




Secciones 



 Ingresar

Publicidad

Nacional

## Sobreviviente de cáncer: “Siempre he sido deportista y soy la primera de la familia a la que le dio”

Mayra Espinoza dice que no tenía razones para que le diera cáncer de mama

 Escuchar

Por Karen Fernández

19 de octubre 2021, 8:00 a.m.

El cáncer de mama no se fija en edad, condición social, política ni religión y sino que lo diga Mayra Espinoza, una valiente sobreviviente de esta terrible enfermedad.

Ella decidió contarle su historia a La Teja en el marco del Día Nacional e Internacional de la Lucha Contra el Cáncer de Mama, que se celebra los 19 de octubre.

Publicidad

Doña Mayra, madre de tres hijos adultos, fue diagnosticada con cáncer de mama en el 2013.

**LaTeja**

Hoy cumple años la hija de Vico C, y los seguidores del rapero lo volvieron a hacer v...

[Ver Más](#)

Espinoza siempre fue responsable y se cuidó con todas las recomendaciones que les dan a las mujeres para detectar a tiempo cualquier mal.



Mayra Espinoza es sobreviviente de cáncer de mama desde hace ocho años. Foto: Cortesía (Cortesía)

“Siempre he sido deportista, desde pequeña andaba en bicicleta, hacía gimnasia, jugué baloncesto en el equipo del cole y para entonces jugaba tenis de tres a cuatro veces por semana”, contó la sobreviviente de cáncer.

Su oncólogo, el doctor Dennis Landaverde, nos aclaró que tener dietas saludables y hacer ejercicio disminuyen la probabilidad de tener cáncer de mama, pero a veces toca, es algo que no se puede predecir ni prevenir.

“Si ella no hubiese hecho ejercicio nunca en su vida le habría dado antes y tal vez no estaría aquí. Hacer ejercicio, dieta, tener estilos de vida saludables, estar emocionalmente bien, disminuye definitivamente el riesgo de tener la enfermedad”, dijo Landaverde.

## ¿Cómo pasó todo?

El 11 de mayo del 2013, mientras se cambiaba la ropa, notó que su seno derecho estaba rojo e inflamado, por lo que comenzó a hacer memoria para ver si en el partido de tenis que había jugado el día anterior le habían dado algún bolazo, pero no fue así.

También pensó si era que la ropa que andaba era muy tallada, pero tampoco estaba ahí el problema.

Publicidad

---

“Gracias a Dios tengo ocho años de estar bien y haber salido adelante del proceso, pero yo llevaba una vida completamente normal, nunca he fumado, de tomar solo un vinito de vez en cuando. Le di de mamar a mis tres hijos, siempre he hecho deporte y me hacía los chequeos rutinarios regularmente”, recordó doña Mayra.

De hecho ella se hizo una mamografía ocho meses antes, en la que le dijeron que todo estaba bien y ella se confió, pero conforme avanzó el proceso, descubrieron que en ese examen sí se apreciaba el tumor.

***LEA MÁS: ¿Qué puede llevarle de comer a una amiga con cáncer de mama?***

“Cuando la muchacha me la hizo, yo vi que ella tuvo una reacción rara, pero cuando le pregunté me dijo que todo estaba bien, yo estaba muy feliz con los resultados. El ginecólogo que me vio solo se fijó en el reporte, no vio la mamografía, por lo que no se dio cuenta de que ahí estaba. Cuando me vi la mama así (inflamada) lo llamé de inmediato y me dijo que me hiciera un ultrasonido para estar segura”, recordó.

Fue al día siguiente, que era lunes, y el radiólogo le confirmó que tenía una lesión maligna y de una la remitieron al hospital México donde el médico, con la mamografía anterior en mano, corroboró que sí tenía el tumor desde hace ocho meses.

Para entonces, la paciente se encontraba tomando un tratamiento de hormonas para un problema en el endometrio, lo que favoreció que se desarrollara muy rápido el cáncer que apenas se notaba en mayo del 2013.



Doña Mayra de hizo un tatuaje alusivo que le recuerda que salió victoriosa de esa prueba. Foto: Cortesía (Cortesía)

## Balde de agua fría

Para colmos, el tumor que le dio era muy agresivo y creció rápidamente, por lo que no había tiempo que perder y comenzaron el tratamiento con quimioterapia y radioterapia de inmediato durante los siguientes seis meses.

