

Memoria 2024



Cátedra de Actividad Física
y Oncología «Fundación
José Soriano Ramos»



Cátedra de Actividad Física y Oncología
«Fundación José Soriano Ramos»
Unidad Predepartamental de Enfermería
Facultad de Ciencias de la Salud
Universitat Jaume I
Av. de Vicent Sos Baynat s/n
12071- Castelló de la Plana. Castelló. Espanya

Dirección de la Cátedra:
Eladio Collado Boira

cafo@uji.es
www.cafo.uji.es

Contenido

Año 2024. El año del reconocimiento social.....	2
Perspectivas establecidas para el 2024. El espejo donde mirarse.....	5
Nuevas Perspectivas para el 2025	8
1. ACTIVIDADES REALIZADAS	10
Programas de ejercicio físico.....	10
Actividades científico-divulgativas	13
Publicaciones científicas	13
Tesis Doctorales	13
Ponencias y participación en Congresos	14
Conferencias y charlas divulgativas	17
Talleres formativos orientados a pacientes.....	21
Coordinación y participación en Actividades Deportivas.....	24
Formación. Posgrado de especialización en ejercicio físico y oncología.	31
Alianzas de la cátedra	32
2. PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN	34
3. RESULTADOS WEB Y RRSS	40
PÁGINA WEB DE LA CÁTEDRA.....	40
REDES SOCIALES (RRSS)	42
4. PRESENCIA EN MEDIOS	44
Clipping de medios	46
5. Anexo nº1. Contenidos notas de prensa.....	51
6. Anexo Nº2. Publicaciones científicas.....	60
7. Anexo nº3. Tesis doctoral.....	63



Cátedra de Actividad Física
y Oncología «Fundación
José Soriano Ramos»



Año 2024. El año del reconocimiento social

La Cátedra de Actividad Física y Oncología nació de la mano de **la Fundación José Soriano Ramos** y la **Universitat Jaume I** el 18 de noviembre del año 2021 con el objetivo de promover actividades docentes, divulgativas y de investigación centradas en los beneficios del ejercicio físico en la enfermedad oncológica y el impacto de este sobre la calidad de vida de los pacientes y la mejor tolerancia de los tratamientos oncológicos. La Cátedra está vinculada a la Facultad de Ciencias de la Salud de la UJI y formada por un grupo comprometido y multidisciplinar de profesionales del ámbito de la salud con experiencia profesional, docente e investigadora en distintas disciplinas científicas y profesionales, siendo este uno de sus mayores activos.

La Cátedra nació con tres objetivos básicos. Un objetivo asistencial, para crear una unidad de ejercicio físico y cáncer que pueda dar cobertura a todos los pacientes oncológicos de la provincia de Castellón que lo deseen, vinculando su acceso desde los Hospitales de La Plana, Hospital Provincial y Hospital General Universitario de Castellón. Un objetivo investigador para crear una unidad de investigación especializada de referencia orientada a explorar los beneficios de este tipo de actividad, abriendo la posibilidad de incorporar alumnos de doctorado y en general profesionales de ciencias de la salud, que quieran desarrollar su actividad investigadora dentro de los objetivos de desarrollo de la Cátedra, y conseguir avanzar en los conocimientos de los beneficios del ejercicio físico en diferentes tipos de cánceres y con diferentes programas de entrenamiento. Y, por último, un objetivo formativo, con la creación de un posgrado de especialización universitaria en Actividad física y Cáncer dirigido a profesionales del área de la salud; y la organización de unas jornadas de investigación, de carácter bienal, en las que se recojan todo el fruto de los avances en esta materia.

Durante el año 2024 la Cátedra ha logrado incrementar el número de alianzas estratégicas con la firma de nuevos convenios con administraciones públicas como el Ayuntamiento de Onda, el Ayuntamiento de Vall d'Uixó, el Ayuntamiento de Peñíscola y el Ayuntamiento de Benicàssim, en este caso y de manera novedosa conjuntamente con INTURCOSA, una empresa local que ha decidido unirse al proyecto en binomio con el ayuntamiento. Igualmente ha logrado mantener e incluso incrementar los apoyos de

entidades importantes y vinculadas desde el principio a CAFO como la fundación LeCadó y la Diputación de Castellón.

