

# Oncopilchas: ropa circular para apoyar a pacientes con cáncer

12 mujeres de la región decidieron tomar el sartén por el mango y crear un club deportivo de remo para cuidarse. Con la idea de autofinanciarse y apoyar a las socias, ponen a la venta vestuario en buen estado.

Fabiola Ávila Hernández  
 La Estrella de Valparaíso

**V**iviana Castro Covarrubias, es presidenta del club deportivo Oncoamigas Chile, un grupo de mujeres de distintas partes de la Región de Valparaíso: Villa Alemana, Quilpué, Viña del Mar, Concón pero también de la Metropolitana como Curacaví y Santiago.

Se trata de mujeres que practican el remo en la playa La Boca de Concón o en el Embalse Los Aromos, "dependiendo según explica -de las condiciones climáticas estamos en el embalse o directamente en la playa", comenta.

Conformadas el 2 de diciembre del 2023, con personalidad jurídica del Instituto Nacional del Deporte (IND), son uno de los 16 equipos de mujeres remadoras que existen en Chile (remadoras rosa como se les denomina).

## DEPORTE Y SALUD

Viviana relata cómo fue que surgió la idea: "Este movimiento es mundial y nace porque el doctor McKenzie en año 1996 se dio cuenta que el canotaje, el movimiento repetitivo del brazo en una palada, permite que las mujeres que tuvimos mastectomía radical (extirpación total de la mama), podamos evitar o disminuir la aparición del linfedema - inflamación del brazo porque nos sacan los ganglios- entonces el brazo al hacer el movimiento, genera que el líquido linfático circule por el cuerpo, entonces no se acumula en el brazo operado y así evita una inflamación que es irreversible".

Cabe señalar que, según la Dirección de Prevención y Control de Enfermedades, DIPRECE del



CEDIDA



VIVIANA CASTRO,  
 PRESIDENTA  
 ONCOAMIGAS,  
 ACOMPAÑADA DE  
 LISSELOTTE  
 KREMMER Y  
 LORENA GÓNZALEZ,  
 DIRECTORAS DEL  
 CLUB DE CANOTAJE.

Ministerio de Salud, el cáncer de mamas es la primera causa de muerte en mujeres por causa oncológica. En Chile al año 2018, las estimaciones de GLOBOCAN fueron de 5.393 nuevos casos de esta enfermedad y 1.688 decesos asociados a este diagnóstico.

## 16 EQUIPOS

Esta actividad deportiva efectivamente es de trayectoria mundial y acá en Chile existen 16 equipos y Oncoamigas Chile es uno de los cuatro que existen en la Región de Valparaíso. En la actualidad está compuesto solamente por mujeres, a pesar que existen casos de cáncer de mama masculino, lo cierto es que no ha aparecido ningún hombre que quiera practicar este deporte en esta agrupación, "somos actualmente solamente mujeres, doce mujeres y más los socios voluntarios que son familia, amigos, etcétera, somos 22 personas de la agrupación que

de las doce mujeres tuvimos cáncer de mama, algunas actualmente en tratamiento y otras que ya estamos en un proceso que es continuo en la vida, yo por ejemplo, tengo control una vez al año, pero esto es algo que te acompaña hasta que el tiempo diga que no más".

## NACE EL EMPRENDIMIENTO

Oncoamigas hoy está abierta a recibir a todos quienes tengan curiosidad o simplemente quieren practicar el deporte o ser un aporte solidario y comprometido para la concreción de proyectos, porque al tratarse de un club deportivo, deben autofinanciarse.

Este fin de semana por ejemplo estuvieron en la Plaza Belén de la comuna de Villa Alemana presentando su emprendimiento en la Expo Dulce Invierno "muy agradecida de la municipalidad de Villa Alemana, con nuestra pyme 'On-

copilchas', que se trata de la venta de ropa sustentable, reciclada que nos ha aportado la comunidad en sí, de muy buena calidad y que nosotras exponemos para poder tener estas ventas y generar recursos propios para poder comprar nuestro equipamiento deportivo y también dar un apoyo a la integrante que lo necesite cuando un medicamento o un tratamiento no lo cubre el GES, porque el cáncer además de ser un tema no menor psicológicamente, también golpea bastante en el bolsillo de cada una de nosotras, entonces la idea es poder apoyarnos".

La idea de este emprendimiento es participar en distintas partes de la región, ya sea en este tipo de eventos organizados por distintas municipalidades de la zona "así generamos movimiento de nuestras ventas y para que la gente nos conozca, las mujeres que padecen cáncer de mama también

nos conozcan y que, además de vender, nos reconozcan como un movimiento que da a conocer principalmente cómo prevenir este tipo de cáncer"

Las Oncoamigas Chile participan también como invitadas a charlas en empresas, en instituciones, en exposiciones de deportes, para informar sobre cómo trabajar la prevención del cáncer, "más que el efecto final, la idea es prevenir que esto aparezca y si apareció, saber los pasos a seguir", dice Viviana Castro.

## SOPORTE A LA FAMILIA

Un tema relevante en el proceso que viven las mujeres (y hombres también) que padecen cáncer tiene que ver con el acompañamiento y la contención y el rol fundamental que viven sus familias durante las distintas etapas de la enfermedad.

"Es un tema super importante que tiene que ver con la familia, los amigos,

porque uno piensa: ella mujer tuvo cáncer, pero ¿qué pasa con el núcleo familiar? Ese núcleo es algo que nosotros también queremos incorporar porque sabemos que lo pasan mal, sabemos que tienen un desgaste físico, psicológico no menor y no siempre son considerados, entonces por eso que nuestros socios siempre pueden ir a remar o si quieren ir a disfrutar del espacio, también son bienvenidos, el Embalse Los Aromos está hermoso, maravilloso y así también se les da un tiempo para que ellos se liberen-entre comillas-de esta carga que significa el acompañamiento a las personas que hemos tenido cáncer.

Y en esta búsqueda inagotable de abrir espacios las Oncoamigas Chile quieren ampliar el campo de acción "queremos ampliar a personas que tengan otros tipos de cáncer y que estén también con una autorización médica para poder hacer deporte, no es menor el hecho de que no cualquier persona puede hacer un deporte como el canotaje, pero si gustan, pueden seguir nuestro Instagram Oncoamigas Chile, ahí nos escriben, por ahí ha llegado la gente, nos preguntan ¿puedo ir a ver de qué se trata? Y nosotras coordinamos para que tal día vengamos a remar con nosotros, vea si le gusta o no y después de eso vemos la incorporación.👉