Ambas entidades han firmado un acuerdo de colaboración

GEICAM Y LA UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS, ALIADOS EN LA FORMACIÓN SOBRE EJERCICIO FÍSICO ONCOLÓGICO

- **La formación en ejercicio físico oncológico va a permitir que los alumnos conozcan la evidencia científica de su aplicación en la prevención y tratamiento de los pacientes con cáncer de mama**

- **El Ejercicio Físico Oncológico es una de las principales líneas de investigación en las que trabaja en la actualidad el Grupo GEICAM**

- **La mejora de la salud, la calidad de vida y la supervivencia de las pacientes son algunos de los beneficios de este tipo de ejercicio**

Madrid, 19 de marzo de 2018.- El **Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama** y la **Universidad Rey Juan Carlos** han celebrado una **jornada formativa sobre ejercicio físico en pacientes con cáncer de mama,** una actividad enmarcada dentro del acuerdo de colaboración suscrito por ambas entidades y que, entre otros, tiene como objetivo la realización de manera conjunta de actividades de formación y difusión sobre el ejercicio físico oncológico.

El ejercicio físico oncológico debe estar pautado y controlado por un profesional y su objetivo es prevenir o reducir los efectos secundarios de los tratamientos oncológicos de manera individual. En opinión de la **doctora Eva Carrasco**, directora científica de GEICAM, *"la investigación sobre ejercicio físico oncológico demuestra cada día los beneficios que tiene la actividad física saludable para las personas que siguen un tratamiento oncológico. Además de estar basado en evidencia científica, este tipo de ejercicio fortalece el sistema inmunitario, aumenta la supervivencia, disminuye la fatiga, ayuda a recuperar un peso saludable y, en general, mejora la calidad de vida de las pacientes".*

Teresa Zomeño, paciente y doctora especialista en Actividad Física y Deportes considera que, *"el ejercicio físico debería incluirse en el tratamiento a las pacientes ya que la quimioterapia, en muchas ocasiones, deteriora durante tiempo el estado general del organismo". "En este caso* - continúa - *el deporte se convierte en un gran aliado ya que no solo ayuda al cuerpo a recuperarse físicamente sino que también puede conseguir mejoras a nivel psicológico en aspectos como la ansiedad o el miedo".*

Jornadas de ejercicio físico en pacientes con cáncer de mama

En el transcurso de la jornada, los asistentes han recibido información sobre el contexto global del paciente con cáncer de mama en lo referente a sus aspectos epidemiológicos, de diagnóstico y sociales, además de entender el papel del ejercicio físico como factor coadyuvante a la calidad de vida e incluso a la probabilidad de curación. Todos estos factores han sido desarrollados por el **doctor Carlos Jara Sánchez**, profesor titular de Medicina de la Universidad Rey Juan Carlos y jefe de la Unidad de Oncología del Hospital Universitario Fundación Alcorcón a quien le sorprende el poco tiempo que dedicamos a cuidar nuestro cuerpo con una dieta apropiada y ejercicio físico regular. *"Sería mucho más coste eficiente* – ha

manifestado - *dedicar recursos sanitarios a concienciar al ciudadano de que cuide su peso y actividad física, que dedicarlos a otras actuaciones sanitarias costosas y de menor rentabilidad, pero en nuestra sociedad no está de moda el esfuerzo ni la autodisciplina".*

El doctor Jara también ha manifestado la idoneidad del acuerdo de colaboración entre GEICAM y la Universidad Rey Juan Carlos pues considera esta una línea de desarrollo obvia y atractiva para el Grupo de cara a su proyección académico/universitaria. Para el profesor titular de Medicina de la Universidad Rey Juan Carlos, *"este convenio debe convertirse en el punto de partida de proyectos de investigación que lleven a una generación de más conocimiento científico de calidad en cáncer de mama".*

En la jornada se han presentado aspectos relevantes relacionados con la actividad física que conciernen a alumnos de múltiples titulaciones universitarias y, en la misma, también han participado la **Doctora Soraya Casla, coordinadora del Programa de Ejercicio Físico Oncológico de GEICAM** que ha explicado los pormenores del ejercicio físico oncológico y la importancia de realizar ejercicio durante el tratamiento, adaptando la intensidad a las necesidades de cada etapa.

Por su parte, la **doctora Ángela del Río, presidenta de la Asociación Española de Linfedema** con quien GEICAM también ha firmado recientemente un acuerdo de colaboración para el desarrollo de actividades de formación a profesionales especializados en patología linfática y fisioterapia oncológica, ha puesto encima de la mesa la importancia del linfedema secundario en pacientes con cáncer de mama.

La **doctora Eva Carrasco** ha sido la encargada de trasladar los mensajes de GEICAM sobre el proyecto que desarrolla el Grupo en torno al ejercicio físico oncológico y cuyos objetivos son: liderar la investigación clínica y traslacional sobre el impacto del ejercicio físico en la evolución de la enfermedad oncológica, generar una red de profesionales especialistas en esta área así como divulgar y educar en la importancia del ejercicio oncológico.

El encuentro ha finalizado con una mesa redonda en la que todos los participantes han departido sobre el ejercicio físico en pacientes con cáncer desde un enfoque multidisciplinar.

