

Actividad física en pacientes oncológicos de cáncer de mama: ¿Terapia médica deportiva no farmacológica? Revisión sistemática

Diego Fernández-Lázaro^{*1}, Juan Mielgo-Ayuso², Alberto Caballero-García³, Alfredo Córdova Martínez²,
María Paz Lázaro Asensio^{5,6}, César I. Fernández-Lázaro^{1,2}

¹Departamento de Biología Celular, Histología y Farmacología. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Valladolid. Campus de Soria, Soria. ²Departamento de Bioquímica, Biología Molecular y Fisiología. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Valladolid. Campus de Soria, Soria. ³Departamento de Anatomía y Radiología. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Valladolid. Campus de Soria, Soria. ⁴Departamento de Fisioterapia. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Valladolid. Campus de Soria, Soria. ⁵Centro de Salud "La Milagrosa" Salud Castilla y León (SACyL), Soria. ⁶Preventiva y Salud Pública. Facultad de Medicina. Universidad de Navarra, IdISNA. Pamplona.

Recibido: 24/10/2019
Aceptado: 17/03/2020

Resumen

Introducción: El cáncer de mama (CM) sigue siendo la causa principal de cáncer en las mujeres con casi 1,4 millones de casos nuevos en todo el mundo anualmente y 27.000 en España. Las terapias oncológicas, cada vez más eficaces, sin embargo, tienen numerosos efectos adversos como el desgaste muscular, la fatiga, la disminución de la función física y la capacidad aeróbica, conjuntamente con el deterioro de la calidad de vida. En este sentido la actividad física (AF) parece ser una estrategia no farmacológica interesante para aliviar estas graves complicaciones y con potenciales beneficios para mujeres con CM.

Objetivo: Examinar si las intervenciones de AF son efectivas sobre estado físico y psicológico de los pacientes de CM postquirúrgicos en estadios tempranos de enfermedad (I-III) y además identificar el componente de la AF más adecuado.

Material y método: Revisión sistemática, basada en las guías PRISMA, realizando una búsqueda estructurada en las bases de datos electrónicas: Medline (PubMed), SciELO y Cochrane Library Plus. Se incluyeron los resultados que relacionaran las AF y CM hasta el 30 de septiembre de 2019, mientras que se aplicó una restricción de búsqueda en las publicaciones para que fueran en los últimos 10 años. La calidad metodológica de los artículos se evaluó mediante el formulario de revisión crítica de McMaster.

Resultados: Se encontraron 8 artículos que han descrito los beneficios de la AF en los que destacan las mejoras físicas, psicológicas y en la calidad de vida, así como la disminución de la fatiga y linfedema. Las rutinas de ejercicio empleadas son de trabajo de componente aeróbico y de fuerza muscular.

Conclusión: La realización de AF, con rutinas de aeróbicas y de fuerza muscular, estimulan la mejora del estado físico, psicológico y la calidad de vida de los pacientes de CM.

Palabras clave:

Cáncer de mama. Actividad física.
Mujeres. Fatiga. Calidad de vida.
Linfedema.

Key words:

Breast cancer. Physical activity.
Women. Fatigue. Quality of life.
Lymphedema.

Physical activity in oncological breast cancer patients: non-pharmacological sports medical therapy? Systematic review

Summary

Introduction: Breast cancer (BC) remains the leading cause of cancer in women with nearly 1.4 million new cases worldwide annually and 27.000 in Spain. Increasingly effective oncology therapies, however, have numerous adverse effects such as muscle degeneration, fatigue, decreased physical function and aerobic capacity, along with deteriorating quality of life. In this sense physical activity (PA) seems to be an interesting non-pharmacological strategy to alleviate these serious complications and with potential benefits for women with BC.

Objective: To examine whether PA interventions are effective on the physical and psychological fitness of patients with post-surgical BC in early stages of disease (I-III) and also to identify the most appropriate component of physical activity.

Methods: Systematic review, based on PRISMA guidelines, using a structured search of electronic databases: Medline (PubMed), SciELO and Cochrane Library Plus. Results relating PA and BC were included until 30 september 2019, while a search restriction was applied to publications to be in the last 10 years. The methodological quality of articles evaluated using the McMaster critical review form.

Results: We found 8 articles that have described the benefits of PA, highlighting physical, psychological and quality of life improvements, as well as decreased fatigue and lymphedema. The exercise routines used are aerobic component work and muscle strength.

Conclusion: The performance of AF, with aerobic and muscular strength routines, stimulate the improvement of the physical, psychological state and the quality of life of the patients of BC patients.

Premio SEMED-FEMEDE a la investigación del año 2019

Correspondencia: Diego Fernández Lázaro
E-mail: diego.fernandez.lazaro@uva.es