

La actividad física impacta positivamente en los menores con cáncer

El grupo Valoración en Ciencias de la Salud ha concluido que la implantación de programas de salud y ejercicio en el tratamiento del cáncer reduce la fatiga y el dolor en los pacientes analizados

**Proyecto REFICIEN
Grupo de Investigación VALORACIÓN EN CC. DE LA SALUD**

Madrid, 3 de octubre de 2023

Actualmente, el cáncer infantil es una enfermedad de incidencia baja en España. Sin embargo, sigue siendo una de las causas más comunes de muerte en la infancia. Los nuevos tratamientos han conseguido aumentar las cifras de curación en los 5 años posteriores al diagnóstico, pero estas terapias tienen efectos adversos que incluso pueden perdurar tras superar la enfermedad, afectando a la calidad de vida de estos pacientes.

El beneficio que la actividad física aporta en los adultos con cáncer es conocido por todos, pero cuando se trata de niños, la fatiga o el dolor que puede aparecer hace que el abandono de la actividad física sea un problema recurrente. Por tanto, adaptar los programas de actividad física para que sean divertidos y motivantes para los menores es una tarea que debería implicar no solo a niños y profesionales sino también a las familias.

Con objeto de determinar los beneficios que los programas de promoción de la salud y la actividad física tienen sobre el dolor y la fatiga en niños y adolescentes con cáncer, se llevó a cabo una revisión sistemática en distintas bases de datos. Se encontraron 6 estudios que incluían un total de 474 participantes pediátricos con distintos tipos de cáncer. En todos ellos se analizan los efectos de estos programas, incluyendo en los resultados las variables de fatiga y dolor, entre otras.

Aunque se debe ser prudente a la hora de interpretar los resultados positivos de estos

prometedores estudios, el grupo Valoración en Ciencias de la Salud ha señalado que la utilización de programas de promoción de la salud que incluyan actividad física parece mejorar la fatiga en pacientes pediátricos con cáncer o supervivientes de la enfermedad, por lo que indica que (en general) sería positivo fomentar este tipo de terapias por parte de los sanitarios, siendo siempre medidas apoyadas por el entorno del menor.