. I think that her jumping on me made the lump come out. I don't know. I'm not even going to try to analyze what happened.

They say that pets add years to human lives. I'm a believer. ❖

que luchan sin entrenamiento contra un enemigo que no pueden ver.

Durante los tiempos difíciles con mi "relación de torbellino", no podía sonreír, bromear o reír sobre el cáncer, pero ahora sí puedo hacerlo. Le digo a mis amistades que no esperen que yo tenga buena memoria. La depresión borró el 50 por ciento de mi memoria y la quimioterapia borró la otra mitad. Pero aún estoy sanando.

Soy una sobreviviente desde hace dos años. Aunque he tenido que tolerar muchas condiciones médicas y mucho dolor y sufrimiento, pude vencerlo todo con la gracia de Dios. Le doy gracias a Dios todos los días por haberme bendecido con fe, con esperanza y con valor para nunca darme por vencida.

Daisy ha estado fielmente a mi lado todo el tiempo. Me acuerdo de la noche cuando ella "descubrió" mi bolita y pienso que gracias a que ella saltó sobre mí, pude descubrir la bolita. Realmente no sé. Prefiero no tratar de analizar lo que pasó.

Se dice que las mascotas alargan la vida humana y yo lo creo firmemente. ❖

“ I searched in the deepest part of me and that’s where I found my answer. God was with me at all times.”

“Busqué en lo más profundo de mi ser y fue donde encontré mi respuesta. Dios estaba conmigo en todo momento”.



Raquel was born in Lima, Peru and now lives in San Antonio, Texas.

Raquel nació en Lima, Perú y actualmente reside en San Antonio, Texas.

Unselfish Love

Amor Desinteresado

Raquel Chacón



When I found a lump, I took myself to the hospital. I was staying with my son in San Antonio, but I didn't want him to worry, so I didn't tell him. The mammogram found two big lumps together, and the biopsy showed cancer. I was 78 years old.

I had surgery the following month, and the doctors and medical staff were very attentive and supportive throughout my stay. Because of my age, chemotherapy and radiation were not recommended. The doctor thought it would be best if I only took tamoxifen. Another patient at the hospital told me about Carelink and helped me fill out the forms, as I had no means to pay for my treatment.

I wasn't afraid, but I did want to find out why I was having this experience. I searched in the deepest part of me and that's where I found my answer. God was with me at all times. The love of God, whose presence I felt so powerfully, and the love from my family would overcome this illness. That's how I was able to reach a level of understanding and resignation.

I never had the time to think negatively. I thought if I live through this, I should continue living my life with dignity, making myself useful. I figured that I had lost a breast because it was not useful anymore.

Cuando encontré una bolita en mi seno, fui al hospital yo sola. En ese entonces estaba viviendo con mi hijo en San Antonio, pero como no quería preocuparlo, no le comenté nada. El mamograma detectó dos tumores grandes de lado a lado, y la biopsia confirmó que eran cancerosos. Yo tenía 78 años de edad.

Fui sometida a una cirugía el mes siguiente, y los doctores y el personal médico fueron muy atentos conmigo y me brindaron mucho apoyo durante mi estancia en el hospital. Por mi edad avanzada, no recomendaron un tratamiento de quimioterapia ni radiación. El doctor pensó que era mejor que yo tomara tamoxifen solamente. Un paciente en el hospital me comentó sobre *Carelink* y me ayudó a llenar los documentos, porque yo carecía de los medios para pagar mi tratamiento.

Miedo no sentí, pero quería saber por qué estaba viviendo esta experiencia. Busqué en lo más profundo de mi ser y es donde encontré mi respuesta. Dios estaba conmigo en todo momento. El amor de Dios, cuya poderosa presencia yo sentía y el amor de mi familia me ayudarían a superar esta enfermedad. Así es como pude lograr un nivel de comprensión y resignación.

Jamás tuve tiempo para pensar



Diagnosed in 2001, Raquel Chacón underwent a mastectomy. "Because of my experience, I would like for all women to be aware of the importance of screening examinations and preventive practices," she says. "It might help one woman to avoid what I went through." Raquel was married to her husband Guillermo for 30 years before his death in 1984. Now 81, she has three children, eight grandchildren, and a great-granddaughter. "I feel this immense will to live for my family," she says. "I think the great love I received from them helped me deal with this." Raquel works by accompanying another lady of advanced aged.

Raquel Chacón fue diagnosticada y sometida a una mastectomía en el año 2001. "A causa de mi experiencia, quiero que todas las mujeres estén concientes de la necesidad de los exámenes de prevención y los cuidados preventivos", dice la Sra. Chacón. "Esto puede ayudar a por lo menos una mujer a prevenir lo que yo sufrí". Raquel y su esposo Guillermo estuvieron casados por 30 años antes de que su esposo falleciera en el año 1984. A los 81 años de edad, la Sra. Cachón tiene tres hijos, ocho nietos, y una bisnieta. "Siento una voluntad inmensa para vivir por mi familia", comenta la Sra. Cachón. "Pienso que el amor que recibí de ellos me ayudó a lidiar con esta enfermedad". Raquel brinda sus servicios de acompañante a otra persona de edad mayor igual que ella.



The risk of getting cancer again is always present. If that were to happen, I would maintain a positive outlook and seek refuge in God. I would remind myself in a very humble way that every beginning has an end. We must accept our reality in order to reach our destiny. To hope is only to dream, but it is highly gratifying.

I've lived my life in the best possible way, trying to make this a better world for humankind and future generations. Through the path of pain that breast cancer caused, I also found the most beautiful thing in the world – the unselfish love of people. I'm very grateful to be able to give and receive love. My message is to love everyone who is a passerby like you and me. ❖

negativamente. Yo pensé que si sobrevivía esto, debería seguir viviendo mi vida con dignidad, muy especialmente siendo útil. Me di cuenta que si había perdido un seno, era porque ya no servía.

El riesgo de un nuevo cáncer siempre está presente. Si eso sucediera, mantendría una actitud positiva y me refugiaría en Dios. Me recordaría a mí misma con mucha humildad que todo principio tiene un fin. Debemos aceptar nuestra realidad para alcanzar nuestro destino que ya está trazado. La esperanza solamente es un sueño, pero es muy gratificante.

He vivido mi vida de la mejor manera posible, tratando de mejorar este mundo para la humanidad y futuras generaciones. A través del camino del dolor que me causó el cáncer del seno, también encontré la cosa más bella del mundo – el amor desinteresado de la gente. Estoy muy agradecida por tener la habilidad de dar y recibir amor. Mi mensaje es amar a todo ser que está de paso como usted y como yo. ❖

“What I wasn't free of was fear. Fear of dying and leaving my daughter and mother behind. I gave this and all other worries to the Lord.”

“Estaba libre de cáncer pero no estaba libre de miedo. Tenía miedo de morir y dejar a mi hija y a mi mamá. Le di ésta y todas mis preocupaciones a nuestro Señor”.

Bea was born and currently resides in San Antonio, Texas.

Bea nació y actualmente reside en San Antonio, Texas.



The Courage to Live

La Valentía para Vivir

Bea Vásquez



I was a teenager when my mother told me that Grandma had died of breast cancer at age 52. She would talk about the burns on her mother's skin from the radiation, and it frightened me.

