

Reus

Cristina Adillón Camón Fisioterapeuta

«LA FISIOTERAPIA ONCOLÓGICA MEJORA LA CALIDAD DE VIDA»

Entrevista

Con una extensa trayectoria profesional, asegura que la especialidad «aborda las consecuencias tras las modalidades de tratamiento frente al cáncer, como la cirugía, la quimioterapia y la radioterapia»

SÍLVIA FORNÓS
REUS

Cristina Adillón Camón (El Pont de Suert, Lleida, 1992) es fisioterapeuta y profesora asociada al Grado de Fisioterapia de la Universitat Rovira i Virgili (URV) en la Facultat de Medicina i Ciències de la Salut en Reus. Además de ser coordinadora de la Secció Territorial Camp de Tarragona del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, también es miembro del grupo de investigación *Exercise as Health* e investigadora principal en Fisioterapia en oncología y en Detección y Prevención de lesiones en baloncesto. Doctorando en Biomedicina en la URV y coordinadora y docente del Posgrado en Ejercicio Terapéutico, Prevención y Readaptación de lesiones de la misma universidad. Su experiencia profesional se centra en el paciente pediátrico, la fisioterapia oncológica, el ejercicio físico terapéutico y las lesiones deportivas en el baloncesto. También es fisioterapeuta de la selección cadete de la Federación Catalana de baloncesto y de las categorías de formación de la Federación Española de Baloncesto.

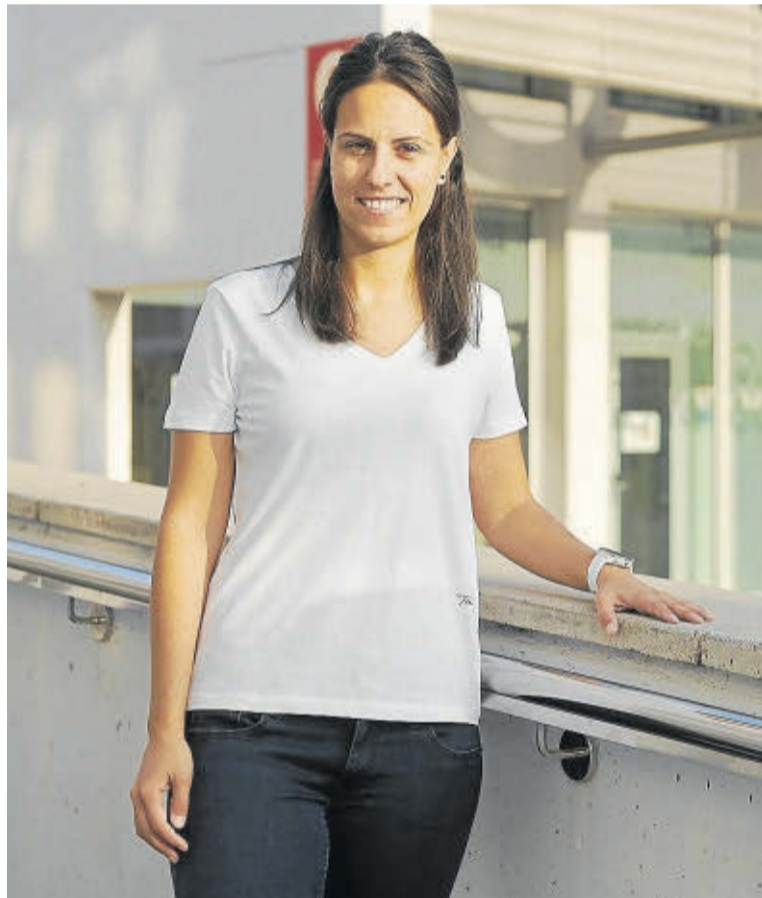


Imagen de la fisioterapeuta Cristina Adillón Camón. FOTO: FABIÁN ACIDRES

La semana pasada se celebró una jornada sobre fisioterapia oncológica en Tarragona. ¿Por qué son importantes este tipo de encuentros?

Son importantes para actualizar el estado de la fisioterapia en este ámbito y también para dar a conocer y compartir todos los aspectos del trabajo de los fisioterapeutas en oncología dentro de la misma profesión, como parte del equipo interdisciplinario y también en la población en general. Es una oportunidad para crear espacios de conocimiento y de intercambio entre profesionales, para dar a conocer y promover la fisioterapia en oncología.

¿Cuáles son las secuelas derivadas de un proceso oncológico y sus tratamientos?

La fatiga, la disminución de la condición física, el dolor, la alteración del sueño y la ansiedad son los

efectos generales más prevalentes del tratamiento oncológico, pero también pueden aparecer alteraciones cardiorrespiratorias, anemias, trastornos en la alimentación o secuelas motoras (neurológicas y musculoesqueléticas), cognitivas afectivas y sensoriales, entre otras.