Formación de Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

La formación en ejercicio físico oncológico permitirá a los alumnos conocer la evidencia científica de la aplicación del ejercicio físico en la prevención y el tratamiento terapéutico del cáncer. Dentro de esta formación se contempla la especialización en el ámbito de la Preparación Física y Salud razón por la que los estudiantes recibirán formación sobre las bases científicas que fundamentan el desarrollo de la actividad física saludable. En opinión de **Fernando del Villar,** coordinador del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Rey Juan Carlos, el convenio firmado con GEICAM, *"nos permite desarrollar inicialmente un programa formativo a través de esta jornada y especialmente a través de la puesta en marcha de un Curso de Verano que coorganizamos del 2 al 4 de julio y en el que se abordarán temas como la epidemiología y descripción fisiopatológica del cáncer, su tratamiento terapéutico interdisciplinar y los programas de ejercicio físico para pacientes".*

La formación en ejercicio físico oncológico va a permitir que los preparadores físicos conozcan la evidencia científica de la aplicación de este tipo de ejercicio en la prevención y el tratamiento del cáncer. *"Estamos ante un nuevo paradigma de dosis/efecto en la aplicación del ejercicio físico como medio terapéutico"*, ha concluido Del Villar.

Proyecto GEICAM de Ejercicio Físico Oncológico

La puesta en marcha de este Proyecto, que convierte al Grupo en referente europeo en este ámbito, tiene un triple objetivo: liderar la investigación sobre los beneficios del ejercicio en la evolución del cáncer

y sus secuelas, generar una red de especialistas en la materia, y divulgar la importancia de mantenerse activo a pacientes, instituciones y población general. Además, **GEICAM** ha desarrollado el primer estudio epidemiológico español que evalúa el impacto de distintos factores, incluyendo el ejercicio físico, en el riesgo de desarrollar cáncer de mama, para valorar en qué medida cumplir las recomendaciones internacionales sobre ejercicio físico se asocia con menos posibilidades de desarrollar la enfermedad.

El cáncer de mama en España

En España se diagnostican 26.000 nuevos casos de cáncer de mama cada año, el 30% de todos los tumores del sexo femenino, siendo la primera causa de muerte por cáncer entre las mujeres. En nuestro país, una de cada ocho mujeres sufrirá cáncer de mama a lo largo de su vida, el tumor más frecuente en las mujeres occidentales, estimándose que en Europa la probabilidad de desarrollar un cáncer de mama antes de los 75 años es del 8%. Los programas de prevención y los avances obtenidos en la investigación de nuevos tratamientos han permitido aumentar la supervivencia, que en España se sitúa por encima del 80% a los 5 años del diagnóstico.

Los datos epidemiológicos sobre linfedema son variados porque no se ha realizado un seguimiento adecuado durante años. En la actualidad, se estima que más del 20% de los pacientes tratados por cáncer de mama desarrollará un linfedema secundario, siendo los principales factores de riesgo la radioterapia, la linfadenectomía y la obesidad.

Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama

GEICAM es el grupo líder en investigación en cáncer de mama en España, y cuenta en la actualidad con un reconocido prestigio a nivel internacional. Actualmente está constituido por casi 800 expertos, que trabajan en 184 hospitales de toda España. Entre sus principales objetivos está promover la investigación, clínica, epidemiológica y traslacional, la formación médica continuada, y la divulgación para facilitar la información a las afectadas acerca de los tratamientos y sus efectos secundarios, para promover así su participación en ensayos clínicos. Desde su constitución en 1995 hasta el momento GEICAM ha realizado más de un centenar de estudios en los que han participado más de 46.000 mujeres. Para más información, puedes visitar la página oficial www.geicam.org o seguirnos en Twitter @GEICAM, @GeicaMujer, en Facebook.com/GEICAM e Instagram @GEICAM.

Universidad Rey Juan Carlos

La Universidad Rey Juan Carlos, fundada en 1996, es la más nueva de las universidades públicas de la Comunidad de Madrid. Cuenta en la actualidad con cerca de 46.000 estudiantes matriculados en titulaciones oficiales y se convierte en la segunda universidad pública con más alumnos de la región. La URJC cuenta con cinco campus: Alcorcón, Aranjuez, Fuenlabrada, Madrid y Móstoles, y ofrece, en el curso 2018-2019, 342 titulaciones, de las cuales 63 son de Grado, 9 de habla inglesa, 9 semipresenciales, 74 Dobles Grados y 72 Másteres Universitarios, que se distribuyen en cinco ramas de conocimiento. La Universidad Rey Juan Carlos impulsa proyectos de cooperación activa con empresas e instituciones científicas y culturales, puesto que uno de sus objetivos prioritarios es ser permeable al entorno social y productivo. Buscando la excelencia académica para obtener la mejor cualificación profesional de los alumnos.

Para más información:

Sonsoles Pérez /Cristina García
Planner Media
Tfno. 91 787 03 00

Roser Trilla
Comunicación GEICAM
Tfno. 91 659 28 70

Josep Roure
Director de Comunicación URJC
Tfno. 91 488 82 59