I work for the American Cancer Society's community outreach office in San Antonio. In taking surveys of women in the community, we found that many did not know what a mammogram was. Those who did were afraid of the treatments for breast cancer. We make it our mission to empower them with knowledge about self-examinations, early detection, and technology. I think of my grandmother and wish that she had had these tools in 1948.

Every September I would schedule my gynecological physical, including a mammogram. That was the birthday gift I gave to myself. In 1998, I was so busy at work that I didn't get a mammogram until the following March. After a second mammogram and a sonogram, I was diagnosed with breast cancer.

I had a lumpectomy and two lymph nodes were removed. Because the tumor was very small, protocol called for no chemotherapy or radiation. To be safe, I asked for radiation. Treatment lasted seven weeks.

I know it may sound as if I was really informed, and I was. I was cancer-free, but what I wasn't free of was fear. Fear of dying

Yo era una adolescente cuando mi mamá me dijo que mi abuelita había fallecido de cáncer del seno a la edad de 52 años. Mi mamá me platicaba de las quemaduras que su mamá tenía en su piel a causa de la radiación y esto me asustaba.

Trabajo para la Sociedad Americana del Cáncer en la oficina de esfuerzos para la comunidad de San Antonio. Durante unas encuestas con mujeres de la comunidad, descubrimos que muchas no sabían lo que era un mamograma. Las mujeres que si sabían le tenían miedo a los tratamientos para el cáncer del seno. Nuestra misión es darles a las mujeres las herramientas para educarlas, tales herramientas incluyen el conocimiento sobre el autoexamen del seno, la detección temprana y la información sobre la tecnología existente. Cuando me acuerdo de mi abuelita, me gustaría que estas herramientas hubieran estado a su alcance en el año 1948.

Cada septiembre yo hacía una cita para tener mi examen ginecológico incluyendo un mamograma. Ese era el regalo de cumpleaños que yo me daba a mí misma. En el año 1998, estaba tan ocupada en el trabajo que no hice la cita para un mamograma hasta el mes de Marzo del año siguiente. Después de un segundo mamograma y un sonograma, fui diagnosticada con cáncer del seno.



Bea Vásquez, 53, served eight years in the Army National Guard and four years in the Air Force Reserves. Because of her family history, she started getting mammograms when she joined the armed forces. An administrative assistant and patient advocate for the American Cancer Society for 13 years, she believes it is her duty to raise awareness of treatment options. “I tell women to find out what type of cancer, what stage, and the prognosis. If you don’t, you’re left with a lot of unanswered questions.” Her insistence on radiation was based on her own research regarding radiation following a lumpectomy. “I felt safer having it,” she explains. Her tamoxifen regimen ended in 2004. Bea has one daughter, Denise, 20.

Bea Vásquez, de 53 años de edad, estuvo ocho años en el *Army National Guard* y cuatro años más en las *Air Force Reserves*. Por su historial médico, comenzó a hacerse mamogramas cuando se inscribió en las fuerzas armadas. Bea ha trabajado como asistente ejecutiva y ha abogado por los pacientes a través de la Sociedad Americana del Cáncer por 13 años. Ella piensa que su deber es educar a la comunidad sobre las opciones de tratamiento. “Yo les digo a las mujeres que sepan qué tipo de cáncer tienen, en qué estado está y el pronóstico de su enfermedad. Si no lo saben, se quedan con muchas dudas”. Su insistencia para recibir radiación se basó en lo que ella misma investigó sobre la radiación después de una tumorectomía. “Me siento más segura por haberla tenido”, explica ella. Bea terminó su régimen con tamoxifen en el año 2004. Bea tiene una hija llamada Denise de 20 años de edad.



and leaving my daughter and mother behind. I gave this and all other worries to the Lord.

While this was going on, I never told my mother about my cancer diagnosis. I decided to wait until it was all over. Because of what she went through with her mother, she was so scared of the word cancer, and even more so of radiation. Unlike my grandmother, though, I was going to live.

Today, I co-facilitate a bilingual dialogue group for women who are cancer survivors, mainly breast cancer survivors. My advice is to trust in the Lord and modern medicine, and never accept the word cancer in your life. We have endured the test, the pain, and have joined the club of survivors. We have given each other the courage to live. ❖

Me hicieron una tumorectomía y me quitaron dos ganglios. Como el tumor era muy pequeño, el tratamiento no requería quimioterapia ni radiación. Para estar segura, pedí que me dieran radiación. El tratamiento duro siete semanas.

Parece como si yo estuviera muy bien informada, y lo estaba. Estaba libre de cáncer pero no estaba libre de miedo. Tenía miedo de morir y dejar a mi hija y a mi mamá. Le di ésta y todas mis preocupaciones a nuestro Señor.

Mientras esto sucedía, nunca le dije a mi mamá sobre mi diagnóstico de cáncer. Decidí esperar hasta que todo se acabara. A causa de lo que pasó con su mamá, ella le tenía mucho miedo a la palabra cáncer y aún más a la radiación. Pero a diferencia de mi abuela, yo iba a vivir.

Actualmente yo ayudo a moderar un grupo de diálogo bilingüe para las mujeres que son sobrevivientes del cáncer, la mayoría de ellas son sobrevivientes del cáncer del seno. Mi consejo es confiar en nuestro Señor y en la medicina moderna y nunca aceptar la palabra cáncer en nuestra vida. Hemos tolerado esta prueba y el dolor y hemos ingresado al club de las sobrevivientes. Nos hemos dado ánimo unas a otras para vivir. ❖

“ Now I can give others encouragement and hope, not fear. We don't have to fear cancer, but we do have to deal with it, expose it, and get rid of it.”

“Ahora puedo darle ánimo y esperanza a otras personas, pero no miedo. No debemos temerle al cáncer, pero sí debemos enfrentar esta enfermedad, luchar y deshacernos de ella”.

Olivia was born and currently resides in San Antonio, Texas. Olivia with husband Robert

Olivia nació y actualmente reside en San Antonio, Texas. Olivia con su esposo Robert



I Am a Survivor

Olivia Aguilar



After my diagnosis, the nights were the hardest. Fear would come and I didn't want to go to sleep. My husband had given me a stereo with a remote control for Christmas, before we knew what was to be. It turned out to be the perfect gift. I would play healing scripture tapes and praise music while I slept. My only source of safety and protection was hearing God's word.

You think cancer happens to someone else, until you hear the doctor say it. Then you have to ask questions and make decisions. I think the hardest decision for me was deciding to have a mastectomy along with reconstruction, with the fear of the chemotherapy and radiation that were to follow. Prayer gave me peace about choosing that course.

Then you have loved ones who are afraid for you. They don't want you to have parts of your body removed, and you don't want to lose those parts either. Thank God for reconstruction. It can be done all at once, so you never really feel the loss of your breast because you do not go without one.