Todo esto ha permitido en primer lugar que el área de cobertura asistencial de la cátedra se haya ampliado, permitiendo que cada vez más pacientes oncológicos puedan beneficiarse de programas de ejercicio físico en sus propios municipios. Actualmente CAFO tiene cobertura asistencial en 5 de las 8 comarcas de la provincia de Castellón. Y en segundo lugar ha posibilitado la ampliación de la contratación de entrenadores, graduados en actividad física y deporte, con lo que el número de pacientes con los que se trabaja regularmente en las distintas sedes de la cátedra se ha podido incrementar progresivamente desde el inicio del proyecto, logrando consolidar un proyecto de gran calado social en el que se unifica la labor científica y la labor asistencial, entre la Universidad Pública de Castellón y el entramado sanitario de la provincia.



Igualmente, la Cátedra ha continuado con su integración en el sistema sanitario de Castellón, trabajando de manera regular con los servicios de oncología del Hospital Provincial de Castellón y consolidando proyectos de carácter multicéntrico con el Hospital General Universitario de Castellón y el Hospital Universitario de la Plana de Vila-Real, consiguiendo consolidar un proyecto científico capaz de unir a los distintos recursos asistenciales sanitarios de la provincia.

Pero si por algo nos gustaría destacar este año 2024 es por el reconocimiento social de la provincia de Castellón a la labor de CAFO y que se ha traducido en la concesión de 3 importantes distinciones:

1. Premio de la Diputación de Castellón en el día de la Provincia, con el mérito a la innovación de la C tedra de Actividad Física y Oncología “Fundación José Soriano Ramos”. Premio otorgado en la localidad de T rig el 29 de septiembre de 2024.
2. Premio sanidad en la XXI edición de los premios de Radio Castellón. Premio otorgado en la XXI gala de estos premios desarrollada el 18 de octubre en el Auditori i Palau de Congressos de Castellón.
3. XXIV edición de los premios de la revista Poble de Vila-real a la Fundación José Soriano Ramos por la creación de la C tedra de Actividad Física y Oncología juntamente con la UJI. Premio otorgado el 9 de febrero en el Auditori Municipal M sic Rafael Beltrán Moner de Vila-Real.

Perspectivas establecidas para el 2024. El espejo donde mirarse

Para el ejercicio del año 2024 se establecieron ambiciosos objetivos orientados a consolidar las actividades de la cátedra, consolidándola como un proyecto pionero y referente en el territorio nacional.

Los objetivos y el grado de consecución de los objetivos establecidos para este nuevo periodo fueron:

1. Continuar con la ampliación de la red asistencial de la cátedra, logrando la firma de nuevos convenios por parte de administraciones públicas. **Objetivo: 2 nuevos convenios**

Consecución del objetivo. Se ha logrado incrementar la ampliación de la red asistencial de la cátedra en 4 nuevos convenios con administraciones públicas: Vall D'Uixó, Onda, Peñíscola y Benicàssim. **Logrado Satisfactoriamente.**

2. Ampliar la plantilla profesional de la cátedra con personal especializado que permita ampliar la oferta de programas de investigación y acoger nuevos programas de investigación. **Objetivo: 2 Profesionales a tiempo completo y 2 a ½ Jornada.**

Consecución del objetivo. Actualmente la plantilla de personal especializado está compuesta por 4 profesionales: 2 a tiempo completo, 1 a ½ Jornada y 1 con una colaboración puntual vinculada al municipio de Peñíscola. **Logrado Satisfactoriamente.**

3. Lograr incrementar la productividad Científica, vinculada a la explotación de datos obtenidos hasta la fecha. **Objetivo: 4 Artículos Científicos en revistas indexadas con relevancia e impacto científico. 6 comunicaciones científicas en congresos de ejercicio físico y oncología. Lectura de 2 tesis doctorales vinculadas a proyectos de investigación de la cátedra.**

