



## Las Mujeres NO tienen **límites** para su desarrollo

EL MERCURIO  
DE ANTOFAGASTA

La Estrella

YODO  
NUTRICIÓN  
VEGETAL

SQM  
Soluciones  
para el  
desarrollo  
humano

DIGITAL  
FM

soyantofagasta.cl

### Una líder que guía a las cuidadoras de Antofagasta



Anna Rementería Rojas

**E**s cuidadora principal y dueña de casa. Anna Yamile Rementería Rojas recuerda que su infancia fue una etapa segura y feliz.

Realizó sus estudios de básica y media en el Instituto Santa María, continuando luego con especialidades técnicas hasta llegar a trabajar en el Hospital Regional de Antofagasta.

Mientras trabajaba en el hospital, conoció a sus dos hijos adoptivos, quienes habían sido abandonados por sus padres biológicos por su condición. Sebastián, autista y con insuficiencia renal crónica, y Francisco, con múltiples patologías secundarias a una asfixia perinatal, por lo que quedó en estado de postración.

Anna llegó a un mundo nuevo, donde comprendió que cuidados es mucho más que prodigar el bienestar de las personas que amas y proteges. "El cuidado es una entrega total, que involucra en cierto modo 'morir por otro'", recalzó.

En el 2021, en tiempos de la pande-

mia, falleció su pequeño hijo Francisco, y un mes después su madre, a quien también cuidó, ya que padecía de Alzheimer, lo que la sumió en una profunda depresión.

Pero su fe en Dios le permitió continuar y luego de realizar un curso de cuidados de personas en discapacidad y dependencia, dictado por la Universidad Mayor.

También formó la Agrupación Hadas Cuidadoras de Antofagasta, con la motivación de servir de nexo para otros cuidadores.

"Mi mayor aporte es inspirar a otros cuidadores a través de mis experiencias, a comprender que su vida sigue y que no está encasillada entre las cuatro paredes que muchas veces impone el cuidado", resaltó.

Destacó que "aún tienen mucho porque que luchar, capacitarse y aprender".

El 2023 obtuvo el Premio al Espíritu Prodemu por la entrega hacia el empoderamiento de otras mujeres y el 2024 la agrupación que lidera obtuvo el Premio Sello Chile Inclusivo de Senadis.

### Voluntaria, actriz y una mujer empoderada



Isabel Prieto Carrasco

**C**olabora en distintas organizaciones. Isabel Prieto Carrasco es educadora de párvulos jubilada e integrante del voluntariado Damas de Azul del Hospital Regional de Antofagasta. También es bailarina y actriz.

Sobre las Damas de Azul, comentó que "ahí nos dedicamos a ver las necesidades de los pacientes cardíacos, ya sea útiles de aseo, vestuario de alta, medicamentos, pañales y pasajes. Conversamos con sus familias como apoyo social y psicológico en sus procesos", comentó.

Asimismo, participa en un club de adultos mayores, donde juegan lota, toman tecito y hacen proyectos para viajar cada fin de año.

Es una mujer versátil que siempre está participando en alguna actividad, ya sea bailando, en el teatro, escribiendo algo, compartiendo con su familia y amigos. "Lo más importante es valorar y disfrutar la vida a concho", comentó.

Dijo que "para mí es muy relevante vivir el hoy, el presente ya que es el único que está

y tenemos. Mi mensaje para las mujeres sería: debemos ser empoderadas, ya que nuestro empoderamiento empieza cuando reconocemos nuestro propio valor".

Agregó que "seamos poderosas, decidamos quienes somos, qué queremos y podemos lograr, porque es cuestión de actitud. Yo no deseo tener más poder sobre los hombres, sino sobre nosotras mismas".

"Debemos siempre ser perseverantes en todo, ante todo y por último les diría a las mujeres que aunque exista una lámpara encendida nunca debemos dejar de ponerle combustible", dijo.

El momento más importante de su carrera de parvularia fue contribuir al desarrollo integral de niños y las niñas en sus primeros años de vida.

Y como actriz fue el estreno de la obra 'Vida', porque gran parte de la obra fue escrita por ella y eso la emocionó mucho.

"Me gustaría dejar como aporte para la región haber contribuido en la salud y bienestar de los más necesitados", precisó.