The loss of my hair was the hardest. I felt like I was marked and naked, even though I have a nice round head and was told I looked good without hair. My husband called me the Bald and the Beautiful. My aunt who had

Soy una Sobreviviente

Después de mi diagnóstico, las noches eran muy difíciles. El miedo me invadía y no quería dormir. Mi esposo me había regalado un estéreo con control remoto para Navidad, antes de saber lo mucho que iba a significar. Resultó ser el regalo perfecto. Tocaba casetes de escrituras de sanación y música de alabación mientras dormía. Mi única fuente de seguridad y protección era escuchar la palabra de Dios.

Uno piensa que el cáncer le sucede solamente a otros, hasta cuando escucha el diagnóstico de su doctor. Entonces, uno tiene que hacer preguntas y tomar decisiones. Creo que la decisión más difícil para mí fue decidir tener una mastectomía junto con una reconstrucción, por el miedo a la quimioterapia y a la radiación que debía recibir después de la cirugía. La oración me brindó paz sobre mi decisión de elegir este curso de tratamiento.

Después, uno tiene seres queridos que se preocupan por nuestra salud. Ellos no desean que le quiten a uno partes de nuestro cuerpo, ni uno quiere perder esas partes corporales tampoco. Gracias a Dios que existe la reconstrucción. Se puede hacer todo durante la misma cirugía, por lo tanto, uno nunca siente la pérdida de su seno porque nunca le falta uno.



Olivia Aguilar, 48, says that the best advice she can offer women is to “talk to other women who are survivors. The truth is, your attitude will be the determining factor in how well you do.” Diagnosed at age 45, Olivia admits that her initial fear of treatment was influenced by others, but the power of prayer and the love of her family helped her through her extensive chemotherapy and radiation. Through it all, she continued to work everyday in her fulltime administrative job in a dentist’s office. She and her husband Robert have been married 29 years and have four children and seven grandchildren, with another grandchild on the way.

Olivia Aguilar, de 48 años de edad, dice que el mejor consejo que puede ofrecerle a las mujeres es “conversar con otras mujeres sobrevivientes del cáncer. La verdad es que su actitud será el factor que determine qué tan bien le vaya”. Olivia, quien fue diagnosticada con cáncer del seno a la edad de 45 años, admite que su miedo inicial al tratamiento fue influenciado por otras personas, pero que el poder de la oración y el amor de su familia la ayudaron a superar su tratamiento extenso con quimioterapia y radiación. A través del transcurso de su enfermedad, continuó trabajando de tiempo completo todos los días como administradora de una oficina dental. Ella y su esposo Robert han estado casados por 29 años y tienen cuatro hijos, siete nietos y un nieto en camino.



cancer gave me her three wigs – blond, brunette, and redhead. I only wore the blond one once. I felt like people were saying, there’s a woman who thinks she’s a blond.

The entire experience was like a dream to me. It came and it went. When the test is over, only then can you see how wonderful life can be. Now I can give others encouragement and hope, not fear. We don’t have to fear cancer, but we do have to deal with it, expose it, and get rid of it.

I believe that God has always given me the strength to overcome the obstacles in my life. I know a lot about pain, hard times, and surgery. But I am a survivor. I don’t know what tomorrow holds, but I do know that the One who holds my tomorrows has a bright future for me. ❖

La pérdida de mi pelo fue lo más difícil. Sentía como si estuviera marcada y desnuda, aunque tengo una cabeza redonda muy linda y me decían que me veía bien sin pelo. Mi tía, quien también tuvo cáncer, me dio tres pelucas – una rubia, una color café, y una pelirroja. Sólo usé la peluca rubia una vez. Sentí como si otras personas dijeran, ahí está una mujer que piensa que es rubia.

La experiencia completa fue como un sueño para mí. Vino y se fue. Cuando la prueba se termina, es cuando uno puede ver ¡qué tan bella puede ser la vida! Ahora puedo darle ánimo y esperanza a otras personas, pero no miedo. No debemos temerle al cáncer, pero sí debemos enfrentar esta enfermedad, luchar y deshacernos de ella.

Creo que Dios siempre me ha dado la fortaleza para superar los obstáculos en mi vida. Conozco mucho sobre el sufrimiento humano, los tiempos difíciles, y las cirugías. Pero soy una sobreviviente. No sé que me depara el mañana, pero sí sé que la Persona que posee mi destino, tiene un futuro muy brillante para mí. ❖

“ As the surgery proceeded, the pain progressed, and the chemotherapy made me sick, I found my spirit tested. My mother’s words reminded me to find the good things.”

“Pero en la medida en que la cirugía procedía, el dolor progresaba y la quimioterapia me enfermaba, mi espíritu fue puesto a prueba. Las palabras de mi madre me recordaban buscar las cosas buenas de la vida”.

Mary was born and currently resides in San Antonio, Texas.

Mary nació y actualmente reside en San Antonio, Texas.



‘Good Things Happen’

Mary Oliva



During difficult times, my mother would say: “*Con cada mal, puede ser un bien.*” (From bad things, good things happen.)

When I was diagnosed with breast cancer, these words comforted me, but they also challenged me to turn to my faith for strength.

When I looked in the mirror, I did not see a normal woman. A deformed body meant a deformed spirit. I saw the victim of a disease that had killed many others and might one day kill me.

After all those years of being a volunteer at my church, a *Guadalupeña*, a catechism teacher, a member of the pastoral council, and a Bible student, you’d have thought I would be strong enough to withstand the temptation of self-pity. But as the surgery proceeded, the pain progressed, and the chemotherapy made me sick, I found my spirit tested.

My mother’s words reminded me to find the good things. With so many Latinas unable to take care of themselves because of lack of health care, family, and friends, I was fortunate to be able to work as an occupational therapist assistant for 31 years. I was blessed to have health insurance and retirement benefits. I had a large family and a group of friends who spanned the city and my life, each providing a brick of hope to build a path to recovery.

‘Puede Ser un Bien’

Durante los momentos difíciles, mi madre solía decir: “Con cada mal, puede ser un bien”.

Por lo tanto, cuando yo fui diagnosticada con cáncer del seno, estas palabras me consolaron, pero también me retaron a buscar fortaleza en mi fe.

Cuando me veía en el espejo, yo no veía a una mujer normal. Un cuerpo desfigurado reflejaba un espíritu desfigurado. Yo veía a una víctima de una enfermedad que ha matado a muchas mujeres y tal vez algún día me podría matar a mí.

Después de tantos años de haber sido voluntaria de mi iglesia, una *Guadalupeña*, una maestra de catecismo, integrante del consejo pastoral y estudiante de la Biblia, cualquiera pensaría que yo era lo suficientemente fuerte para resistir la tentación de sentir lástima por mí misma. Pero en la medida en que la cirugía procedía, el dolor progresaba y la quimioterapia me enfermaba, mi espíritu fue puesto a prueba.

Las palabras de mi madre me recordaban buscar las cosas buenas de la vida. Con tantas Latinas que no pueden cuidarse a sí mismas por falta de seguro médico, de familiares y de amistades, yo tenía la fortuna de haber trabajado como asistente de terapia ocupacional por 31 años. Yo tenía la bendición



Mary Oliva, 65, was diagnosed with breast cancer in 2000. "You look at life differently," she says. "I had started to slow down in my late 50s. I didn't do as much walking or exercise as I used to." As a volunteer with the American Cancer Society, a Eucharistic minister at St. Cecilia's Catholic Church in San Antonio, and a weaving student at the Southwest Craft Center, Mary now somehow finds time for water aerobics three times a week. "I am willing to take more risks," she says. "I'm not as afraid as I used to be." As she recently told her prayer group, "I know my body is 65, but my mind and soul are 21!"

