

CÓMO IMPLEMENTAR PROGRAMAS DE EJERCICIO TERAPÉUTICO EN CÁNCER, EN CLÍNICA DE FISIOTERAPIA

Para implementar programas debemos conocer:

- La fisiopatología del cáncer y sus diferentes tipos
- Conocer los diferentes tratamientos y sus efectos secundarios
- El manejo de Programas de Ejercicio Terapéutico e individualizarlos a cada Paciente

REQUISITOS PARA INICIAR UN PROGRAMA ONCOLÓGICO

COMPROBACIÓN DE REQUISITOS

- PASO 1: Convencer al paciente. Flyers/ Anuncios
 PASO 2: Conocer los Signos Vitales de Actividad Física
 PASO 3: Conocer las posibilidades reales de pacientes (PARQ)
 PASO 4: Cuantificar el riesgo Cardiovascular del paciente
 PASO 5: Comprobar los requisitos mínimos para iniciar programa de entrenamiento



VALORACIÓN DE SÍNTOMAS DERIVADOS DEL CÁNCER

- VALORACIÓN 1: Actividad Física del Paciente (IPAQ)
 VALORACIÓN 2: Fatiga Inducida por Cáncer (Piper)
 VALORACIÓN 3: Dolor asociado a Cáncer (Breve Inventario Dolor)
 VALORACIÓN 4: Fragilidad fisiológica

VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA

- VALORACIÓN 1: Composición corporal (Pliegues- ECO)
 VALORACIÓN 2: Capacidad cardiorespiratoria (6 min marcha/ Steep Ramp Test)
 VALORACIÓN 3: Fuerza (Dinamometría/ Test theraband)
 VALORACIÓN 4: Movilidad (Rotaciones / Abd, Schober, otts)
 VALORACIÓN 5: Control motor/ Propiocepción
 VALORACIÓN 6: Umbral dolor presión



ANALÍTICA PARA VALORAR NIVELES DE:

Niveles de hemoglobina	< 8g/dl	• Evitar moderada-alta intensidad en el ET • Aeróbico/Fuerza
Recuento global de neutrófilos	< 0,5 X 10 ⁹ L	• Evitar medio acuático riesgo de infecciones
Recuento global de plaquetas	< 50 X 10 ⁹ L	• Evitar actividades que conlleven contacto • Físico por riesgo de heridas
Fiebre	Hasta 38° valorar participación en programa de ET baja intensidad	• Encima de 38° C evitar participación hasta filiación de síntomas

FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO TERAPÉUTICO EN CÁNCER



MENOR RIESGO DE MORTALIDAD 18-25%



DISMINUCIÓN DEL CRECIMIENTO TUMORAL 31-67%

*ESTUDIOS REALIZADOS EN CÁNCER DE: PROSTATA, MAMA COLÓN