Consecución del objetivo. Durante el año 2024 se han logrado publicar 3 Artículos Científicos en revistas indexadas con relevancia e impacto científico. 4 comunicaciones científicas en congresos de ejercicio físico y oncología. Lectura de 1 tesis doctorales vinculadas a proyectos de investigación de la cátedra (22 de noviembre), estando la 2ª tesis doctoral en las últimas revisiones de cara a su depósito y defensa. **Logrado Parcialmente.**

4. Lograr la captación de fondos de financiación para investigación a través de convocatorias públicas de financiación, nacionales y autonómicas. **Objetivos: 1 proyecto.**

Consecución del objetivo. Se ha logrado financiación pública a través de dos convocatorias públicas competitivas: Convocatoria de investigación Conselleria Valencianda y Convocatoria proyectos de investigación UJI. **Logrado Satisfactoriamente.**

5. Consolidar la oferta de formación académica universitaria de posgrado, con la 3ª edición del Diploma de Especialización en Actividad Física y Oncología. **Objetivo: Mínimo 10 alumnos.**

Consecución del objetivo. La oferta de consolidar la oferta de formación académica universitaria de postgrado se ha logrado con la 3ª edición del Diploma de Especialización en Actividad Física y Oncología, aunque ha fecha del inicio del mismo, únicamente contamos con 8 alumnas/os matriculados. **Logrado Parcialmente.**

6. Convocar becas de matrícula completa para el Diploma de Especialización en Actividad Física y Oncología financiadas por AECaP. **Objetivo: Mínimo 3 becas.**

Consecución del objetivo. Este objetivo ha sido desestimado, al cambiar la estrategia por parte de la dirección de la cátedra de fomentar este tipo ayudas al estudio, vistos los resultados de la edición del posgrado del año 2023/24, que han distado de ser satisfactorios. **Desestimado.**

7. Ampliar los proyectos de investigación con el inicio de nuevos programas relacionados con:
 - a. Beneficios de un programa de Prehabilitación multimodal en pacientes con cáncer hepático-Pancreático. Estudio multicéntrico.

Consecución del objetivo. Este objetivo ha sido cumplido y se han vinculado 2 nuevas tesis doctorales por parte del servicio de cirugía del Hospital General Universitario de Castellón, que a expensas de obtener el visto bueno del comité de ética del hospital se iniciarán en el año 2024. **Logrado Satisfactoriamente.**

8. Continuar con la Promoción de actividades formativas, divulgativas, deportivas y culturales, orientadas a los y las pacientes oncológicas de la cátedra.

Consecución del objetivo. El volumen de actividades formativas, divulgativas, deportivas y culturales, orientadas a los y las pacientes oncológicas de la cátedra se ha incrementado muy satisfactoriamente durante el año 2024. **Logrado Satisfactoriamente.**

Nuevas Perspectivas para el 2025

Para el ejercicio del año 2025 establecemos los siguientes objetivos:

1. Continuar con la ampliación de la red asistencial de la cátedra, logrando la firma de nuevos convenios por parte de administraciones públicas que nos sirvan para ampliar la cobertura asistencial en la provincia.

Objetivo 1: Lograr 1 nuevo convenio vinculado a la comarca del Alto Palancia.

2. Estabilizar la plantilla profesional de la cátedra con personal especializado que permita mantener y ampliar la oferta de programas asistenciales y acoger nuevos programas de investigación.

Objetivo 2: Lograr mantener contratados a 3 Profesionales a tiempo completo y 1 profesional vinculado a actividades puntuales.

3. Lograr incrementar la productividad Científica, vinculada a la explotación de datos obtenidos hasta la fecha.

Objetivo3: Lograr publicar 2 Artículos Científicos en revistas indexadas con relevancia e impacto científico. 4 comunicaciones científicas en congresos de ejercicio físico y oncología. Lectura de 1 tesis doctoral vinculada a proyectos de investigación de la cátedra.

4. Lograr la captación de fondos de financiación para investigación a través de convocatorias públicas de financiación, nacionales y autonómicas.

Objetivo 4: 1 proyecto financiado a través de convocatorias competitivas públicas de investigación.