Mary Oliva de 65 años de edad, fue diagnosticada con cáncer del seno en el año 2000. "Uno ve la vida de una manera distinta", dice ella. "Comencé a tomar la vida más despacio cuando tenía 50 años. Ya no caminaba tanto ni hacia ejercicio como antes". Como voluntaria de la Sociedad Americana del Cáncer, ministro de la Eucaristía en la Iglesia Católica de Santa Cecilia en San Antonio, y estudiante de tejido en el *Southwest Craft Center*, de alguna manera Mary ahora busca tiempo para hacer sus ejercicios aeróbicos acuáticos tres veces por semana. "Estoy más dispuesta a tomar riesgos" dice ella. "Ya no soy tan temerosa como lo era antes". Recientemente le dijo a su grupo de oración, "Yo sé que mi cuerpo tiene 65 años de edad, pero mi mente y mi alma tienen solamente 21 años".



My first real sense of hope came in a strange way. On the way to my last chemotherapy session, there were police officers detouring traffic. In the doctor's waiting room, the television blared with breaking news. A speeding van being pursued in a police chase had jumped the curb and killed two innocent bystanders. A nondescript intersection on a random day had been the site of a brutal tragedy that claimed two lives.

The realization hit me: That man and woman had started their day happy and healthy, never imagining that they would be dead by lunchtime. Yet here I was, in the ninth month of what I had considered a certain death sentence, still able to articulate my joys and fears and experience life.

I don't know if my cancer will return. There are no assurances, only faith.

Who knows? I may even die of old age. ❖

de tener seguro médico y beneficios de jubilación. También tenía una familia grande y un grupo de amigos en todas partes de la ciudad y de toda mi vida. Cada uno de ellos me brindaba un ladrillo de esperanza para construir un camino hacia la recuperación.

Mi primera sensación de esperanza llegó de una manera muy extraña. En el camino a mi última sesión de quimioterapia había visto unos policías desviando el tráfico. Cuando estaba en la sala de espera de la clínica, la programación del televisor se interrumpió con unas noticias de último momento. Una camioneta que iba a alta velocidad y era perseguida por un carro policíaco se había subido a la acera matando a dos personas inocentes. Una intersección cualquiera en un día cualquiera había sido el sitio de una tragedia brutal que tomó dos vidas.

Reaccioné inmediatamente. Ese hombre y esa mujer habían comenzado su día felices y saludables y nunca se imaginaron que ellos iban a estar muertos para el mediodía. Y sin embargo, yo estaba aquí, en el noveno mes de lo que yo consideraba ser mi sentencia de muerte segura, y todavía podía expresar mis alegrías, mis miedos y disfrutar la vida.

No sé si el cáncer aparecerá de nuevo. No existen garantías, solamente fe.

¿Quién sabe? Tal vez muera de vejez. ❖

“ Be assertive about
your health care.
Know your body.
Rely on your
family and faith.
And stay positive.”

*“Sean más firmes
e insistentes con
su cuidado de
salud. Conozcan
sus cuerpos.
Confíen en su
familia y en su fe
y mantengan una
actitud positiva”.*

Mary was born in
Racine, Wisconsin and
currently resides in
San Antonio, Texas.

Mary nació en
Racine, Wisconsin
y actualmente reside en
San Antonio, Texas.



The Value of Education

El Valor de la Educación

Mary González



I never dreamed I would be diagnosed with breast cancer at age 33. My grandmother had died of ovarian cancer at 55. I also lost my mother to ovarian cancer at 56.

Shortly after my mother's death, I asked my doctor if I should have a mammogram. He said that at 31, I was too young. If only I had insisted.

Two years later, when I found a lump, the doctor said it was most likely a cyst and to come back in six weeks. If only I had been more assertive.

Then when I found a lump under my arm, I called him and insisted he see me immediately. The biopsy indicated that the mass and some lymph nodes were malignant.

It was like a bad dream. Things were going way too fast and I was in shock. Too many decisions had to be made in too little time. As I remembered my mother going through chemotherapy, losing her hair, the nausea and vomiting, I was terrified. Losing a breast was difficult, but I didn't want to lose my life. My husband and I became very educated on breast cancer and its treatment. We read, asked a lot of questions, and took it one step at a time.

One subject there wasn't a lot of information on was pregnancy after breast cancer. After discussing it with my oncologist, my husband and I made a decision to

Nunca soñé que fuera diagnosticada con cáncer de seno a la edad de 33 años. Mi abuela falleció de cáncer de los ovarios a los 55 años de edad. También perdí a mi mamá por causa del cáncer de los ovarios cuando ella tenía 56 años de edad.

Un poco después de la muerte de mi madre, le pregunté a mi doctor si me debería hacer un mamograma. Él me dijo que a los 31 años de edad, yo era demasiado joven. Me gustaría haber insistido.

Dos años después, cuando encontré una bolita, el doctor me dijo que era muy probable que fuera un quiste y que regresara en seis semanas. Me gustaría haber sido más firme.

Luego cuando encontré una bolita debajo de mi brazo le llamé e insistí que me viera inmediatamente. La biopsia indicó que la bolita y algunos ganglios eran malignos.

Era como una pesadilla. Todas las cosas pasaban muy rápidamente y yo estaba muy aturdida. Se tenían que tomar muchas decisiones en muy poco tiempo. Me aterrorizaba acordarme de mi mamá cuando estaba recibiendo su tratamiento de quimioterapia, la pérdida de su pelo, la náusea y el vómito. Fue muy difícil perder un seno, pero no quería perder mi vida. Mi esposo y yo nos educamos sobre el cáncer del seno y su tratamiento. Leímos, hicimos muchas



"I wish I had been more knowledgeable about my family history," says Mary González, 49, who had a modified radical mastectomy and a reconstruction in 1988, along with chemotherapy and radiation. "As we get older and wiser, we're not afraid to ask more questions." A licensed massage therapist, Mary offers her services at the San Antonio Race for the Cure® and is actively involved with breast cancer support groups. She and her husband Mauro have been married 20 years and have three children and six grandchildren. Mary believes that practicing yoga has helped her tremendously in recent years, and recommends it highly.

"Me gustaría haber estado más informada sobre mi historial familiar médico", dice Mary González, de 49 años de edad quien tuvo una mastectomía radical modificada y una reconstrucción en el año 1988, junto con quimioterapia y radiación. "A medida que vamos envejeciendo nos volvemos más sabios y no nos da pena hacer más preguntas". Mary tiene licencia como terapeuta de masajes y ofrece sus servicios en el *San Antonio Race for the Cure*® también está muy involucrada con los grupos de apoyo del cáncer del seno. Ella y su esposo Mauro han estado casados por 20 años y tienen tres hijos y seis nietos. Mary piensa que el practicar yoga la ha ayudado mucho en los últimos años y por eso lo recomienda.



conceive. Three years after my treatment, our son Matthew was born. Today at 13, he stands taller than me and is more handsome than ever.

