

COPAC

Confederación Panamericana de Canoas
Pan American Canoe Federation



Dragon Boat torna-se símbolo da força feminina

Em cada barco, mulheres que venceram o câncer de mama remam cheias de coragem

“Escutamos cinco palavras que mudam nossas vidas totalmente: ‘você tem câncer de mama’. Ao escutá-la, nosso mundo desmorona e o medo nos invade. É uma montanha russa!”

conta Paula Faria, uma das canoistas que enfrentou o câncer e teve sua vida transformada a partir da canoagem. Ela é presidente do “Fortale-senos”, grupo chileno de mulheres atletas que, divide dores, medos e força dentro e fora de um Dragon Boat. “Um dia, essas mesmas cinco palavras nos uniram, porque tínhamos algo em comum: vontade de viver”. O

movimento está em uma crescente nos países do continente Americano, Federações Nacionais filiadas a Confederação Pan-americana de Canoagem também estão adotando essa disciplina, apesar da entidade não contar com esse esporte no escopo, existe um grande apoio e motivação pela implementação do Dragon Boat nas américas.

O DRAGON BOAT

Esse modelo de embarcação tem origem na China, há mais de 2500 anos. Seu uso varia em diferentes locais da Ásia. Já foi instrumento militar, meio de transporte entre mares e até foi usado em rituais religiosos. Agora, o Dragon Boat, que abriga em média 22 tripulantes, é ocupado por guerreiras que venceram o câncer de mama.

Esse cenário era impensado há poucas décadas. Acreditava-se que a intensidade dos exercícios poderia causar inchaços provenientes do acúmulo de líquido, os chamados linfedemas, nas pacientes que passaram por mastectomia (cirurgia de retirada do seio).

Quem refutou tal teoria foi Donald McKenzie, médico canadense, especialista em medicina esportiva, que promoveu um estudo com mulheres que passaram pelo tratamento e a retirada do seio. Dr. McKenzie observou efeitos positivos relacionados à prática esportiva em um grupo piloto de praticantes de canoagem da modalidade Dragon Boat.

“Nos encontramos pela primeira vez em janeiro de 1996. Don e suas colegas, Diana Jespersen e Sherri Magee, nos mostraram um vídeo muito curto de uma equipe de mulheres competindo em um barco dragão em Hong Kong. Essas mulheres foram campeãs mundiais e Don nos disse que seríamos exatamente como elas” lembra-se Jane Frost, membro do *Abreast In A Boat* -Lado a lado em um barco, o grupo piloto.

Ela confessa que a promessa foi recebida com ceticismo por 24 sobreviventes do câncer de mama que nem se conheciam. “Mas tínhamos fé. O que poderíamos perder? Éramos avisadas para não levantar mais de 5 quilos e evitar movimentos repetitivos nos membros superiores, o que significava evitar do Dragon Boat ao tricô” conta Jane.

Elas tinham entre 32 e 64 anos. De corpos, profissões e experiências atléticas distintas. “Tínhamos só duas coisas em comum. Primeiro: estávamos com medo. Iriamos

desenvolver linfedema? Isso doeria? Em segundo lugar: éramos todas ousadas”. Ela se lembra de uma enfermeira chamada Edie, que toda vez que tinha que mover um paciente, se lembrava da advertência do médico sobre levantar peso e Sandra, que era canoista e seu médico lhe disse para não remar nunca mais.

“Mas tínhamos fé. O que poderíamos perder? Éramos avisadas para não levantar mais de 5 quilos e evitar movimentos repetitivos nos membros superiores, o que significava evitar do Dragon Boat ao tricô”



DR. DON
MCKENZIE

JANE
FROST

COPAC

Confederación Panamericana de Canoas
Pan American Canoe Federation

O DRAGON BOAT

Esse modelo de embarcação tem origem na China, há mais de 2500 anos. Seu uso varia em diferentes locais da Ásia. Já foi instrumento militar, meio de transporte entre mares e até foi usado em rituais religiosos. Agora, o Dragon Boat, que abriga em média 22 tripulantes, é ocupado por guerreiras que venceram o câncer de mama.

