

Remadoras Rosas: El deporte en la rehabilitación del cáncer de mama

*Germán Maldonado Sepúlveda
 Académico Terapia Ocupacional
 Universidad Andrés Bello*

Octubre marca el mes de la sensibilización sobre el cáncer de mama. Según cifras de la Organización Mundial de la Salud (OMS), solo en 2022 se diagnosticaron 2,3 millones de casos en mujeres y se registraron 670.000 defunciones por esa enfermedad. A nivel nacional, en tanto, según una investigación de la Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología es la tercera causa de muerte, con una tasa de mortalidad de alrededor de 13 x 100.000 mujeres.

Entre los tratamientos utilizados para abordar esta enfermedad se encuentra la farmacología, la radioterapia y la cirugía, a través de la cual se puede extirpar solo el tejido canceroso o todo el seno (mastectomía total). Es este último el que podría afectar en mayor medida la calidad de vida, debido a sus implicaciones relacionadas al movimiento limitado en brazo u hombro, dolor neuropático o la extirpación de los ganglios linfáticos axilares, que podrían derivar en un linfedema, sin ignorar el elemento psicológico, el cual puede afectar su autopercepción e imagen corporal, disminución del autoestima y diversas implicaciones sociales.

En 1996 el canadiense Dr. Don McKenzie, eligió el remo en bote dragón

como una estrategia de rehabilitación. Entrenó a veinticuatro voluntarias de cáncer de mama durante tres meses y les enseñó técnicas de remo. Al final de la temporada de tres meses en el agua, ninguna de las voluntarias tenía linfedema.

A nivel Nacional, esta disciplina surge en Santiago y se propago rápidamente por todo el país, incluyendo al grupo de Remadoras Rosas de San Pedro de la Paz, en Concepción.

Sin embargo, hablar exclusivamente del beneficio físico de la actividad es algo reduccionista, debido a que es un grupo también social, de acompañamiento mutuo, de compartir saberes en torno al proceso de rehabilitación, es hablar desde la experiencia entre compañeras y vivir la empatía en su máxima expresión.

El uso de fármacos como el tamoxifeno que es utilizado como terapia complementaria para el cáncer de mama genera en el grupo una constante conversación al compartir efectos secundarios no deseados. La recomendación de tratamientos y experiencias es constante, desde la medicina tradicional hasta la alternativa. Es un proceso de altos y de bajos, y es latente el riesgo de reincidencia del tumor o la metástasis, que suelen



alejarnos a más de una valiente remadora, pero no es solo una batalla en una embarcación, es una lucha por la vida.

En nuestro rol desde la Terapia Ocupacional debemos ser agentes que vinculen a las personas con actividades que promuevan el bienestar, actividades con significado, con propósito y alineadas a los intereses de las personas.

Debemos ser sujetos creativos, capaces de aprovechar cada beneficio terapéutico que nos entrega la naturaleza, donde nuestro rol de Terapeuta no debe ser protagonista, sino más bien debemos actuar como un facilitador entre un grupo y un espacio. Además de velar por el derecho de elegir de qué manera las usuarias deciden cómo rehabilitarse.

Aproximarse al mundo de las remadoras rosas es aproximarse a una batalla constante, es aproximarse a un colectivo de mujeres poderosas que se abanderan con el color rosa para visibilizar de lo que son capaces e invitar a nuevas reclutas en la aventura por