The fear of a recurrence is always present, but it is comforting to know that each year greater advances are made in the treatment of this and other types of cancer. If I were ever diagnosed again, my newfound knowledge would definitely enable me to make a more informed decision.

My advice to everyone is to educate your children at an early age about breast cancer. Insist that they do self-exams (yes, males too). Speak openly about breast cancer with your co-workers, family members, and friends. Be assertive about your health care. Know your body. Rely on your family and faith. And stay positive. ❖

preguntas y tomábamos un paso a la vez.

El embarazo después del cáncer del seno es un tema del cual no había mucha información. Después de consultar con mi oncólogo, mi esposo y yo decidimos tener un bebé. Tres años después de mi tratamiento, nació nuestro hijo Matthew. Actualmente Matthew tiene 13 años, es más alto que yo y está más guapo que nunca.

El temor a la reaparición del cáncer siempre está presente. Pero me consuela saber que cada año existen más avances para el tratamiento de éste y otros tipos de cáncer. Si me vuelven a diagnosticar de nuevo, definitivamente mis nuevos conocimientos me ayudarán a tomar mejores decisiones.

Mi consejo para todas las personas es educar a los niños sobre el cáncer del seno desde una edad temprana. Insistan que se auto examinen (también a los hombres). Hablen abiertamente sobre el cáncer del seno con sus compañeros de trabajo, familiares y amistades. Sean más firmes e insistentes con su cuidado de salud. Conozcan sus cuerpos. Confíen en su familia y en su fe y mantengan una actitud positiva. ❖

“ An old saying goes, ‘*No hay peor lucha que la que no se hace.*’

There isn't a worse fight than the one that is not made.”

“Y como dice un refrán muy viejo, ‘No hay peor lucha que la que no se hace.’”



María was born in Piedras Negras, Coahuila, Mexico and currently resides in San Antonio, Texas. María (left) with son Heriberto Javier and daughter Belinda

María nació en Piedras Negras, Coahuila, México y actualmente reside en San Antonio, Texas. María (a la izquierda) con su hijo Heriberto Javier y su hija Belinda

Overcoming Depression

María Yañez



I can proudly say that I'm a breast cancer survivor. Unfortunately, I did not have much information about this disease. In 1995, a small lump was detected on my right breast, but I didn't pay much attention to it. In a month, it grew from the size of a marble to a golf ball. That's when I became alarmed and followed my doctor's advice. After the surgery to remove the lump, I started chemotherapy and radiation treatments.

My family, children, and a few friends provided me with a lot of support, but not my husband. That's when I started feeling rejected by him. I felt sad because he would not go with me to my treatments. A year later, when the cancer came back and I underwent a mastectomy, I was very sad because I was just overcoming the first diagnosis and also going through a divorce.

Depression is a serious illness, perhaps even worse than cancer. I submerged myself in my pain. It was not physical pain, but spiritual and emotional. I also noticed how some people, who I thought were friends, rejected me. But I told myself I've been through this before, God strengthened me with courage, and He will do it again.

After the third diagnosis of cancer, I felt very sad because I realized that it was slowly invading my body. I placed myself in God's

Superando la Depresión

Con orgullo puedo decir que soy una sobreviviente del cáncer del seno. Lamentablemente, yo no tenía mucha información sobre esta enfermedad. En el año 1995, me detectaron una bolita pequeña en mi seno derecho, pero no le presté mucha atención. En un mes, la bolita que inicialmente era del tamaño de una canica creció al tamaño de una pelota de golf. Fue entonces cuando me alarmé y seguí los consejos de mi doctor. Después de someterme a una cirugía para sacar la bolita, comencé a recibir tratamientos de quimioterapia y radiación.

Recibí mucho apoyo de mi familia, de mis hijos y de algunas amistades pero no de mi esposo. Fue cuando comencé a sentirme rechazada por él. Me sentía triste porque él no me acompañaba a mis tratamientos. Un año después, me diagnosticaron de nuevo con cáncer y fui sometida a una mastectomía. Me sentí muy triste porque apenas estaba superando el primer diagnóstico y también me estaba divorciando de mi marido.

La depresión es una enfermedad muy seria; tal vez peor que el cáncer. Me sumergí en mi dolor. No era dolor físico, sino dolor espiritual y emocional. También noté que algunas personas, a quienes yo consideraba mis amigos, me rechazaron. Pero me dije a mi



*Marta (left) with her family
María (izquierda) con su familia*

"I now have a lot of information about breast cancer," says María Yañez, 57. "Unfortunately, at the beginning I didn't realize all of the spiritual and financial help that is available." María underwent a lumpectomy at age 48. A year later, she was diagnosed with cancer in the same breast, had a mastectomy, and took tamoxifen. She later overcame lung cancer. However, at 56, after she wrote her story, María was diagnosed with brain cancer and is receiving chemotherapy. She has three children and four grandchildren. "I tell women not to be intimidated by anything, including language barriers," she says. "That is not an excuse not to become part of a support group. I feel blessed and fortunate to be alive and able to share my story."

"Ahora sí tengo mucha información sobre el cáncer del seno", dice la Sra. María Yañez, de 57 años de edad. "Lamentablemente, al principio no estaba enterada de toda la ayuda espiritual y financiera que existe". La Sra. Yañez se sometió a una tumorectomía a la edad de 48 años. Un año después, la volvieron a diagnosticar con cáncer en el mismo seno, le hicieron una mastectomía y tomó el medicamento tamoxifen. Después superó el cáncer de los pulmones. Sin embargo, después de que la Sra. Yañez escribió esta composición a la edad de 56 años, la diagnosticaron con cáncer en el cerebro y está recibiendo quimioterapia. María Yañez tiene tres hijos y cuatro nietos. "Yo les aconsejo a las mujeres que no le tengan miedo a nada, incluyendo a la barrera del idioma" dice la Sra. Yañez. "Esa no es una excusa para no participar en un grupo de apoyo. Me siento bendecida y muy afortunada por estar viva y tener la oportunidad de compartir mi historia".



hands and asked him to guide my doctors.

Having gone through four cancer surgeries and eight months of depression, I feel like the happiest woman alive, since my oncologist told me that my lungs were cancer-free. All the suffering caused by chemotherapy had been worthwhile.

I had great support from my family and children, especially my only son, who was always by my side and never felt repulsion or pity. He felt only love and compassion toward me. Our relationship has become even stronger. He calls me everyday to make sure I am resting and stays in touch with my doctors.

I know I have a long life ahead of me. If the cancer were to come back, I would overcome it again. As an old saying goes, “*No hay peor lucha que la que no se hace.*” There isn’t a worse fight than the one that is not made. ❖

misma, “Ya pasé por esto antes y Dios me dio la fortaleza para superarlo, y Él me la dará de nuevo”.

Después del tercer diagnóstico de cáncer, me sentía muy triste porque me di cuenta que el cáncer estaba invadiendo mi cuerpo lentamente. Me puse en manos de Dios y le pedí que guiara a mis doctores.

Después de haber sido sometida a cuatro cirugías y haber sufrido de depresión por ocho meses, me sentí la mujer más feliz del mundo cuando mi oncólogo me informó que mis pulmones estaban libres de cáncer. Todo el sufrimiento causado por la quimioterapia valió la pena.

