



Un programa de fisioterapia y ejercicio mejora el estado general de las mujeres con cáncer de mama

05/03/2012

* **La fatiga inducida por este tipo de cáncer provoca en las mujeres que son operadas un estado psicológico caracterizado por depresión y mala imagen corporal, una mayor sensibilidad al dolor cervical y una disminución de la movilidad del hombro**

- **Científicos de la [Universidad de Granada](#) abogan por un tratamiento multimodal para combatir las secuelas**



Científicos de la [Universidad de Granada](#), en colaboración con el Hospital Universitario "Virgen de las Nieves de Granada, han desarrollado un programa de fisioterapia y ejercicio físico que permite reducir considerablemente el dolor musculoesquelético que padecen las mujeres con cáncer de mama debido a su tratamiento. Un trabajo que ha demostrado que la terapia física resulta muy efectiva para la disminución de la fatiga y de la α -amilasa, y mejora del rango de movimiento cervical, la fuerza muscular y el estado general de las mujeres con cáncer de mama.

La fatiga inducida por este tipo de cáncer provoca en las mujeres que son operadas un estado psicológico caracterizado por depresión y mala imagen corporal, una mayor sensibilidad al dolor cervical y una disminución de la movilidad del hombro, por lo que esta fatiga tiene un fuerte carácter multidimensional. La investigación de la [UGR](#) ha revelado que un programa multimodal de fisioterapia y ejercicio físico es la mejor opción para paliar las secuelas de esta enfermedad.

En este trabajo participó un grupo de mujeres tratadas por cáncer de mama derivadas del Servicio de Oncología del Hospital Virgen de las Nieves de Granada. A todas ellas se les realizó una serie de estudios descriptivos para profundizar en el conocimiento de las características principales de la muestra, así como estudios clínicos de intervención mediante diferentes protocolos de fisioterapia (para el abordaje de la fatiga y el dolor) y actividad física (para el abordaje de la fatiga).

Resultados prometedores

Los resultados de esta investigación han resultado ser más que prometedores. Así, el programa multimodal de 8 semanas basado en ejercicio físico y técnicas de recuperación propias de la fisioterapia produjo una mejora en los niveles de alfaamilasa salival, la fuerza muscular y la movilidad a nivel cervical y del hombro del lado operado de las mujeres. Asimismo, disminuyó la fatiga y los disturbios en el estado de ánimo. Estos resultados fueron visibles tanto tras la finalización del programa (8 semanas) como a los 6 meses de seguimiento.

El estudio realizado en la **UGR** ha confirmado que la fuerza evaluada mediante dinamometría está fuertemente correlacionada con la calidad de vida y la salud general en supervivientes de cáncer de mama. En relación al dolor, los científicos encontraron una hipersensibilidad generalizada en mujeres con dolor postmastectomía, sin existir diferencias significativas entre los diferentes tipos de cirugía (mastectomía-lumpectomía), lo que muestra que otros factores están influyendo en la generalización de procesos algidos (relacionados con el dolor). La terapia manual se mostró eficaz en la mejora de la función inmunológica y del estado de ánimo en mujeres con una actitud positiva hacia el tratamiento.

Los científicos realizaron una descripción de los procesos de hipersensibilidad central y periférica en mujeres tratadas por cáncer de mama mediante el estudio de los umbrales de dolor a la presión y los puntos gatillo miofaciales que caracterizan el dolor musculoesquelético. Además, efectuaron una evaluación de la efectividad de la terapia manual sobre el estado psicoinmunológico y el dolor inducido por el cáncer.

Los autores de este trabajo son **Irene Cantarero Villanueva, Carolina Fernández Lao y Manuel Arroyo Morales**, del departamento de Fisioterapia de la Universidad de Granada, y **César Fernández de las Peñas**, de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid. La investigación ha recibido el **Primer premio de Investigación 2011 del Ilustre Colegio de Fisioterapia de Andalucía**.

Referencias bibliográficas:

- Fernández-Lao C, Cantarero-Villanueva I, Fernández-de-las-Peñas C, Del-Moral-Ávila R, Menjón-Beltrán S, Arroyo-Morales M. "Widespread mechanical pain

hypersensitivity as a sign of central sensitization after breast cancer surgery: comparison between mastectomy and lumpectomy". Pain Med. 2011 Jan;12(1):72-8. doi: 10.1111/j.1526-4637.2010.01027.x. Epub 2010 Dec 10. PubMed PMID: 21143767.

- Cantarero-Villanueva I, Fernández-Lao C, Del Moral-Avila R, Fernández-de-Las Peñas C, Feriche-Fernández-Castanys MB, Arroyo-Morales M. "Effectiveness of core stability exercises and recovery myofascial release massage on fatigue in breast cancer survivors: a randomized controlled clinical trial". Evid Based Complement Alternat Med. 2012;2012:620619. Epub 2011 Jul 17



En la imagen adjunta, de izquierda a derecha, los

investigadores de la Universidad de Granada Carolina Fernández Lao, Manuel Arroyo Morales, Irene Cantarero Villanueva y Noelia Galiano Castillo

Contacto:

- Irene Cantarero Villanueva. Departamento de Fisioterapia de la **Universidad de Granada**. Correo electrónico: irenecantarero@ugr.es
- Carolina Fernández Lao. Departamento de Fisioterapia de la **Universidad de Granada**. Correo electrónico:
LINK: --LOGIN--05fa8de7d4e8c3fdb4864be0a584142cugr[dot]es -> --LOGIN--05fa8de7d4e8c3fdb4864be0a584142cugr%5Bdot%5Des

UGR Divulga - Gabinete de Comunicación

UNIVERSIDAD DE GRANADA

Acera de San Ildefonso, s/n. 18071. Granada (España)

Tel. 958244278

Correo e. LINK: --LOGIN--f142d1868dc5e77b65cb241be981573augr[dot]es -> --

LOGIN--f142d1868dc5e77b65cb241be981573augr%5Bdot%5Des

Sitio web: LINK: <http://www.canalugr.es> -> <http://www.canalugr.es>

Facebook: <http://www.facebook.com/UGRdivulga>

Twitter: <http://twitter.com/UGRdivulga>

- LINK: PROPUESTA DE ACTIVIDADES CANAL UGR -> <http://canal.ugr.es/prensa-y-comunicacion/item/54050>
- **CANALUGR: RECURSOS DE COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN**

<http://secretariageneral.ugr.es/>

- VER MÁS NOTICIAS DE LA UGR
- BUSCAR OTRAS NOTICIAS E INFORMACIONES DE LA UGR PUBLICADAS Y/O RECOGIDAS POR EL GABINETE DE COMUNICACIÓN
- RESUMEN DE MEDIOS IMPRESOS DE LA UGR
- RESUMEN DE MEDIOS DIGITALES DE LA UGR
- Perfiles oficiales institucionales de la UGR en las redes sociales virtuales Tuenti, Facebook, Twitter y YouTube