

«Con ejercicio físico especializado los pacientes de cáncer logran mejorar su calidad de vida»



C. A. D.

C. A. D. CASTELLÓN

El profesor titular del Departamento de Enfermería de la Universitat Jaume I de Castellón, Eladio Collado, fue uno de los impulsores de la Facultad de Ciencias de la Salud. Decano de esta Facultad desde hace dos años, Collado también lidera desde sus orígenes la Cátedra de Actividad Física y Oncología, Fundación José Soriano Ramos, un ambicioso proyecto que además de todos los beneficios físicos proporciona optimismo y resiliencia a los pacientes con cáncer.

Pregunta. Tras dos años de funcionamiento de la Cátedra que dirige, ¿qué balance hace de la trayectoria de la misma?

Respuesta. El balance es muy satisfactorio, muy positivo. La cátedra ha logrado estabilizarse como un proyecto de gran calado social y aumentar el número de apoyos, permitiendo su crecimiento y «soñar» con que este proyecto ha llegado para quedarse, de la mano de los oncólogos de la provincia, y lo más importante, al servicio de los ciudadanos de la provincia que inevitable y tristemente podemos sufrir un cáncer en los próximos meses o años.

P. ¿Considera que las administraciones públicas deberían aportar más fondos para estas entidades que tanto apoyan a los pacientes de cáncer?

R. Que el ejercicio físico como terapia adyuvante al tratamiento oncológico, se pueda ofertar desde las consultas de oncología de un hospital público solo pasa en Castellón y es algo excepcional. El éxito radica en el binomio generado entre la Sanidad y la UJI. Para que esto funcione, a parte de la profesionalidad, el compromiso y la organización, son necesarios recursos y sin el apoyo de las administraciones públicas, no es factible, aunque hay que resaltar que esta iniciativa nació con el apoyo exclusivo de entidades privadas como la fundación José Soriano Ramos de Vila-Real o la Fundación Le Cadó de Burriana. Afortunadamente, tras el primer año, hemos logrado apoyos fundamentales desde administraciones públicas como los Ayuntamientos de Vila-Real y Burriana y la propia Diputación de Castellón. Y ahora estamos de enhorabuena, dado que el ayuntamiento

de Castellón y probablemente el de Peñíscola van a pasar a ser nuevos colaboradores de la cátedra. Creo que es una forma excepcional de utilizar nuestros impuestos y todo mi agradecimiento y admiración para estos políticos.

P. ¿Cuántos pacientes oncológicos se han beneficiado ya de la Cátedra?

R. Las y los pacientes, sin duda alguna, son nuestro principal capital, fortaleza y orgullo, hemos formado una gran familia que ha crecido en un ambiente muy positivo de superación, de lucha, de hermandad y todos lo tenemos muy claro: "Yo soy CAFO". En julio acabamos el curso trabajando con 240 pacientes en 2 sedes, y este año hemos arrancado ya con 160 pacientes en 14 grupos de trabajo y 3 sedes, aunque nuestras posibilidades de seguir creciendo con los recursos actuales son ya muy limitadas.

P. ¿Son mayoría las mujeres entre los participantes que se benefician de las acciones de esta cátedra?

R. Sí, porque nuestros primeros programas estaban todos vinculados al cáncer de mama, por su prevalencia, su tasa de supervivencia y los severos efectos secundarios de los tratamientos. Ahora mismo estamos incorporando nuevos programas como el de cáncer de pulmón o el de próstata y es-

to hace que poco a poco, se vayan incorporando cada vez más hombres.

P. ¿Cómo colabora la UJI en la Cátedra y los alumnos de Ciencias de la Salud y de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte? ¿Cree que la especialización en Salud de Ciencias de Deporte de la UJI es beneficioso para la Cátedra?

R. La cátedra está formada por Elena García (la verdadera líder y experta en Ejercicio físico oncológico) y un fabuloso equipo multidisciplinar de profesionales de la salud, todos profesores de la Facultad de Ciencias de la Salud y también del grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Llevamos la carga y el día a día de la cátedra, a parte de nuestras obligaciones docentes, de investigación y gestión, la verdad es que es complicado y el grado de implicación y compromiso personal es muy alto. Como dice Anca, una de nuestras pacientes más especiales, somos TITANES, la verdad es que estoy extremadamente agradecido al equipo. Los alumnos son voluntarios de la cátedra y nos ayudan en las valoraciones de pacientes y participan en diversas actividades, el contacto con el día a día del paciente oncológico,

creo que les abre la mente y los sitúa en la realidad, haciéndoles crecer como personas. La especialización en Salud de Ciencias de Deporte de la UJI es fundamental para el futuro de la cátedra, nosotros hemos iniciado la senda, y este camino lo heredarán ellos y seguro que lo harán mucho mejor que nosotros.

