

GOBIERNO DE NAVARRA

PRESIDENCIA, ADMINISTRACIONES
PÚBLICAS E INTERIOR

ECONOMIA Y HACIENDA

CULTURA, TURISMO Y RELACIONES
INSTITUCIONALES

EDUCACION

SALUD

POLÍTICA SOCIAL, IGUALDAD,
DEPORTE Y JUVENTUDDESARROLLO RURAL, INDUSTRIA,
EMPLEO Y MEDIO AMBIENTE

FOMENTO Y VIVIENDA

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

El Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte organiza una jornada de actualización para técnicos deportivos

Estará destinada a analizar el papel del ejercicio físico en el tratamiento de enfermedades crónicas como el cáncer de mama y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)

Martes, 18 de octubre de 2011

El Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte del Gobierno de Navarra ofrece el miércoles 26 de octubre una jornada de actualización de técnicos deportivos destinada a analizar el papel del ejercicio físico en el tratamiento de las enfermedades crónicas como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y el cáncer de mama.

La jornada se celebrará en la sede del Centro de Estudios, sita en la c/ Sangüesa, 34 (Estadio Larrabide) de Pamplona, con un programa que se inicia a las 18 horas con el tema "Efectos del ejercicio físico en la enfermedad pulmonar obstructiva crónica", cuyos ponentes serán la doctora Pilar Cebollero Rivas, especialista en Neumología, y la doctora en Biología Alazne Antón Olóriz.

A las 19:30 horas se analizará el papel del ejercicio físico en la prevención y tratamiento del cáncer de mama, con el doctor Javier Ibáñez Santos, jefe de la Unidad Técnica de Investigación del Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte (Instituto Navarro del Deporte y la Actividad Física) como ponente.

La inscripción debe hacerse antes del 24 de octubre en la dirección electrónica burzaizf@navarra.es o en el tfno. 948 292629, indicando los siguientes datos: nombre y apellidos, dirección, teléfono/ e-mail, relación con la actividad (entrenador, profesor de Educación Física, deportista...), y entidad a la que pertenece.

Cáncer de mama y EPOC

El cáncer de mama es el tumor más frecuente en las mujeres españolas con unos 16.000 nuevos casos diagnosticados cada año. No obstante, con los programas de prevención y las mejoras terapéuticas se ha conseguido que la supervivencia a 5 años sea en nuestro país del 83%. En cambio, debido a la quimioterapia y a la terapia endocrina, estas mujeres tratadas de un cáncer de mama tienen un elevado riesgo de sufrir otra enfermedad debilitante, la osteoporosis. En entrenamiento físico, concretamente el entrenamiento de la fuerza, puede jugar un papel relevante en aspectos relacionados con su prevención, tratamiento y

disminución.

Por otra parte, la EPOC está caracterizada por una progresiva obstrucción de las vías respiratorias que no es completamente reversible, limitando la capacidad funcional, la calidad de vida y afectando principalmente a una población de edad avanzada. Hoy, la EPOC es la tercera causa de muerte en Navarra. A medida que la severidad de la enfermedad aumenta, la capacidad funcional y la participación en actividades de la vida diaria disminuyen, creando un círculo vicioso que hace al paciente más sedentario y aislado socialmente.

Es esta incapacidad para realizar las actividades de la vida diaria la que incrementa el riesgo de depresión, ansiedad, irritabilidad u otras alteraciones psicológicas. Recientemente, las principales sociedades científicas y clínicas han llegado a la conclusión de que el ejercicio físico es el componente clave en un programa de rehabilitación pulmonar para el tratamiento y la prevención de la progresión de la enfermedad. Se advierte que la práctica regular del ejercicio físico reduce el número de agudizaciones y hospitalizaciones.