“Nos encontramos pela primeira vez em janeiro de 1996. Don e suas colegas, Diana Jespersen e Sherri Magee, nos mostraram um vídeo muito curto de uma equipe de mulheres competindo em um barco dragão em Hong Kong. Essas mulheres foram campeãs mundiais e Don nos disse que seríamos exatamente como elas” lembra-se

desenvolver linfedema? Isso doeria? Em segundo lugar: éramos todas ousadas”. Ela se lembra de uma enfermeira chamada Edie, que toda vez que tinha que mover um paciente, se lembrava da advertência do médico sobre levantar peso e Sandra, que era canoista e seu médico lhe disse para não remar nunca mais.



Depois de muito treino, o Abreast in a Boat competiu em um festival internacional. “Éramos vencedoras só por estarmos ali. Cruzamos a linha de chegada em primeiro lugar, ovacionadas por nossas famílias e o público mas, o melhor, sem nenhum linfedema. Existe uma vida após o diagnóstico de câncer de mama e nós provamos isso”.

Atualmente, o The International Breast Cancer Paddlers' Commission (IBCPC) - Comissão Internacional de Canoistas do Câncer de Mama soma 225 times em 26 países de 6 continentes. Em novembro de 2019, em Neuquén, na Argentina,

“APRENDEMOS QUE PODEMOS”

A chilena Paula, lembra-se do início do seu grupo, o Fortale-senos, quando eram somente quatro mulheres, sendo uma treinadora. “Começamos timidamente, já que nenhuma de nós tínhamos experiência na canoagem, mas contávamos com uma grande treinadora. O mais importante é que aprendemos que podemos. Ao subirmos na canoa, nos esquecemos da doença e do medo. Ali, aparece a força e a esperança”.

Hoje, somam 25 remadoras, comemora Paula “Não foi fácil fazer as pessoas entenderem que uma mulher que teve câncer de mama pode ser uma esportista. Hoje, só queremos que nosso país se pinte de rosa e que em cada canto, onde haja uma mulher sobrevivente do câncer de mama, que esta possa organizar um grupo de remadoras. Elas vão saber que não estão sozinhas e que somos muitas”.



“UNIDAS, PODEMOS SUPERAR A DOENÇA MAIS FACILMENTE E VOLTAR PARA NOSSAS VIDAS NORMAIS”

Nessa onda rosa, em abril de 2019, a Asociación de Bote Dragon de Panama - Associação de Dragon Boat do Panamá publicou um anúncio convidando sobreviventes de câncer para criar uma equipe da modalidade. Foi assim que Floribeth Campos entrou em contato com outras sobreviventes e passou a recrutar outras mulheres para integrar a equipe. A intenção era participar do 5º Festival de Bote Dragón de Panamá, na recém-

criada categoria para canoistas rosa. Em julho, 15 sobreviventes criaram o Pink Warriors. Debutaram conquistando uma medalha de ouro nos 200 metros e mais duas de prata em 500 e 1000 metros.

“De lá para cá, já contamos com 28 canoistas. Buscamos promover apoio moral nesse momento difícil, demonstrando que, unidas, podemos superar a doença mais facilmente e voltar para nossas vidas normais”

conta Floribeth. Consolidadas como equipe, a associação propôs a participação da categoria nos Jogos Pan-americanos do Panamá em 2021. A proposta foi aceita pelo comitê organizador.

A inserção social em suas comunidades para o enfrentamento do câncer e acolhimento de mulheres que enfrentam a doença é uma máxima dentro e fora das águas para todos os grupos. As atletas participam intensamente de encontros relacionados à oncologia

COPAC

Confederación Panamericana de Canoas
Pan American Canoe Federation

“A MEDICINA SALVOU MINHA VIDA, O ESPORTE SALVOU MEU ESPÍRITO”

Kim Bonomo capitã e fundadora da equipe Save Our Sisters (SOS) -Salve Nossas Irmãs de Miami e conta “Desde a fundação da SOS em 2007, dedico minha vida para assegurar-me que cada vez mais sobreviventes conheçam essa possibilidade”. Kim organizou o festival participativo de câncer de mama em 2014 em Sarasota, Flórida com mais de 3 mil participantes.

