

NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA

Aspectos fundamentales del tratamiento contra el cáncer y la rehabilitación

VENTAJAS



Mantener un estilo de vida saludable durante el tratamiento contra el cáncer radica en la combinación de una buena alimentación, consistente en una dieta adecuada y equilibrada, y actividad física regular¹



La nutrición es un componente fundamental del tratamiento contra el cáncer y la rehabilitación, ya que contribuye a que las personas se enfrenten mejor a la enfermedad²



Reduce el riesgo de recidiva del cáncer³



Mejora el bienestar general⁴

RETOS



Falta de información⁵



¿Qué es la caquexia?



¿Qué es la masa muscular?



¿Cuáles son las opciones de nutrición artificial?



Necesidad de orientación práctica



Ignoradas a menudo

Referencias: 1 ECPC (Coalición Europea de Pacientes con Cáncer). Living Well During Cancer Treatment. Bruselas: ECPC; 2017 – 2 Ibíd. – 3 ESMO (Sociedad Europea de Oncología Médica), ECPC (Coalición Europea de Pacientes con Cáncer), IPOS (Sociedad Internacional de Psicooncología). The Guide for Patients on Survivorship. Lugano: ESMO; 2017 – 4 Ibíd. – 5 op. cit. Living Well During Cancer Treatment



Agradecimientos: la Coalición Europea de Pacientes con Cáncer agradece el apoyo recibido por parte de Baxter, Celgene, Eli Lilly & Co y Helsinn.

Aviso legal: el ámbito y contenido permanecen bajo entera responsabilidad de la Coalición Europea de Pacientes con Cáncer.

NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA

Aspectos fundamentales del tratamiento contra el cáncer y la rehabilitación

SOLUCIONES



PREGUNTE A SU ONCÓLOGO/A ¹

¿Cuánto peso ahora?

¿Qué recomienda que coma durante el tratamiento?

¿Cómo puedo mantener la actividad física durante el tratamiento?



Mantener un estilo de vida saludable durante el tratamiento contra el cáncer radica en la combinación de una buena alimentación, consistente en una dieta adecuada y equilibrada, y actividad física regular. Consulte a u equipo de tratamiento contra el cáncer para identificar sus objetivos nutricionales.



Realice actividad física moderada o intensa durante un mínimo de 150 minutos a la semana o intente caminar durante 5 o 10 minutos cada hora si no tiene tiempo²



El cribado nutricional puede predecir la probabilidad de la obtención de mejores o peores desenlaces clínicos³. Estos, sin embargo, pueden variar en función de las circunstancias, p. ej., la edad o el tipo de enfermedad.

► Mantenga un registro de su peso mediante cribados nutricionales regulares, así como de su IMC para dar cuenta de las variaciones de peso a lo largo del tiempo.

Referencias: 1 ECPC (Coalición Europea de Pacientes con Cáncer). Living Well During Cancer Treatment. Bruselas: ECPC; 2017 – 2 ESMO (Sociedad Europea de Oncología Médica), ECPC (Coalición Europea de Pacientes con Cáncer), IPOS (Sociedad Internacional de Psicooncología). The Guide for Patients on Survivorship. Lugano: ESMO; 2017 – 3 ESMO (Sociedad Europea de Oncología Médica). Handbook on Nutrition and Cancer. Lugano: ESMO Press; 2011



Agradecimientos: la Coalición Europea de Pacientes con Cáncer agradece el apoyo recibido por parte de Baxter, Celgene, Eli Lilly & Co y Helsinn.

Aviso legal: el ámbito y contenido permanecen bajo entera responsabilidad de la Coalición Europea de Pacientes con Cáncer.