Yo tuve todo el apoyo de mi familia y de mis hijos, especialmente de mi único hijo, el cual estuvo siempre a mi lado y nunca sintió repulsión o lástima por mí. El solamente sintió amor y compasión por mí. Nuestra relación se ha estrechado aún más. Mi hijo me llama a diario para asegurarse que estoy descansando y se mantiene en contacto con mis doctores.

Yo sé que tengo toda una vida por delante para vivir. Si algún día me vuelven a diagnosticar con cáncer, lo superaré de nuevo. Y como dice un refrán muy viejo, “No hay peor lucha que la que no se hace”. ❖

“ I couldn't
comprehend how I
was going to accept
not having both of
my breasts...

I had no choice
but to remain
strong for the sake
of my family.”

*“No podía
comprender cómo
iba a aceptar la
idea de no tener
ambos senos...No
tenía otra opción
que permanecer
fuerte por el amor
de mi familia”.*

Gloria was born and
currently resides in
San Antonio, Texas. Gloria
with granddaughter Jackie

Gloria nació y actualmente
reside en San Antonio,
Texas. Gloria con su
nieta Jackie



Second Chance

Una Segunda Oportunidad

Gloria Díaz



I couldn't believe what I was hearing. "You have breast cancer. We need to set up an appointment with a surgeon as soon as possible." I asked the doctor to proceed with whatever arrangements would be necessary. I called my husband at work. I could tell by his voice he was in shock. That evening we informed our four children.

The next day, my oldest daughter accompanied me to my doctor's appointment, where I was given two options: a mastectomy or a lumpectomy. I was scared and confused. A mastectomy meant I would have my entire right breast removed along with a large number of lymph nodes, and if everything came out okay I might not need radiation or chemotherapy. I chose that. I wanted all of the cancer out of me.

I couldn't comprehend how I was going to accept the idea of not having both of my breasts. I wondered how my husband was going to accept me after this procedure. These thoughts were with me every minute of every day. I had no choice but to remain strong for the sake of my family. Especially my husband, who took it very hard and had a mild stroke two weeks after the surgery. Both of us were recovering at home at the same time.

I have two brothers and four sisters. I chose not to tell them for several reasons, the

No podía creer lo que estaba escuchando. "Tiene cáncer del seno. Necesitamos hacer una cita con un cirujano lo más pronto posible". Le pedí al doctor que procediera con cualquier paso que fuera necesario. Llamé a mi esposo a su trabajo. Por el tono de su voz, noté que la noticia lo había sacudido. Esa misma tarde les dimos la noticia a nuestros cuatro hijos.

Al día siguiente, mi hija mayor me acompañó a mi cita con el doctor, donde me dieron dos opciones: una mastectomía o una tumorectomía. Tenía miedo y estaba confusa. Una mastectomía significaba que me tendrían que quitar todo mi seno derecho junto con varios ganglios, y si todo salía bien, no necesitaría radiación o quimioterapia. Decidí que me hicieran la mastectomía porque quería que me quitaran todo el cáncer.

No podía comprender cómo iba a aceptar la idea de no tener ambos senos. Me preguntaba cómo me iba a aceptar mi esposo después de este procedimiento. Pensaba en esto a cada minuto del día. No tenía otra opción que permanecer fuerte por el amor de mi familia. Especialmente por mi esposo, a quien le afectó mucho y sufrió una embolia cerebral leve dos semanas después de la cirugía. Ambos estuvimos recuperándonos en casa durante el mismo período de tiempo.



"I did not need radiation or chemo," says a grateful Gloria Diaz, 59, who is glad she decided to have reconstruction surgery in 2002, two years after her mastectomy. She describes herself as "better and stronger" for having done it, adding, "It gave me more confidence and helped me to gain back my self-esteem." Gloria has been a clinic assistant at San Antonio's North East Independent School District for 12 years. Carlos, her husband of 37 years, is fully recovered from the stroke he suffered the same year as her surgery. They have two daughters, two sons, and one granddaughter.

"No necesité radiación ni quimioterapia", dice muy agradecida Gloria Díaz, de 59 años de edad, quien está satisfecha de haber decidido hacerse una cirugía reconstructiva en el año 2000, dos años después de su mastectomía. Ella se describe a sí misma como "mejor y más fuerte" por haberlo hecho, y agrega "me dio más confianza en mí misma y me ayudó a recuperar mi autoestima". Gloria ha trabajado como asistente de la clínica del San Antonio's North East Independent School District por 12 años. Su esposo Carlos ya se recuperó de la embolia cerebral que tuvo el mismo año de su cirugía. Gloria y Carlos han estado casados por 37 años y tienen dos hijas, dos hijos y una nieta.

primary one being that my oldest sister Andrea had been diagnosed with kidney cancer. My siblings were already struggling with this news, and the last thing I wanted was to burden them with more. When I finally told them, they were very supportive and remain so until this day.

I will never forget when my sister Andrea came to see me with her four daughters. She could barely walk, but came over to me, hugged me, and said, "Sister, we are both going to make it." She passed away on my birthday that same year, at age 72.

As I remember my story, tears fill my eyes, but I thank God everyday for giving me a second chance to live life to its fullest. May God bless each and every one who is going through this same experience. ❖

Tengo dos hermanos y cuatro hermanas. Decidí no contarles lo que me estaba pasando por varias razones. La razón principal era que Andrea, mi hermana mayor, había sido diagnosticada con cáncer del riñón. Mis hermanos ya estaban batallando con esta noticia, y la última cosa que yo deseaba era preocuparlos más. Cuando por fin les conté la noticia, me dieron todo su apoyo y hasta la fecha lo siguen haciendo.

Nunca olvidaré cuando mi hermana Andrea me visitó con sus cuatro hijas. Apenas podía caminar, pero vino hacia mí, me abrazó y me dijo, "Hermana, las dos vamos a superar esta enfermedad". Andrea falleció el día de mi cumpleaños ese mismo año a la edad de 72 años.

Cuando recuerdo mi historia, mis ojos se llenan de lágrimas, pero le doy gracias a Dios todos los días por darme una segunda oportunidad para vivir la vida al máximo. Deseo que Dios bendiga a todas las personas que están pasando por esta misma experiencia. ❖

“

Life is short...
Everything happens
in due time when
God decides, not
when we decide.”

*“La vida es
muy corta...
Todo sucede a su
debido tiempo
cuando Dios
lo decide, no
cuando nosotros
lo decidimos”.*

Sylgiam was born
in Diriamba, Nicaragua
and resided in
San Antonio, Texas.

Sylgiam nació en
Diriamba, Nicaragua
y residía en
San Antonio, Texas.



I Never Lost Faith

Nunca Perdí la Fe

In Memoriam
1965-2004

Sylgiam Ortiz



En Memoria de
1965-2004

The day I had my breast removed was the saddest day of my life. It felt like the world was crumbling around me. I would put on a happy face when I saw people, but I really felt like my heart and soul were broken into pieces. I did not want to see anyone or talk on the phone. I would pretend I wasn't home. I asked God to give me the strength to move forward and help me face every day.

