

El Grupo GEICAM lidera esta iniciativa en nuestro país

GEICAM Y AEL FIRMAN UN ACUERDO DE COLABORACIÓN PARA REALIZAR ACTIVIDADES DE FORMACIÓN EN EL ÁREA DE EJERCICIO FÍSICO Y CÁNCER

- **Generar una red de especialistas en la materia es uno de los objetivos del Proyecto de Ejercicio Físico Oncológico de GEICAM**
- **La disminución de la fatiga, la prevención y el tratamiento del linfedema y la mejora de la calidad de vida, son algunos de los beneficios de este tipo de ejercicio**

Madrid, 16 de enero de 2018.- El Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama y la **Asociación Española de Linfedema (AEL)** han firmado un acuerdo de colaboración que tiene como objetivo la realización de manera conjunta de actividades de formación y difusión a distintos colectivos, sobre el cáncer, el linfedema, la fisioterapia oncológica y el ejercicio físico, entre otras.

La **doctora Eva Carrasco**, directora científica de GEICAM, valora mucho esta alianza tras la puesta en marcha de la línea de trabajo que permite al Grupo evaluar el impacto positivo del ejercicio físico en la prevención del cáncer de mama y en la evolución de las pacientes afectadas por este tumor. *“Consideramos vital este nuevo convenio para seguir avanzando en esta materia pues las pacientes necesitan planes de ejercicio individualizados, desarrollados y supervisados por profesionales formados. Esta circunstancia les ayudará a mantener su independencia física y a mejorar su calidad de vida”,* ha manifestado.

Para la **doctora Ángela Río**, presidenta de AEL y **Paloma Domingo**, vicepresidenta, se considera muy importante contar con el apoyo de una entidad como GEICAM para ayudar a visibilizar el trabajo que hace la Asociación en el abordaje de los supervivientes de cáncer y el tratamiento de algunas de las secuelas que presentan estos pacientes. *“Este convenio ayudará en la formación y divulgación del linfedema secundario como una de las principales consecuencias del tratamiento de muchos tipos de cáncer, con especial atención en el cáncer de mama, lo que ayudará a su prevención y adecuado tratamiento, a romper mitos sobre ejercicio y linfedema, y a mejorar la formación de profesionales especializados en patología linfática y fisioterapia oncológica, trabajando de manera interdisciplinar. Todo ello para mejorar la calidad de vida de los pacientes”,* puntualizan.

Proyecto GEICAM de Ejercicio Físico Oncológico

El ejercicio físico oncológico debe estar pautado y controlado por un profesional, y debe ser individualizado en función de la situación clínica de cada paciente. Se realiza para reducir o prevenir (minimizar) los efectos secundarios de los tratamientos, y por sus efectos globales en el organismo. Este tipo de ejercicio mejora el estado de salud, la calidad de vida y aumenta la supervivencia de los pacientes.

La puesta en marcha de este Proyecto, que convierte al Grupo en un 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 del 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.

Beneficios del ejercicio físico oncológico

La **doctora Soraya Casla**, coordinadora de Programas de Ejercicio Físico Oncológico de **GEICAM**, ha manifestado que, *“basándonos en la creciente evidencia científica en este ámbito estamos viendo que los pacientes oncológicos que siguen un plan de ejercicio individualizado y supervisado, reducen y previenen diferentes efectos secundarios que afectan a su calidad de vida. Sin embargo, parece que los beneficios no son solo físicos y, por ello, se continúa investigando sobre el posible impacto que el ejercicio físico puede tener en el tumor”*.

Entre otros beneficios, el ejercicio físico oncológico contribuye al fortalecimiento del sistema inmunitario, mejora de la funcionalidad cardiaca, disminuye la fatiga, ayuda a recuperar un peso saludable, mejora la calidad de vida y aumenta la supervivencia. Asimismo, se ha demostrado científicamente que el ejercicio físico aeróbico y de fuerza beneficia a la evolución del linfedema, siempre que sea controlado y dirigido por un profesional especializado, realizado lentamente y esté bien indicado.

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.

Asociación Española de Linfedema (AEL)

AEL nace en mayo de 2016 con el objetivo de que el paciente tenga acceso a tratamientos de máxima calidad y a información científica contrastada y veraz. La asociación busca sensibilizar sobre la existencia del linfedema, para ayudar a prevenirlo o tratarlo si ya existe, fomentar la investigación, poner en conocimiento de todos las últimas novedades relacionadas con linfedema, lipedema y patología veno-linfática. Pueden formar parte de la asociación profesionales sanitarios (médicos, fisioterapeutas, enfermeros, podólogos, psicólogos, nutricionistas...), profesionales de la actividad física y el deporte, y personas voluntarias (pacientes, familiares, estudiantes...).

También puedes visitar www.aelinfedema.org o seguirnos en Twitter @AELinfedema y en Facebook.com/aelinfedema.

Para más información:

Sonsoles Pérez /Cristina García

Planner Media
Tfno. 91 787 03 00

Roser Trilla

Responsable Comunicación GEICAM
Tfno. 91 659 28 70