“Fue como un balde de agua fría porque todos los años me hacía mis chequeos y son cosas que uno no espera que sucedan. Luego de la quimio pasé por una cirugía de mastectomía y la reconstrucción de la mama. Creo que recuperé el 99.8% de mi vida, con muchas cicatrices y recuerdos, pero aquí estamos bien”, agregó la guerrera.

Para ella fue muy impactante porque fue la primera de la familia diagnosticada con cáncer y espera ser la única.

Aunque por aquello, sus hijas han seguido su ejemplo y se mantienen con alimentación saludable y haciéndose los chequeos médicos regularmente. Igual analizan hacerse la prueba genética para determinar si poseen el gen de la enfermedad.

**LEA MÁS: [A mujer le apareció cáncer de mama dos meses de que exámenes le salieran bien](#)**

## Detección temprana

El oncólogo recordó que el cáncer de mama tiene diferentes etapas, pero que lo usual es que gracias a la mamografía de tamizaje se puede detectar tempranamente y con ello se garantiza una tasa de curación mayor.

Cerca del 20% de las veces las pacientes llegan con una condición avanzada, en el restante 80% la probabilidad de curarlo con diferentes terapias es muy alta, aunque entre más temprano se haga, mejor.

“Aunque solo en un uno por ciento de casos se da en los hombre y por lo general es por una alteración genética, el cáncer de mama no solo puede presentarse en mujeres”, recordó el doctor Landaverde.

---

*427 mujeres murieron en el 2020 debido al cáncer de mama*

---

**Reciba el boletín: [En todas con La Teja](#)**

Las noticias del día y las historias más Teja

Suscribirme

Deseo recibir comunicaciones

cáncer de mama

Día internacional de la Lucha contra el cáncer de mama

Mayra Espinoza



Reciba noticias de Google News



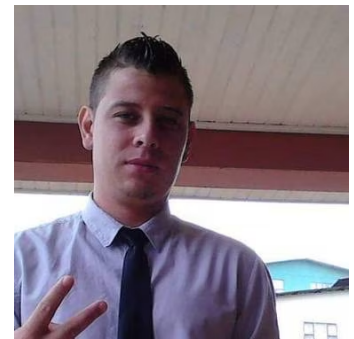
### Karen Fernández

Periodista con una licenciatura en Producción de Medios. Forma parte del equipo de Nuestro Tema y tengo experiencia en la cobertura de noticias de espectáculos, religiosos, salud, deportes y nacionales. Trabajo en Grupo Nacion desde el 2011.



#### LE RECOMENDAMOS

**Amor, traición y violencia: eso vivió joven papá antes de morir apuñalado en casa de novia**





**Afición de Alajuelense se come vivo a Freddy Góndola por acción al final del clásico que quedó grabada**



**Cartaginés contrata a otro portero ante lesión de Darryl Parker**



En beneficio de la transparencia y para evitar distorsiones del debate público por medios informáticos o aprovechando el anonimato, la sección de comentarios está reservada para nuestros suscriptores para comentar sobre el contenido de los artículos, no sobre los autores. El nombre completo y número de cédula del suscriptor aparecerá automáticamente con el comentario.

## ÚLTIMAS NOTICIAS

**Danna Paola lanza una gran noticia y tiene que ver con Costa Rica**

**Fiscalía dice que jueces buscaron la salida más fácil en sentencia por muerte de María Luisa Cedeño**

**Keyla Sánchez andaría con el hijo de un reconocido exfutbolista saprissista**

**Doble de Ricardo Montaner se une a la Orquesta Filarmónica para cantarle al amor**

**Alajuelense ya conoce las sanciones por los incidentes racistas en el estadio Morera Soto**

**Hallan cuerpo de hombre con dos balazos**

**Tico de 21 años logra segundo lugar en concurso latinoamericano de cuentos matemáticos**



## **Sobre nosotros**

[Grupo Nación](#)  
[La Teja](#)  
[El Financiero](#)  
[Revista perfil](#)  
[Sabores](#)  
[Aplicaciones](#)  
[Boletines](#)  
[Versión Impresa](#)

## **Negocios**

[Todo Busco](#)  
[Parque Viva](#)  
[Tarifario](#)  
[Printea](#)  
[Fussio](#)

## **Términos y condiciones**

[Políticas de privacidad](#)  
[Condiciones de uso](#)  
[Estados financieros](#)  
[Reglamentos](#)

## **Servicio al cliente**

[Contáctenos](#)  
[Centro de ayuda](#)  
[Planes de suscripción](#)



Miembro del Grupo de Diarios América (GDA)