

Ingrid Macher y su admirable lucha contra el cáncer de seno... de manera natural

Por Karmina L. Fonseca
elcorreo@qns.com

Ante el sorprendente diagnóstico de Ingrid Macher, mejor conocida como la autora del aclamado bestseller 'De gordita a mamacita', con cáncer de seno, mucha gente se preguntaba: ¿cómo es que la mujer de los jugos anticancerígenos estuviera pasando por esto?

Macher, quien también es conferencista y coach, es actualmente una de las personas más influyentes en el mundo de la nutrición y bienestar, con más de 17 millones de seguidores en sus plataformas digitales, donde es conocida como @Adelgaza20.

En su nuevo libro, Irresistible y sana, Ingrid incluye información sobre temas tan variados como la retención de líquido, la eliminación de grasas, cómo vencer la adicción al azúcar y cómo eliminar la celulitis, entre otros. No obstante, el mensaje más importante, es como a pesar de un diagnóstico tan angustiante como el cáncer de seno, Ingrid aun es capaz de abrirnos su corazón y platicarnos sobre la importancia de mantener una actitud positiva -y como con su nuevo libro, busca ayudar a las mujeres a que tomen el control de su salud y bienestar.

Comienzas tu libro compartiendo un diagnóstico inesperado. ¿De qué manera sientes que esto ha cambiado tu vida?

Este diagnóstico llegó justo en uno de los mejores momentos de mi vida profesional donde muchas cosas maravillosas y proyectos estaban ocurriendo. Su llegada fue como un balde de agua fría: al principio me sentí muy mal y triste e incluso llegué a pensar que se me iba a acabar el mundo, pero después me di cuenta de que esto no era nada más que una piedrita en el camino, una enseñanza que Dios tenía para mí. Una manera de conseguir mi verdadero propósito y mi misión en la vida.

¿Qué consejos les das a las mujeres que llevan un estilo de vida saludable, pero están atravesando por un proceso de salud delicado?

A veces pensamos que tener un estilo de vida saludable es seguir ciertos patrones, pero no nos damos cuenta que dentro de este estilo de vida quizás estamos consumiendo alimentos que nos están cayendo mal, que nos están afectando y que sin nosotras saberlo pueden resultar en enfermedades.