¿En qué tipos de cáncer es más recomendable y por qué?

En mayor o menor medida la fisioterapia ayuda en todos los tipos de cáncer teniendo en cuenta que ni lo cura ni lo trata, sino que tiene un papel importante en la prevención, y es el tratamiento de elección para abordar la mayor parte de las consecuencias o secuelas físicas derivadas del tratamiento, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los pacientes mediante el ejercicio terapéutico, la terapia manual y la educación terapéutica.

¿Y los beneficios de la fisioterapia oncológica?

La fisioterapia oncológica puede ayudar a reducir los efectos adversos de los tratamientos médicos y aborda las disfunciones y alteraciones del paciente tras las diferentes modalidades de tratamiento frente al cáncer como la cirugía, quimioterapia y radioterapia. También puede influir directamente en el estado emocional, dado que mejorando el estado físico se mejora la calidad de vida de los pacientes que sufren un proceso oncológico.

¿Cómo es la intervención?

La intervención de fisioterapia empieza en el momento del diagnóstico con el objetivo de prevenir o minimizar los déficits que se pueden prevenir (prehabilitación). Continúa durante el tratamiento médico o quirúrgico para recuperar la funcionalidad afectada o facilitar

la adaptación (rehabilitación). Sigue después del tratamiento (readaptación) para integrar al paciente al entorno y conseguir la readaptación al esfuerzo; y en los casos sin resolución, también acompaña en el final de vida para mejorar el bienestar y autonomía del paciente.

¿Qué tipo de ejercicios y/o tratamientos se hacen?

En la fase de debut la fisioterapia se centra en valorar al paciente para conocer su estado y motivarlo para realizar ejercicio físico. Durante el tratamiento de quimioterapia o en la fase prequirúrgica se prepara al paciente para minimizar las secuelas del tratamiento médico con técnicas para mantener el balance articular, muscular y la funcionalidad. En la fase postquirúrgica las técnicas se centran en la reeducación, el tratamiento de las secuelas para recuperar la autonomía y mantener la condición física; siendo el ejercicio terapéutico la base de todo el proceso.

¿La fisioterapia contribuye a acelerar el proceso de recuperación?

La fisioterapia y el ejercicio terapéutico individualizado, progresivo y supervisado por un fisioterapeuta en pacientes oncológicos, tiene efectos positivos en las consecuencias, tanto físicas como emocionales, del proceso oncológico. Además, mejora la funcionalidad y la calidad de vida de estos pacientes, ayudándolos a adaptarse a su nueva situación en todos los aspectos e intentando reducir al máximo las secuelas de la enfermedad y los tratamientos.

¿Por qué no está consolidada la fisioterapia oncológica?

Porque hay pocos pacientes que tienen el privilegio de acceder a un centro especializado multidisciplinar donde el fisioterapeuta está presente. Para poder decir que la fisioterapia oncológica está consolidada habría que llegar a la situación en que se incrementara el interés público y político para

que se pudieran destinar más recursos sanitarios y se trabajara de forma multidisciplinar en todos los centros sanitarios, desde centros de atención primaria como hospitales.

El objetivo es mejorar la calidad de vida de los pacientes.

La fisioterapia puede ayudar a mejorar la calidad de vida de estas personas, sea cual sea el tipo de cáncer y durante todo el proceso; ya que ayuda a mantener y mejorar la fuerza muscular, la movilidad, la función respiratoria; previene y mejora la fatiga, mejora la calidad del sueño, disminuye la ansiedad y facilita la independencia durante las actividades de la vida diaria. También mejora la tolerancia al ejercicio físico, al esfuerzo y permite una readaptación física al trabajo.

Desde la Facultat de Medicina de la URV, ¿qué importancia se le da al conocimiento de la fisioterapia oncológica?

En los últimos años el Grado de Fisioterapia ha adaptado el conocimiento a las necesidades del título desarrollando y aplicando una docencia lo más acorde posible con el contenido onco-hematológico, para que el futuro fisioterapeuta se encuentre capacitado para comprender y abordar los problemas de alta complejidad que conllevan las enfermedades oncológicas, aplicando los conocimientos específicos tanto teóricos como prácticos.

¿Cuál es el futuro?

Predecir el futuro es difícil, pero por suerte o por desgracia la fisioterapia oncológica estará presente, ayudará y acompañará a muchas personas en los próximos 20 años. En este tiempo se prevé que se doble la incidencia del cáncer ya sea por el envejecimiento de la población o por el aumento del número de personas que sobreviven, ya que actualmente los tratamientos médicos cada vez son más específicos y el nivel de supervivencia se ha duplicado en los últimos 40 años.