

La actriz se sometió a una cirugía y ha dependido de sus cercanos para lidiar con la situación

# Leonor Varela se recupera tras quebrarse dos huesos del pie: "Esto me ha enseñado a pedir ayuda"

NATALIA JUNCO

Justo cuando Leonor Varela se tomó una pausa de su mudanza desde Los Angeles a París, un accidente modificó su agenda. A mediados de julio, la actriz estaba en un hotel en Oaxaca, México, junto a su pololo cuando, mientras caminaba al balcón, se golpeó en el pie izquierdo. "Los códigos de construcción en México no son los mismos y la habitación tenía una bajada para ir hacia la terraza y en un espacio había escaleras y, en el otro espacio, un vacío. La verdad es que súper poco segura la construcción. De hecho, mi pololo se cayó la primera noche, mientras que yo me caí la tercera noche. Tengo harta tolerancia para el dolor y esto me hizo llorar. Fue muy intenso, algo que no recuerdo haber sentido en mi vida", detalla Leonor.

Al notar la seriedad del golpe, se movieron hasta un pueblito para una

**El accidente sucedió en sus vacaciones, mientras caminaba hacia una terraza. "Es muy lindo sentir que a la gente le importa el otro", señala.**

radiografía y ahí fue evidente que iba a necesitar cirugía. De inmediato regresaron a Los Angeles y el diagnóstico fue "ruptura del cuarto y quinto metatarso. El quinto metatarso fue una ruptura en tres lugares y la ruptura del cuarto metatarso era completa y con acortamiento", explica la autora de "Ir al cielo y volver. Mi camino con Matteo". A los pocos días, Leonor se operó y, en síntesis, relata que colocaron una placa con tornillos "para volver a poner el hueso en su posición anatómica".

Esta semana comenzó con la rehabilitación física y recién pudo mover, muy levemente, la zona cercana a su pie. Ya no tiene puntos ni férula y, gracias a una nueva radiografía, sabe que todo va por buen camino. "Esto es muy difícil. Sólo me muevo acá en mi casa en Ojai con un pequeño scooter que se llama blessreach, que me sirve para apoyar la rodilla, y con eso puedo ir a la cocina y al living. Pero tengo el vendaje y no puedo caminar, no lo puedo mojar y no puedo hacer nada, básicamente". Para dormir le recetaron remedios para el dolor, además de antibióticos, y se preocupa de mantener su



Leonor ya está en el proceso de rehabilitación física.

extremidad en alto.

Todo esto, reconoce Leonor, la ha hecho sentirse "bastante frustrada, sobre todo por no poder moverme. La verdad es que disfruto mucho mover mi cuerpo, sudar, hacer ejercicio. Es parte de lo que me ayuda a tener mi salud mental en un lugar sano. Y esto ha sido súper desafiante en ese sentido. Toda la energía de mi cuerpo está en sanar ese piececito mío y sé que voy por el camino; eso me deja contenta. Esto avanza lento, pero avanza".

Lo que la ha ayudado tremendamente es la colaboración de sus cercanos en Ojai, California, donde Varela reside. "Estoy súper agradecida de la comunidad, de mis amistades y de las mamás que conozco en Ojai. Ellas me llevaron a Lunita (su hija) al campamento de verano donde va por el día y vuelve feliz en la noche. Me he sentido súper apoyada, sobre todo por la comunidad de mamás de acá y de la escuela de mi hija en Los Angeles. Es muy lindo sentir que a la

gente le importa el otro y que están realmente ahí. En ese sentido, las mamás somos el mejor club del mundo", afirma.

**¿Qué más ha reflexionado de estos momentos?**

"Mira, es un poco raro este accidente, porque no tengo osteoporosis, tengo masa muscular, estoy fuerte y sana. Creo que a veces estas cosas pasan para bajar de ritmo y lo que a mí me ha enseñado, hasta ahora, es a pedir ayuda. Soy una mujer que desde chica es muy independiente. He tenido que salir adelante sola y siempre he sido autosuficiente económica, emocional y mentalmente. Esto me puso en una posición de tener que pedir ayuda, de decir que no puedo con todo, de que tengo necesidad del otro y que me tienen que acompañar. Es difícil hacer estas cosas sola. E incluso he tenido que pedirle ayuda a mi hija y creo que ha sido sano que ella vea a su mamá con la fragilidad humana que nos caracteriza a todos: necesitando ayuda y sostén. Me sien-



La radiografía que evidenció la fractura.

to profundamente agradecida por mis vínculos, porque son los que nos sostienen, además de mi exmarido, mi pololo y con mi familia a la distancia. Así que agradezco dentro de todo".

En este reposo ha avanzado en algunos de sus proyectos laborales y esta cirugía no alteró el cronograma de su mudanza a París junto a su hija. "Estoy a full con la preproducción del programa que vamos a hacer con Angélica Castro. Eso requiere harlo de mi tiempo y, por suerte, puedo hacerlo desde la computadora y el teléfono en la posición vertical en la que me encuentro, jajajá".

**Poco común**

De acuerdo al doctor Emilio Wagner, traumatólogo de tobillo y pie de Clínica Alemana, "las fracturas del cuarto y del quinto metatarsiano se pueden producir en accidentes domésticos, como bajando una escalera y sufrir una torcedura del pie, y también en actividades deportivas, al jugar algún deporte de impacto en el que uno nuevamente sufra un impacto con el pie torcido. Las fracturas son más frecuentes cercanas a la parte delantera del pie, hacia la sección de los dedos, y es poco frecuente que tengan que ser operadas, tanto del quinto como del cuarto metatarsiano. Evidentemente, si se produce alguna alteración en la posición de los dedos debido a la fractura, o si el acortamiento es muy significativo, la cirugía sería indicada".

El traumatólogo también destaca que el tiempo de recuperación "depende de la velocidad de la cicatrización del hueso. Generalmente, la cicatrización ocurre alrededor de la sexta semana, en la que, haciendo una rehabilitación funcional acelerada, podemos lograr una actividad física menor".