

OTROS TÍTULOS  
PUBLICADOS POR ARZALIA

SÁHARA ESPAÑOL  
EL ÚLTIMO REEMPLAZO  
Xavier Gassió

LA ISLA DEL ÚLTIMO PIRATA  
Jesús Nieva Ozcoz

LA RELACIÓN HURTADA  
EN BUSCA DEL PADRE  
Francisco Peñarrubia

LA RESURRECCIÓN  
DE HOMBRE A DIOS  
Javier Alonso López

LA MONJA BASTARDA  
Marta Banús



Este libro surge de la necesidad de seguir viviendo a pesar de haber recibido un diagnóstico de cáncer y del dilema que plantea: sucumbir o luchar. Los aficionados a un deporte tenemos además la necesidad de que la batalla contra la enfermedad nos permita mantenernos en forma. No para volver a correr otro maratón, pero sí para que cuerpo y mente se mantengan firmes en esta nueva lucha.

Los retos son diferentes, pero comparables. Desde asumir la dura novedad y decidir cómo comunicarla a familiares y amigos, hasta prepararse para lo que está por venir: innumerables visitas al hospital, operaciones, agotadores ciclos de quimioterapia, etc. Comienza un camino duro y largo que puede equiparse al entrenamiento para un maratón.

*Mi maratón contra el cáncer* incluye testimonios de expertos en deporte que demuestran los beneficios de mantener la actividad física, por mínima que sea; consejos sobre dieta y nutrición que van más allá de la pasta; declaraciones de deportistas (algunos de élite) que sufren males similares y, sobre todo, muchas claves psicológicas para seguir viviendo con la esperanza de la recuperación.

El mensaje no es solo para deportistas o enfermos de cáncer. El objetivo de este libro es animar a todo el mundo a activar el optimismo frente a la adversidad para evitar sufrimientos innecesarios.

 **ARZALIA**  
ediciones

MISCELÁNEA

[www.arzalia.com](http://www.arzalia.com)

ISBN 978-84-17241-05-6



MI MARATÓN CONTRA EL CÁNCER



Jesús Martín Tapias

# Mi maratón contra el cáncer



Jesús Martín Tapias



JESÚS MARTÍN TAPIAS es periodista de televisión. Fue corresponsal de Antena 3 TV en Londres y enviado especial a numerosos lugares del mundo, algunos de ellos en guerra. También ha trabajado en Radio Nacional de España, TVE y en el programa El Intermedio, de La Sexta.

Ha practicado múltiples deportes como el montañismo, el esquí, el tenis, el ciclismo y las carreras. Casi en la cincuentena sufrió la fiebre del maratón, un reto felizmente superado al culminarlo en dos ocasiones.

A pesar de estar sano y fuerte, ser razonablemente feliz y llevar una vida sin excesos, en mayo de 2016 le diagnosticaron de cáncer de colon a través de una simple colonoscopia. El mal, como en tantos casos, había llegado sin avisar.

