

## Fisioterapia en el Cáncer de Mama.

### Abordaje activo mediante Ejercicio Terapéutico

**Docente:** [Cristina Roldán Jiménez](#). Fisioterapeuta y Doctora en Ciencias de la Salud.

**Duración:** 20 horas

**Dirigido a:** Fisioterapeutas.

*El curso incluye los apuntes a modo **libro-cuaderno** escrito por la docente con todo el contenido del curso, información científica actualizada, **artículos científicos** para profundizar en el contenido y **plantillas de uso clínico***

*¡Para que puedas aplicar lo aprendido de inmediato!*

#### Con la realización de este curso aprenderás:

- El rol del ejercicio físico en el proceso oncológico y la importancia de un abordaje activo de la paciente según la evidencia científica actual.
- Características de la paciente, efectos secundarios y comorbilidades que deben tenerse en cuenta y cómo adaptar el ejercicio.
- Realizar una valoración exhaustiva de la paciente: Historia entrevista clínica, valoración de la fuerza y de la función mediante test y cuestionarios validados.
- Prescribir ejercicio físico adaptado a la paciente y la dosis/recomendaciones según la evidencia científica actual: Desde el postoperatorio hasta la enfermedad metastásica.

Más detalles en el cronograma:

## CRONOGRAMA.

**PRIMER DÍA: 16:00-21:00 hrs**

Desde	Hasta	Contenido	Tipo
16:00	17:00	Bienvenida. Reparto de material y presentación. Generalidades sobre el cáncer de mama: Epidemiología y tratamiento. (1H)	T
17:00	18:00	Introducción al ejercicio terapéutico en la paciente con cáncer de mama. (1H)	T
18:00	18:15	Breve pausa-descanso (15 min)	
18:15	19:15	Papel de la fisioterapia como ejercicio terapéutico, principios generales y aplicación terapéutica del ejercicio. (1H)	T
19:15	20:45	Características de la paciente con cáncer de mama: Efectos secundarios abordables desde el ejercicio y/o que condicionan la prescripción. (1:30H)	T
20:45	21:00	Resolución de dudas y ejemplos. (15 min)	T

*T= TEÓRICO; P= PRÁCTICO. CRONOGRAMA ORIENTATIVO.*

**SEGUNDO DÍA. 09:00-14:00 hrs**

<b>Desde</b>	<b>Hasta</b>	<b>Contenido</b>	<b>Tipo</b>
09:00	11:30	Valoración de la fuerza y función (2:30H)	T-P
11:30	11:45	Breve pausa-descanso (15 min)	T-P
11:45	14:00	Valoración. Medidas auto-informadas o cuestionarios validados en pacientes con cáncer de mama. Revisión y cumplimentación de cuestionarios. Ejemplos de adaptación de intervenciones en función de los resultados. (2:15H)	T-P

**SEGUNDO DÍA. 15:00-20:00 hrs**

<b>Desde</b>	<b>Hasta</b>	<b>Contenido</b>	<b>Tipo</b>
15:00	16:30	Historia clínica oncológica. Consideraciones de seguridad. (1:30H)	T
16:30	17:30	Prescripción de Ejercicio en el Linfedema Asociado al Cáncer de Mama. Dosis y efectos fisiológicos. (1H)	T
17:30	17:45	Breve pausa-descanso (15 min)	
17:45	20:00	Prescripción de ejercicio en prehabilitación, pre-operatorio y post-operatorio. Etapas iniciales tras la cirugía. Resolución de dudas y puesta en común (2:15 H)	T-P

**TERCER DÍA. 09:00-14:00 hrs**

<b>Desde</b>	<b>Hasta</b>	<b>Contenido</b>	<b>Tipo</b>
09:00	11:00	Prescripción de ejercicio según estadio de la enfermedad y objetivos. Evidencia en paciente superviviente y paciente metastásica. (2 H)	T
11:00	11:15	Breve pausa-descanso (15 min)	
11:15	12:00	Estableciendo programas de ejercicio. Herramientas para la adherencia y cumplimiento del programa. (45 min)	T
12:00	13:30	Resolución de casos prácticos	P
13:30	14:00	Puesta en común, resolución de dudas y despedida.	