¿Listo para remar? El ejercicio de los músculos de la parte superior del cuerpo podría tener beneficios en mujeres con un alto riesgo de desarrollar el linfedema

Printed from https://www.cancerquest.org/es/sala-de-prensa/2021/08/listo-para-remar-el-ejercicio-de-los-musculos-de-la-parte-superior-del on 11/14/2026



Las mujeres que se han operado los senos y que se han removido las glándulas linfáticas debajo de los brazos tienen un alto riesgo de desarrollar el linfedema. Es común que a estas mujeres se les recomiende limitar el ejercicio enfocado en esta área del cuerpo. Una investigación reciente indica que el ejercicio de la parte superior del cuerpo podría tener beneficios para estas mujeres y que podría reducir el riesgo de desarrollar el linfedema.

Fuente
http://journals.lww.com/ajnonline/Fulltext/2010/10000/Dragon_Boat_Racing__Life_...
Referencia
Aprenda más