*"Quiero inspirar a otros cuidadores porque tienen mucho que aprender y capacitarse".*

*"Seamos poderosas y decidamos qué queremos como metas en la vida".*



## Las Mujeres NO tienen **límites** para su desarrollo

EL MERCURIO  
DE ANTOFAGASTA

La Estrella

YODO  
NUTRICIÓN  
VEGETAL

SQM  
Soluciones  
para el  
desarrollo  
humano

DIGITAL  
FM

soyantofagasta.cl

### Una karateca que quiere más mujeres en el deporte



Amei **Collao Romero**

**K**arateca e influencer antofagastina. Amei Collao Romero dice que sus padres la criaron muy bien y solo tiene muy buenos recuerdos de su infancia.

Siempre estuvo rodeada de mucho amor y cariño. Nació en Santiago, estuvo en Santa Cruz (Bolivia) hasta los tres años y luego de eso llegó a vivir a Antofagasta.

Pasó por muchos colegios, ya que se cambiaban de casa relativamente seguido. Su enseñanza básica la realizó en el LEA, Escuela F-96, Lois Hart y su enseñanza media la efectuó en el Instituto Chileno-Norteamericano, ISCA, Esane y también probó un año estudiando libre por el deporte.

“Siempre tuve de referente a mi papá que es mi maestro. Comencé a practicar para aprender a defenderme y luego me gustó la competencia. Me llamaba la atención la poca presencia femenina que existía en el karate cuando yo comencé. Eso me motivó aún más a seguir entrenando, compitiendo y motivando a más mujeres”, recalzó la deportista.

Sus motivaciones son el ejemplo de su papá, el empoderamiento femenino y la competencia. “Creo que logré amarme y aceptarme tal cual soy. En mi adolescencia fue un proceso de aceptación, un poco complicado, ya que debíamos cumplir y se nos imponían estándares de belleza muy exigentes”, agregó.

El momento más importante de su carrera deportiva fue en mayo del 2023. “Hicimos historia al ser la primera selección solo femenina de karate Kyokushin en representar a Chile en un torneo mundial en Montreal, Canadá, logrando 20 podios, 14 campeonas y 6 vicecampeonas”.

“El 8 de marzo de este año logramos realizar el I° Torneo Internacional Femenino de Karate en Santiago junto a la Municipalidad de La Florida con 200 competidoras. Fue algo que cuando yo era pequeña era casi imposible de imaginar”, resaltó.

Dijo que mientras el Collao Dojo esté presente en Antofagasta, “siempre tendrán un lugar donde entrenar y crecer como personas”.

### Un potente proyecto para la reinserción social



María Soledad **García**

**E**s ingeniera en Alimentos y gerente de Puri Agua del Desierto. María Soledad García Concha hace nueve años lidera un proyecto de reinserción social, en el centro penitenciario de Antofagasta, ubicado en el Nudo Uribe.

“Crecí en un entorno donde la igualdad de género era aún un tremendo desafío constante. Sin embargo, mi familia -sobre todo mi papá y abuelito- me enseñaron a creer en mí misma y a luchar por mis objetivos e ideales. Y mi mamá a darme su amor a través de cosas ricas, nunca dejarme sola y acompañarme en mis locuras”, comentó García.

Estudió su enseñanza básica y media en el Instituto Santa María de kinder a cuarto medio, recibiendo un premio por la fidelidad de estudiar 14 años en el colegio, tradición de las mujeres de su familia.

Luego ingresó a estudiar a la Universidad de Antofagasta la carrera de Ingeniería en Alimentos, lo que con mucho orgullo y amor es la profesión y a la que se dedica.

“La motivación principal del proyecto es la rehabilitación y reinserción, mediante el trabajo remunerado en Puri Agua del Desierto para desarrollar habilidades y competencias”, comentó.

Agregó que “esto para restaurar la dignidad y autoestima de los internos, ayudándolos a sentirse valorados, lo que los prepara para obtener su libertad. Por otro lado, la empresa demuestra su compromiso con la reducción del impacto ambiental y la economía circular”.

Sus mayores logros como mujer primerizo fue ser madre. Tiene dos hijos, Bastián y Maximiliano, que ama con su vida al mayor, ya profesional y el menor estudiante de la UCN.

Uno de sus momentos más importantes es hace nueve años atrás, cuando decidimos emprender el proyecto de Puri Agua del Desierto, que impulsa desde hace muchos años en la cárcel de varones la reinserción social y donde han participado y egresado 32 internos con una educación laboral.

“Hay que tener inspiración, confianza, fuerza y seguridad para lograr objetivos”.

“Desde nuestra empresa ya egresaron 32 internos con una educación laboral”.