P. ¿Qué beneficios tiene un paciente oncológico que pueda practicar deporte?

P. Quiero dejar claro que nosotros no curamos el cáncer ni mucho menos, para eso están los verdaderos e importantes héroes que tenemos en los hospitales de la provincia, oncólogos, cirujanos, personal de enfermería, nosotros estamos a su servicio. Los tratamientos contra el cáncer no son inocuos y conllevan severos efectos secundarios físicos, psíquicos y sociales, un peaje a pagar en pro de la curación. Fatiga, vómitos, dolores articulares, pérdida de masa muscular, osteopenia, debilidad, inmunodepresión, apatía, ansiedad, depresión, incompreensión, aislamiento, son consecuencias habituales del tratamiento y merman mucho la calidad de vida del paciente.

Con los programas de ejercicio físico especializado, dirigido y supervisado que desarrollamos en la cátedra, obtenemos pacientes más fuertes y con mayor resistencia, que pueden llevar una vida casi normal, o incluso con mayor actividad que antes de enfermar.

Pacientes más optimistas, con mejor sistema inmune, mejor tolerancia a los tratamientos, que se empoderan ante la enfermedad, resilientes, que sacan lo mejor de su

La especialización en salud del grado de Deporte es clave para la Cátedra

vivencia y, ante todo, tienen una mejor calidad de vida que al final, es nuestro principal objetivo, no solo se trata de sobrevivir al cáncer.

P. ¿Qué proyectos de investigación tiene en marcha la cátedra y cuáles tiene previsto abordar en estos próximos años?

R. Con los proyectos de investigación tenemos una misma variable dependiente y una obsesión centrada en mejorar la calidad de vida de los pacientes con cáncer. En la actualidad tenemos 6 proyectos de investigación en marcha, 3 sobre cáncer de mama orientados al tratamiento sistémico de la enfermedad, la osteoporosis en pacientes con tratamientos hormonales y el más novedoso, la modulación del ejercicio físico sobre el estrés oxidativo generado por la quimioterapia. Este año hemos incorporado un nuevo proyecto en cáncer de próstata metastásico y el programa «Activarte» de AEACaP que desarrollamos en pacientes con cáncer de pulmón. Y un último proyecto pionero y novedoso que estamos desarrollando a nivel multicéntrico en los hospitales de la Plana, General y Provincial, de rehabilitación en pacientes con tumores malignos abdomino-pélvicos, aquí se trata de intervenir antes de la cirugía con el objetivo de mejorar los resultados quirúrgicos.

CASTELLÓN, PUNTO DE ENCUENTRO ESTATAL EN EL ÁMBITO CIENTÍFICO

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universitat Jaume I de Castellón acogerá los próximos días 15 y 16 de noviembre la primera edición del Congreso Nacional de Ejercicio Físico y Oncología, organizado por la Cátedra de Actividad Física y Oncología, Fundación José Soriano Ramos. Actualmente el ejercicio físico está mostrándose como un gran recurso adyuvante a las terapias

oncológicas y cada vez son más los grupos de investigación en el panorama nacional que están ahondando en su conocimiento y desarrollo. La Cátedra de la Jaume I ha organizado este primer Congreso con el firme convencimiento de convertirse en un punto de encuentro estatal en el que poder dar a conocer las últimas evidencias científicas y generar un espacio para compartir experiencias

entre los diferentes grupos vinculados al deporte y la oncología en el entorno sanitario nacional. Para este congreso se han recibido más de 30 comunicaciones científicas de diversos puntos de toda España y contará con ponencias y mesas multidisciplinarias de expertos, así como una interesante mesa con aportaciones de las y los propios pacientes oncológicos que han vivido el tratamiento de su enfermedad haciendo ejercicio físico de la mano de la cátedra. El momento más especial del congreso será sin duda el acto don el que

se conmemorará el segundo aniversario de la Cátedra de Actividad Física y Oncología, que tendrá lugar la tarde del día 15 en el Paraninfo del campus del Riu Sec. Además, en el marco de este evento se estrenará el documental denominado "Yo soy CAFO" en memoria de la Oncóloga del Hospital Provincial, Carmen Herrero, firme precursora de la Cátedra desde sus inicios y paciente de la misma en el transcurso de su enfermedad. Al finalizar el acto, se servirá un vino de honor, cortesía del Grupo Gastronómico Peñalen.