I know that I'm a strong woman and that I've overcome all the trials given to me, thanks to God. I never lost my faith. A year ago, I began going to church again. The pastor and his wife helped me tremendously. They taught me the word of the Lord. Throughout this ordeal, I learned to respect and forgive others.

I like to help out at the church. It makes me feel good to talk about my testimony of how wonderful God is. Prayer is very powerful. With prayer, you are never alone. Angels surround you and take care of you. Life is easier following God's path.

I now understand other people's pain, and I respect and admire any woman who has had cancer. Women with breast cancer deserve a lot of love, understanding and patience. We don't stop being women just because we don't have a breast or hair. My son shaved his head and told me that I wasn't alone. I love him so much. He is everything to me.

El día que me quitaron mi seno fue el día más triste de mi vida. Sentí como si el mundo se derrumbaba a mí alrededor. Trataba de pretender que estaba feliz cuando me veía la gente, pero en realidad sentía que mi corazón y mi alma estaban quebrados en pedazos. No quería ver a nadie ni hablar con nadie por teléfono. Pretendía que no estaba en casa. Le pedí a Dios que me diera la fortaleza para continuar y ayudarme a enfrentar cada día.

Sé que soy una mujer fuerte y que he podido superar todas las pruebas en mi vida, gracias a Dios. Nunca perdí mi fe. Hace un año, empecé a ir de nuevo a la iglesia. El pastor y su esposa me ayudaron mucho. Ellos me enseñaron la palabra del Señor. A través de esta prueba tan severa aprendí a respetar y a perdonar a los demás.

Me gusta ayudar en la iglesia. Me hace sentir muy bien hablar sobre mi testimonio de lo maravilloso que es Dios. La oración es muy poderosa. Con la oración, uno nunca se siente solo. Los ángeles lo rodean a uno para cuidarnos. La vida es más fácil siguiendo el camino de Dios.

Ahora comprendo el dolor de la gente y respeto y admiro a cualquier mujer que ha tenido cáncer. Las mujeres con cáncer del seno merecen mucho amor, comprensión y paciencia. Nosotras no dejamos de ser mujeres

Syngiam Ortiz lost her battle with cancer on February 19, 2004, at age 38. She was diagnosed at age 33 after enduring numerous health problems. Syngiam was looking forward to the publication of her story in the hope that it would pass on a message of encouragement and remind women to take care of themselves through education and early detection. As she wrote, "Cancer does not discriminate. That is why we must live each day of our lives as if it were our last. We must have faith, hope and the desire to live." Syngiam lived these words. Before she died, she was making plans to become an interior designer. Her son Joaquin is 12 years old.

Syngiam Ortiz perdió su batalla contra el cáncer el 19 de Febrero de 2004, a la edad de 38 años. Ella fue diagnosticada a la edad de 33 años después de soportar numerosos problemas con su salud. Syngiam estaba esperando ansiosamente la publicación de su historia con la esperanza que ésta enviara un mensaje de aliento y les recordara a todas las mujeres que se cuiden a sí mismas a través de la educación y la detección temprana. Como ella escribió, "el cáncer no discrimina. Por lo tanto debemos vivir cada día de nuestras vidas como si fuera el último. Debemos tener fe, esperanza y el deseo de vivir". Syngiam vivió estas palabras. Antes de morir, estaba planeando regresar a la escuela para convertirse en una decoradora de interiores. Su hijo Joaquín tiene 12 años de edad.



After my reconstruction surgery, I felt great! My hair was growing very curly and beautiful. The wait was long, but it was worthwhile. I don't have to spend any more money getting perms.

I would like to tell other women not to let this disease defeat them. Life is short. Don't waste it. There are a lot of women going through the same situation. Fight for your lives; don't let cancer win. It's never too late. Everything happens in due time when God decides, not when we decide.

I want you to know that there is hope in life and not to waste it with laments. You are not alone. God is with everyone. ❖

simplemente por haber perdido un seno o nuestro pelo. Mi hijo se rasuró su pelo y me dijo que yo no estaba sola. Lo amo tanto. Él es todo para mí.

¡Me sentí muy bien después de mi cirugía de reconstrucción! Mi pelo comenzó a nacer muy rizado y muy bonito. La espera fue larga, pero valió la pena. Ya no tengo que gastar dinero haciéndome permanentes.

Me gustaría decirles a otras mujeres que no permitan que esta enfermedad las venza. La vida es muy corta. No la desperdicien. Existen muchas mujeres que están pasando por esta misma experiencia. Luchen por sus vidas; no dejen que el cáncer les gane la batalla. Nunca es tarde. Todo sucede a su debido tiempo cuando Dios lo decide, no cuando nosotros lo decidimos.

Quiero que sepan que existe esperanza en la vida y que no la desperdicien con lamentos. Ustedes no están solas. Dios esta con todas nosotras. ❖



Recommendations

As part of a total approach to breast health, it is important that women become familiar with their own bodies, play an active role in their own health, and develop a close partnership with their health care providers.

Screening

The Susan G. Komen Breast Cancer Foundation recommends a three-step approach to breast cancer screening that includes, depending upon a woman's age, a combination of mammography, clinical breast exams (CBE), and breast self-exams (BSE). Recommendations include:

- ▶ Monthly breast self-examination starting by age 20 to become familiar with the normal look and feel of your breasts so that you will be aware if a change occurs.
- ▶ Clinical breast exam by a health care provider at least every three years beginning at age 20, and annually after 40.
- ▶ Annual screening mammography for women starting at age 40.

Women under age 40 with either a family history of breast cancer or other concerns about their personal risk should consult with a health care provider about risk assessment (your chance of getting breast cancer), when to start getting mammograms, and how often to have them.

Diagnosis

If you notice any changes in either of your breasts that you think are not normal, then see your doctor. Your doctor should do a CBE and may arrange for further testing, including diagnostic testing. This may include a diagnostic mammogram (two or more X-ray views per breast), ultrasound (exam using sound waves to create images of your breast tissue), MRI (uses magnetic fields to examine the breasts), and/or biopsy (removal of and examination of tissue samples).

http://www.komen.org/stellent/groups/harvard_group/@dallas/documents/-komen_site_documents/dsbcwhen.pdf

Treatment

There are many treatment options for women who have breast cancer. Although each woman's treatment will be slightly different, it generally involves some combination of surgery, radiation therapy, chemotherapy, and/or hormonal therapy. Deciding on a particular treatment is as much a personal matter for women as it is a medical one. If you have breast cancer, play an active role in your treatment by being informed. Find out what your options are by asking questions, doing some research on your own, and getting a



second opinion. We also suggest women take their time and not make a rushed decision.

http://www.komen.org/stellent/groups/harvard_group/@dallas/documents/-komen_site_documents/treatoverchoices.pdf

Support

Women who have been diagnosed with breast cancer need a strong support network. A support network can help you get through the treatment and recovery process. There are three main types of support: informational, emotional, and practical. You may need different types of support at different times during your treatment and recovery. Also, you may want or need different types of support from different people. Support might come from family members, friends, co-workers, and significant others. You may also want to join a support group to meet other women with breast cancer. Your doctor or nurse can give you more information about support groups.

http://www.komen.org/stellent/groups/harvard_group/@dallas/documents/-komen_site_documents/supportgetting.pdf

Note: These recommendations are not intended to be comprehensive. If you have questions about screening, diagnosis, treatment, support, or any other aspect of breast health, consult your doctor and seek the counsel of local and national resources. For contact information regarding some national breast cancer resources, see page 114.