5. Consolidar la oferta de formación académica universitaria de posgrado, con la 3ª edición del Diploma de Especialización en Actividad Física y Oncología.

Objetivo 5: Lograr arrancar la 4ª edición del Diploma de Especialización en Actividad Física y Oncología con un mínimo 10 alumnos.

6. Ampliar la oferta de prestaciones ofrecidas a los pacientes oncológicos, ofreciendo asesoramiento nutricional desde la cátedra a todas las y los pacientes que lo necesiten.

Objetivo 6: Incorporar a una nutricionista especializada en el ámbito oncológico.

7. Continuar con la Promoción de actividades formativas, divulgativas, deportivas y culturales, orientadas a los y las pacientes oncológicas de la cátedra.

Objetivo 7: Mantener o incrementar el volumen de actividades formativas, divulgativas, deportivas y culturales, orientadas a los y las pacientes oncológicas de la cátedra.

8. Organizar el 2º Congreso Nacional de Investigación en ejercicio físico y Oncología.

Objetivo 8: Organizar con éxito en noviembre de 2025 el 2º Congreso Nacional de Investigación en ejercicio físico y oncología.

1. ACTIVIDADES REALIZADAS

Programas de ejercicio físico

Durante el año 2024, y gracias a los convenios suscritos desde la UJI orientados a la Cátedra de Actividad Física y Oncología “Fundación José Soriano Ramos” se han podido incorporar a los diversos programas de ejercicio Físico de la Cátedra de Actividad Física y Oncología “Fundación José Soriano Ramos” un total aproximado de **340 pacientes**, vecinas y vecinos de la provincia de Castellón, todos ellos pacientes oncológicos que por prescripción de sus oncólogos se han incorporado a los distintas sesiones planificadas por el equipo de la cátedra. Cada paciente ha sido asignado a un grupo y acude a dos sesiones semanales de 1 hora de duración. Con la nueva incorporación de nuevas sedes y la contratación de nuevo profesionales, la capacidad de CAFO se incrementa hasta poder acoger simultáneamente cerca de 400 pacientes.

Las sesiones se han llevado a cabo en las 7 sedes que tiene actualmente la Cátedra:

- Universidad Jaume I en Castellón,
- Centro tecnológico deportivo en Vila-real.
- Piscina cubierta Daniel Vidal de Burriana.
- Polideportivo Municipal de Onda.
- Pabellón Polideportivo Municipal de Vall d’Uixó.
- Antiguo espacio municipal de Peñíscola.
- Pabellón polideportivo de Benicàssim

Las Distribución de las sesiones, personal responsable, horarios y programas desarrollados se pueden observar en el siguiente cuadrante:

Responsable	Sede	Días	Horario	Capacidad Grupo	Programas	Capacidad
Elena	UJI	L-M	09-10 horas	15	Sistémico	100%
			10-11 horas	15	Próstata/ Pulmón	100%
			11-12 horas	15	Enfermedad Avanzada	100%
			12-13 horas	15	Próstata / Pulmón	100%

Responsable	Sede	Dias	Horario	Capacidad Grupo	Programas	Capacidad
Paloma	Onda	L-M	09-10 horas	15	Sistémico / Pulmón / Avanzada	100%
			10-11 horas	15	Sistémico	45%
	UJI	L-M	15-16 horas	25	Osteoporosis	100%
			16-17 horas	25	Osteoporosis	100%
		M-J	15-16 horas	25	Osteoporosis	100%
			16-17 horas	25	Osteoporosis	100%
	Vila-real	M-J	09-10 horas	20	Osteoporosis	100%
			10-11 horas	15	Enfermedad Avanzada	100%
			11-12 horas	15	Sistémico / Pulmón / Avanzada	100%
	Online	L-M	18-19 horas	12	Osteoporosis	100%
Marc	Benicàssim	L-M	09-10 horas	15	Sistémico / Pulmón / Avanzada	Por determinar
	Burriana	L-M	15-16 horas	15	Sistémico	100%
			16-17 horas	15	Sistémico / Pulmón / Avanzada	75%
	Vall D'uiixo	L-M	11-12 horas	15	Sistémico	100%
			12-13 horas	15	Sistémico / Pulmón / Avanzada	75%
	Vila-real	M-J	18-19 horas	20	Osteoporosis	100%
			19-20 Horas	20	Osteoporosis	50%
Cristina	Peñíscola	M-J	10-11 horas	15	Sistémico	Por determinar
			11-12 horas	15	Sistémico / Pulmón / Avanzada	Por determinar
			23 grupos / 46 horas	397	6 programas	92%