Hoje, a SOS tem 50 membros, sendo 60% mulheres latinas. Nos EUA, existem 60 equipes de Dragon Boat formadas por sobreviventes do câncer de mama. “Temos que seguir propagando essa mensagem de esperança. As cidades grandes têm suas equipes, mas precisamos chegar nas proporcionalmente menores e essa é a parte difícil” explica Kim, que compartilha uma lição.

“O câncer mudou minha vida. Os doutores e a medicina salvaram minha vida, mas o esporte, remar no Dragon Boat salvou meu espírito”.

“FAZEMOS O QUE FOR PRECISO PARA CONTINUAR REMANDO”

Para muitas, manter as equipes treinando é outro desafio à ser enfrentado. Shannon Turgeon é membro da Breast Friends -Amigas do peito, de Edmonton, Canadá. O país conta com 57 equipes de canoistas rosa. Em algumas províncias menores, as atletas viajam para treinar. Mas a maior dificuldade é a condição climática. “Na maior parte do nosso país, o clima restringe a prática de remo em águas abertas o ano todo, com exceção de nossas equipes na costa da Colúmbia Britânica. Em Welland, Ontário e Montreal, Quebec, nossas remadoras têm acesso à instalações de treinamento internas” conta Shannon.

Seu grupo precisou construir o próprio barco e treinar em piscina. “Fazemos o que for preciso para continuar remando. Precisa ver os rostos das pessoas que fazem a aula de natação na outra borda. Remamos com força total em direção a eles, esperando que as cordas que nos prendem à beira da piscina não arrebentem”.

O DRAGON BOAT

Esse modelo de embarcação tem origem na China, há mais de 2500 anos. Seu uso varia em diferentes locais da Ásia. Já foi instrumento militar, meio de transporte entre mares e até foi usado em rituais religiosos. Agora, o Dragon Boat, que abriga em média 22 tripulantes, é ocupado por guerreiras que venceram o câncer de mama.

“Nos encontramos pela primeira vez em janeiro de 1996. Don e suas colegas, Diana Jespersen e Sherri Magee, nos mostraram um vídeo muito curto de uma equipe de mulheres competindo em um barco dragão em Hong Kong. Essas mulheres foram campeãs mundiais e Don nos disse que seríamos exatamente como elas” lembra-se

desenvolver linfedema? Isso doeria? Em segundo lugar: éramos todas ousadas”. Ela se lembra de uma enfermeira chamada Edie, que toda vez que tinha que mover um paciente, se lembrava da advertência do médico sobre levantar peso e Sandra, que era canoista e seu médico lhe disse para não remar nunca mais.



“VERDE, AMARELO E ROSA”

Cleusa Alonso é brasileira e foi diagnosticada em novembro de 2011, quando a família estava se mudando para Argentina. “Quando remei pela primeira vez em um Dragon Boat senti uma paz imensa, senti que meu coração estava em sincronia com as batidas do tambor. Foi este sentimento que me faz trabalhar com paixão para levar o Dragon Boat para muitas outras mulheres”.

Ela fundou uma equipe de sobreviventes verde, amarela e, claro, rosa: Força Rosa Brasil. Acolhida pela Confederação Brasileira de Canoagem, a modalidade entrou no estatuto da instituição, com o intuito de divulgar a canoagem rosa e realizar anualmente festivais participativos (não competitivos).

“QUANDO A TEMPESTADE PASSA, NÃO SOMOS MAIS A MESMA PESSOA”

Mabel Toso, integrante da equipe Rosa Fenix, da Patagonia, Argentina, foi diagnosticada com câncer em 2010. Ela comemora que já há 10 equipes da modalidade em seu país e conta que o Dragon Boat a acordou da letargia. “Dizem que quando a tempestade passa,

não somos mais a mesma pessoa. Somos pessoas que, a partir de um diagnóstico, apostaram na vida, para sermos agentes multiplicadores de uma mensagem de esperança. Em cima da canoa, somos apenas uma. Superamos o passado, vivemos o presente e remamos por um futuro”.