



REMAR POR LA VIDA

Hay vida después del diagnóstico
de un cáncer de mama

Dos mujeres nos cuentan su experiencia de subirse al bote "Dragón Higia"

Mi nombre es **Alejandra Arena** vivo en barrio Mirador del Lago en Bialest Massé, en julio de 2017 me diagnosticaron cáncer de mama, en noviembre de ese mismo año me hicieron mastectomía con vaciamiento axilar y en marzo del 2018 comencé con mi tratamiento de quimioterapia.

En mi búsqueda de fundaciones que se dedicaran a este tema me encontré con un grupo de mujeres que remaban. Así que tres días después de mi tercer quimio me uní a ellas, las *Amazonas* de Córdoba.

Amazonas es una fundación por y para personas que hemos pasado o están pasando por el cáncer de mama. En este momento somos más de 100 mujeres y un hombre, ya que el 1% de ellos también puede padecer la enfermedad. Tenemos tres pilares fundamentales:

-Concientizar: estadísticamente 1 cada 8 mujeres podemos tener cáncer de mama, el 75% de estas no tienen

antecedentes familiares. La detección temprana y el tratamiento adecuado oportuno salva vidas. Por eso es necesario estas tres cosas, que son irremplazables: consultar al ginecóloga/o, mamografías y/o ecografía, autoexamen de mama. Se recomienda además una alimentación saludable, no fumar y hacer ejercicios. -Acompañar a quienes estén en el proceso de sanación. Sabemos que lamentablemente puede haber compañeras que en el camino se convierten en estrellas. Ese es el momento en el que nos fortalecemos como tribu y nos contenemos unos a otros. Cada integrante puede exponer su historia personal y la preocupación que surge cuando no llega la medicación a tiempo -Actividad deportiva: Remo en bote Dragón

La idea del remo surge desde las fundadoras al saber que este tipo de actividad estimula la musculación



torácica y ayuda a la prevención del linfedema (secuela que produce la cirugía de cáncer de mama debido al vaciamiento ganglionar axilar, se hincha el brazo de la cirugía) y la parte emocional.

Nuestro bote llegó en plena pandemia después de tres largos años de soñarlo, siendo el único en la provincia. Anteriormente remábamos en Kayak, primero fue en el lago San Roque y luego nos trasladamos a Dique Piedras Moras.

Gracias al aporte de familiares, zumbathones, rifa (que recorrió la provincia), municipios, instituciones oficiales de la provincia y comunidad en general, logramos juntar poquito a poco el importe que necesitábamos.

La experiencia de remar 20 personas (hoy solo 10 por protocolo covid) juntas al son del latir del tambor hace que te invadan sensaciones únicas, sabemos que juntas podemos, juntas salimos y si una se queda las otras estamos ahí para remar por ella y que llegue a la meta. Una vez a la semana nos juntamos a compartir esta experiencia con la familia y amigos

incondicionales, con ellos reímos, charlamos, lloramos, bailamos y sacamos muchas fotos.

Amazonas es una gran tribu, una gran familia y nuestro Dragón Higía el hijo que tanto esperábamos.

Soy **Patricia Esquivel** vivo en las sierras de Córdoba, en un pueblo llamado Biale Massé, departamento Punilla Provincia de Córdoba. Una mezcla de rural y urbano. Me diagnosticaron de cáncer de mamá hace 8 años. Sigo con mis controles médicos ya que no voy a tener el alta médica porque todos los años me hacen los controles.

Soy médica (alias la Dra. Pato) y cuando me dieron el diagnóstico, me puse en el papel de paciente (tener paciencia) el cual me costó al principio ya que soy investigadora, siempre ronda por mi cabeza esa cosita miedo, cuando me tocan los controles. Recuerdo ese momento, fui con una compañera. Ella me dijo, “es el único momento que tienes para llorar”, sentí que me obligaba y lloré. Lloré por lo desconocido, nunca me dije ¿por qué a



mí?, sólo escuchaba en mi cabeza, “esta es tu nueva mochila y vos podés cargarla”.

Gracias a la vida, el universo o no sé a qué, la familia incondicional y algunos amigos que estaban al pie del cañón, para masajear la espalda cuando estaba descompuesta, realicé el combo completo: cirugía, quimio y rayos y ayudar a mi mente para sanar al cuerpo. Aprendí a manejar herramientas nuevas, todo me hacía estar de pie, y “sé que yo soy el capitán del barco que es mi cuerpo y la enfermedad es sola mía y el resto me acompaña”.

Sentí la necesidad que conversar con gente que le pasara lo mismo y ese apoyo del par, encontré a Lazos de Vida Córdoba, grandes amigas que hoy son y algunas ya partieron.

Cuando me dispuse a entrar en Amazonas Córdoba sentía que algo más necesitaba, poder ayudar; así como me ayudaron y completar con el remo el tratamiento físico, psíquico y mental. Hoy siento el latir de mi corazón cuando llega el día de remar, casi no puedo describir lo que siento con

palabras, se mezclan sentimientos, sensaciones, el galope de mi corazón fuerte como el tambor. Me siento una mujer con la súper capa rosa en bote Higia, donde todas juntas remamos al unísono.

REMAR POR LA VIDA, sí puede curarse por eso hay que prevenir y tratar que todos tengan el acceso a los servicios de salud. Por supuesto que además estamos para apoyar a todo el que necesita ayuda. Como persona crecí en edad, experiencia, en poder ayudar desde mi humilde lugar, trabajando en mi zona de las sierras, que mira hacia un cordón montañoso macizo Los Gigantes y al frente las sierras del Valle de Punilla. También en otras zonas y Córdoba capital. Es un poco devolver a la gente lo mucho que me ayudó a mí y a mi familia. Soy resiliente, trato de estar con una sonrisa a la vida, más allá que cuesta un poco en estos momentos de pandemia, es tratar de estar lo mejor y agradecer que estamos vivos.