Printed with permission of the Susan G.
Komen Breast Cancer Foundation



Recomendaciones

Como parte de un enfoque integral de la salud de los senos, es muy importante que las mujeres conozcan sus cuerpos, tomen un papel más activo con su propia salud y desarrollen una relación más estrecha con sus proveedores de salud.

Detección temprana

La Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer del Seno recomienda un método de tres pasos para la detección del cáncer del seno que incluye, dependiendo de la edad de la mujer, una combinación de mamografía, exámenes clínicos de los senos (conocido como CBE por sus siglas en inglés), y auto exámenes de los senos (conocido como BSE por sus siglas en inglés). Las recomendaciones incluyen:

- ▶ Un auto examen de los senos cada mes empezando a la edad de 20 años para conocer como se ven y se sienten sus senos normalmente y poder así detectar si ocurre algún cambio.
- ▶ Un examen clínico de los senos hecho por su proveedor de salud por lo menos cada tres años empezando a la edad de 20 años, y cada año después de la edad de 40 años.
- ▶ Una mamografía anual empezando a la edad de 40 años.

Las mujeres menores de 40 años de edad con historial familiar de cáncer del seno o con otras preocupaciones sobre su riesgo personal deben consultar con un proveedor de salud sobre la evaluación de su riesgo (su probabilidad de desarrollar cáncer del seno),

para saber cuándo comenzar a hacerse mamogramas y con qué frecuencia hacerse los mismos.

Diagnóstico

Consulte con su médico si usted nota algún cambio en cualquiera de sus senos que no parezca normal. Su médico debe de hacerle un examen clínico de los senos y podría pedir exámenes adicionales, incluyendo un examen de diagnóstico. Esto podría incluir un mamograma de diagnóstico (dos o más Rayos-X por cada seno), un ultrasonido (examen que usa ondas de sonido para crear imágenes del tejido de su seno), un examen de Resonancia Magnética de Imágenes conocido como MRI por sus siglas en inglés – (el cual usa campos magnéticos para examinar los senos) y/o una biopsia (extraer una muestra del tejido para examinarla).

http://www.komen.org/stellent/groups/harvard_group/@dallas/documents/-komen_site_documents/dsbwhen.pdf

Tratamiento

Existen muchas opciones de tratamiento para las mujeres que tienen cáncer del seno. Aunque el tratamiento de cada mujer es un poco distinto, generalmente consiste en una combinación de cirugía, terapia de radiación, quimioterapia y/o terapia hormonal. El decidir



sobre algún tratamiento en particular es un asunto tan personal como lo es médico. Si usted tiene cáncer del seno, tome un papel activo en su tratamiento y manténgase informada. Averigüe cuales son sus opciones haciendo preguntas, haciendo investigaciones por su propia cuenta u obtenga una segunda opinión. También les sugerimos a las mujeres que tomen su tiempo y no tomen una decisión precipitada.

http://www.komen.org/stellent/groups/harvard_group/@dallas/documents/-komen_site_documents/treatoverchoices.pdf

Apoyo

Las mujeres que han sido diagnosticadas con cáncer del seno necesitan un grupo de apoyo bien cimentado. Un grupo de apoyo la puede ayudar a sobrellevar el tratamiento y el proceso de recuperación. Existen tres tipos principales de apoyo: informativo, emocional y práctico. Es probable que usted necesite diferentes tipos de apoyo en diferentes etapas durante su tratamiento y su recuperación. Además, es probable que usted desee o necesite diferentes tipos de apoyo de distintas

personas. Usted puede obtener apoyo de sus familiares, amistades, compañeros de trabajo y seres queridos. Es probable que usted desee formar parte de un grupo de apoyo para conocer a otras mujeres con cáncer del seno. Su médico o enfermera le pueden dar mayor información sobre los grupos de apoyo.

http://www.komen.org/stellent/groups/harvard_group/@dallas/documents/-komen_site_documents/supportgetting.pdf

***Nota:** Estas recomendaciones están limitadas y de ninguna manera representan toda la información que usted debe saber. Si tiene alguna pregunta sobre la detección temprana, el diagnóstico, el tratamiento y el apoyo o cualquier otro aspecto de la salud de los senos, consulte con su médico y busque consejos de los recursos locales y nacionales. En la página 114 encontrará los datos de algunos recursos nacionales para el cáncer del seno.*

Impreso con el permiso de La Fundación Susan G. Komen Contra el Cáncer del Seno.



National Resources / Recursos Nacionales

Susan G. Komen Breast Cancer Foundation

1-800-I'M AWARE® (1-800-462-9273)

www.komen.org

Mailing Address/*Domicilio Postal*:

5005 LBJ Freeway, Suite 250

Dallas, TX 75244

Cancer Information Service

1-800-4-CANCER (1-800-422-6237)

www.cancernet.nci.nih.gov

Mailing Address/*Domicilio Postal*:

Office of Cancer Communications

National Cancer Institute

Building 31, Room 10A24

Bethesda, MD 20892

American Cancer Society

1-800-ACS-2345 (1-800-227-2345)

www.cancer.org

Mailing Address/*Domicilio Postal*:

1599 Clifton Road, N.E.

Atlanta, GA 30329

Cancer Care, Inc.

1-800-813-HOPE (1-800-813-4673)

www.cancercareinc.org

Mailing Address/*Domicilio Postal*:

1180 Avenue of the Americas

2nd Floor

New York, NY 10036

Lance Armstrong Foundation

(512) 236-8820

www.laf.org

Mailing Address/*Domicilio Postal*:

P.O. Box 161150

Austin, TX 78716-1150

Nuestras Historias / Our Stories

Among Latina women, breast cancer is the most commonly diagnosed cancer and the number one cancer killer. The statistics, however, tell but part of the story. Each case of breast cancer involves a patient – mother, daughter, sister – and a family. For every Latina who suffers from this terrible disease, there is a story. A story of sacrifice, struggle, and the fight for survival. For many, it is also a story of strength, courage, faith, hope, and an indomitable resilience. *Nuestras Historias* is a collection of 25 inspirational stories – the breast cancer experience of Latina women, told in their own words.

Entre las mujeres Latinas, el cáncer del seno es el tipo de cáncer más comúnmente diagnosticado y la causa número uno de muerte por cáncer. Sin embargo, las estadísticas nos muestran solamente una parte de la historia. Cada caso de cáncer de seno involucra a una paciente – madre, hija, hermana – y a una familia. Por cada Latina que sufre de esta terrible enfermedad existe una historia. Una historia de sacrificios, esfuerzos, y lucha por la supervivencia. Para muchas, también es una historia de fortaleza, valentía, fe, esperanza y un deseo de vivir indomable. *Nuestras Historias* es una colección de 25 historias llenas de inspiración – las experiencias de mujeres Latinas con cáncer del seno relatadas con sus propias palabras.

