

COLEGIO DE FISIOTERAPEUTAS



Cuatro imágenes que dejó la celebración del Día de la Fisioterapia en el Espacio Lagares. L.R.

8 DE SEPTIEMBRE. El ejercicio terapéutico y la fisioterapia oncológica facilitan la recuperación

HERRAMIENTAS CONTRA EL CÁNCER

El Día Mundial de la Fisioterapia puso en valor en Logroño el ejercicio terapéutico y la fisioterapia oncológica

LOGROÑO

El presidente del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España, Gustavo Paseiro y el presidente de la Asociación Española de Fisioterapeutas –sociedad científica Decana de la Fisioterapia Española– Fernando Ramos, máximos representantes de la Fisioterapia nacional, estuvieron en Logroño en la celebración del Día Mundial de la Fisioterapia. Impartieron ponencias sobre por qué el ejercicio terapéutico debe de ser prescrito y supervisado por fisioterapeutas y sobre los beneficios de la fisioterapia oncológica.

En los últimos años el ejercicio físico ha demostrado ser una herramienta fundamental en el abordaje del cáncer. Pero no

todo ejercicio es igual ni vale para todas las personas y en el contexto oncológico, el ejercicio es un tratamiento sanitario, no una actividad genérica. Aquí es donde la fisioterapia oncológica desempeña un papel esencial.

Los tratamientos del cáncer (cirugía, quimioterapia, radioterapia, hormonoterapia o inmunoterapia) con frecuencia generan efectos secundarios que afectan a la función física, y a la calidad de vida del paciente limitando su autonomía y su reincorporación laboral.

Fisioterapia, ¿para qué?

La fisioterapia oncológica es una especialidad de los fisioterapeutas que aborda de manera específica las secuelas físicas derivadas del cáncer y sus tratamientos. El fisioterapeuta evalúa, trata y acompaña al paciente en todas las fases de la enfermedad: antes, durante y después.

Entre sus beneficios se en-

cuentra la reducción de la fatiga oncológica, mejora de la fuerza, movilidad, prevención y tratamiento del linfedema, disminución del dolor, mejora de la función respiratoria o la recuperación funcionalidad y autonomía (mejorando el equilibrio y disminuyendo el riesgo de caídas).

Todo ello basado en una valoración clínica, individualizada, adaptada al tipo de cáncer, estado general y posibles complicaciones.

El ejercicio terapéutico es una herramienta clave dentro de la fisioterapia oncológica. Numerosos estudios científicos avalan que cuando está correctamente pautado por fisioterapeutas ese ejercicio reduce la fatiga, mejora la tolerancia a los tratamientos...

En pacientes oncológicos, el ejercicio debe considerarse un acto sanitario ya que existen contraindicaciones y precauciones específicas.

La intensidad, el tipo y el vo-

lumen deben ajustarse, ya que el estado del paciente puede cambiar de una semana a otra.

Un ejercicio mal indicado puede empeorar síntomas o generar complicaciones.

Por criterios de seguridad clínica, el ejercicio en pacientes oncológicos debe ser orientado, pautado y supervisado por profesionales sanitarios como los fisioterapeutas.

Estos son profesionales sanitarios con formación específica en anatomía, fisiología, patología y ejercicio terapéutico. Su competencia profesional incluye la prescripción y supervisión de ejercicio en contextos de enfermedad, lesión o discapacidad.

En el ámbito oncológico, esta competencia es especialmente relevante. No se trata solo de 'hacer ejercicio'.

Saber cuándo se puede y cuándo no; adaptar el ejercicio a cirugías, catéteres, ostomías o metástasis; tener en cuenta efectos secundarios... Mientras

el paciente se encuentra en la fase sanitaria, en tratamiento o con secuelas clínicas activas, debe estar controlado por profesionales sanitarios.

Error frecuente

En la actualidad, parte de la población confunde el ejercicio terapéutico con el ejercicio general o entrenamiento físico.

Esta confusión puede llevar a que pacientes oncológicos realicen programas no adaptados a su situación clínica, lo cual puede ser peligroso.

No se trata de restar valor a otros profesionales, se trata de proteger la salud de la población. El ejercicio aplicado como tratamiento a una patología corresponde por formación y competencia al fisioterapeuta.

Un paciente oncológico no es 'un paciente normal que hace ejercicio' sino una persona con una condición clínica compleja que requiere conocimiento sanitario.

Se debe lanzar un mensaje claro a la población: el ejercicio es una medicina poderosa, pero como cualquier tratamiento, debe ser bien prescrito y supervisado por sanitarios. En oncología, el ejercicio terapéutico mantiene funcionalidad, calidad de vida, siempre que esté en manos adecuadas.