

CAROLINA TORRES | Biòloga, professora i escriptora

● Vaig néixer a Ciutadella dia 11 d'abril de 1981 ● **Visc entre Menorca i Barcelona** ● Som biòloga de formació, professora de secundària i també faig classes de pilates ● **Sóc pacient d'hipertensió pulmonar de l'hospital Clínic i de Son Espases** ● He escrit el llibre «Cómo vivir una enfermedad incurable» ● **M'agrada passejar per la natura, llegir i gaudir de cada moment**

«Som feliç a pesar del meu diagnòstic»



Carolina Torres té clar que «un pronòstic no és una sentència» i, per això, ha decidit no ressignar-s'hi. Ho demostra dia a dia, des de que li diagnosticaren hipertensió arterial pulmonar, ara fa dos anys.

Què és la hipertensió arterial pulmonar?

—És una malaltia cardiopulmonar rara, perquè és minoritària i sol afectar a dones joves. La meua es idiopàtica, és a dir, de causa desconeguda. Fa que les artèries pulmonars creixin per dins, fent que la sang no pugui passar del cor als pulmons i quan això passa la sang torna al cor i fa que quedi més gran del normal. És una malaltia greu, progressiva i mortal.

És el pitjor diagnòstic aquell que és de per vida?

Per jo va ser un respir, ja que vaig estar a punt de morir i fins aquell moment no vaig saber el que em passava. Vaig arribar al diagnòstic molt tard però a partir d'allà vaig veure possibilitats. Però sí, la notícia va ser horrible, una de les experiències més dures de la meua vida.

Com ha canviat la seva vida des de llavors?

—Ràpidament. Visc una segona vida. He hagut de passar un dol i assumir tot el que ja no puc fer. Però jo automàticament m'he focalitzat en tot allò que sí que puc fer, en allò que me dona felicitat i he deixat enrere allò que no puc fer i enfocant la vida en tot el que sí puc fer. I així, ha aparegut una vida



L'exercici físic ha estat clau a la recuperació de Carolina. Explica els seus mètodes a la pàgina www.carolinatorres.live.

que estic gaudint i que em fa ser feliç independentment del meu diagnòstic.

Un exemple de què, com dius al teu llibre, «els camins més difícils et poden portar als llocs més hermosos»?

—Sí. Quan has estat a punt de morir després valores moltíssim les coses quotidianes de la vida. El dormir bé, fer un bon berenar, la mirada i carícies dels teus gossos, uns llençols nets, un café, uns olors, uns colors, mirar per la finestra. És a dir, vius gaudint cada moment, aprofitant la fragilitat que et dona la malaltia per intensificar l'existència.

Fou com una teràpia escriure «Cómo vivir una enfermedad incurable»?

—Sí. Tenia clar que no volia enganxar-me a emocions negatives i convertir la malaltia en una desgràcia que em presonés la meua ment, sinó que tenia molt clar que la volia aprofitar per fer un aprenentatge personal, d'autoconeixement i de desenvolupar les meves qualitats ètiques.

I també ho pot ser per als demés.

—Sí, la meua idea és que aquest llibre ajudi les persones en tot aquest procés de malaltia, perquè no es sentin soles. Animar-les i que sentin que si tenen ganes de

viure hi ha un camí possible.

Quin és aquest camí?

—El més important és tenir ganes de millorar la nostra ànima, si a més milloram físicament és genial però sinó, no passa res perquè el més important és l'ànima que entregues al moment de morir i no el cos que deixes.

En el teu cas, l'aspecte físic és inmillorable.

—El meu cas és un miracle pels metges. Jo vaig entrar a l'hospital amb els paràmetres mèdics d'un ésser humà mort. Vaig fer un mes a la UCI, un altre a l'hospital amb oxigenoteràpia i als tres mesos ja caminava. Ara, dos anys després estic molt millor, visc amb una bomba de perfusió però estem parlant de poder-me-la treure. Em van donar deu anys de vida però estic revertint la malaltia, m'estic recuperant.

Però tot i aquest progrés es manté el pronòstic?

—Es manté, però la previsió ja no és fer-me un trasplantament de cor i pulmons com estava previst a l'inici. Ara valoren desenxufar-me de la màquina. Per açò ara estic en estudi, per constatar que l'exercici físic funciona per a aquesta malaltia, ja que jo faig ioga, pilates, camin. La setmana passada vaig fer una ponència a Son Espases amb el títol 'Ellos tienen un protocolo y yo una enfermedad'.

Els protocols mèdics no han de ser iguals per tothom?

—Clar. Els protocols donen una sentència que pot canviar i alguns protocols no escolten al propi pacient. Què sent, què necessita i com pot ajudar als metges saber-ho. Quan m'aixeco cada dia començo una meditació i m'adapto a les meves pròpies necessitats.