De igual modo, se realizaron a lo largo del año 2024 un total de 9 sesiones de valoración basal y de seguimiento, en las que se valoraron a la totalidad de los pacientes, para determinar su estado de condición basal al iniciar los programas. Estas valoraciones se realizaron en las instalaciones del pabellón deportivo de la Universidad Jaume I.

En estas valoraciones, realizadas por el grupo de investigación de la UJI, se midieron una serie de variables de condición física, variables psicológicas y de calidad de vida. De igual modo, se monitorizaron a la totalidad de los pacientes con acelerometría triaxial (GeNeactive TM) para conocer sus estilos de vida y la modificación de estos a lo largo de los programas.

Actividades científico-divulgativas

Publicaciones científicas (Anexo N.º 2)

A lo largo del 2024 se han publicado los siguientes artículos científicos vinculados a proyectos de la tesis:

- Suárez-Alcázar, M. P., Collado-Boira, E. J., Recacha-Ponce, P., Salas-Medina, P., García-Roca, M. E., Hernando, C., ... & Folch-Ayora, A. (2024, July). Prehabilitation Consultation on Self-Care and Physical Exercise in Patients Diagnosed with Abdominopelvic Cancer: Protocol of the Study. In *Healthcare* (Vol. 12, No. 14).
- Garcia-Roca, M. E., Catalá-Vilaplana, I., Hernando, C., Baliño, P., Salas-Medina, P., Suarez-Alcazar, P., ... & Collado Boira, E. (2024). Effect of a Long-Term Online Home-Based Supervised Exercise Program on Physical Fitness and Adherence in Breast Cancer Patients: A Randomized Clinical Trial. *Cancers*, 16(10), 1912.
- Suárez-Alcázar, M. P., García-Roca, M. E., Collado-Boira, E. J., Recacha-Ponce, P., Temprado-Albalat, M. D., Baliño, P., ... & Folch-Ayora, A. (2024, May). Exercise and Quality of Life (QoL) in Patients Undergoing Active Breast Cancer Treatment—Comparison of Three Modalities of a 24-Week Exercise Program—A Randomized Clinical Trial. In *Healthcare* (Vol. 12, No. 11, p. 1107).

Tesis Doctorales (Anexo N.º3)

Título: Eficacia de un programa de prehabilitación multimodal gestionado por enfermería en pacientes con cáncer colorrectal.

Doctorado: Programa de doctorado de Ciencias Biomédicas. Universitat Jaume I.

Autora: Pilar Suárez Alcázar

Directores: Dr. Eladio Joaquín Collado Boira

Dra. Ana Folch Ayora.

Fecha defensa: 22 de noviembre 2024.

Calificación: Pendiente.

Ponencias y participación en Congresos

II Congreso para personas con cáncer y familiares de la Comunidad Valenciana

También estuvimos presentes en el II congreso para personas con cáncer y familiares de la Comunidad Valenciana celebrado en septiembre 2024 de la mano de la Asociación Española contra el cáncer de la Comunidad Valenciana.

Elena García afirmaba que es necesario compartir en foros para seguir aprendiendo. Divulgar y visibilizar para demostrar que hacen falta más recursos y más investigación.



VIII Jornada de Investigadores en Cáncer Ciudad de Alcoy

Participamos en estas Jornadas que se celebraron los días 17, 18 y 19 de abril de 2024 en la ciudad de Alcoy con la ponencia invitada: Beneficios del Ejercicio Físico en el Cáncer durante el tratamiento y además presentamos la comunicación oral “Efecto de la prehabilitación en la calidad de vida y capacidad de autocuidados en pacientes con cáncer colorrectal” que ganó el primer premio.



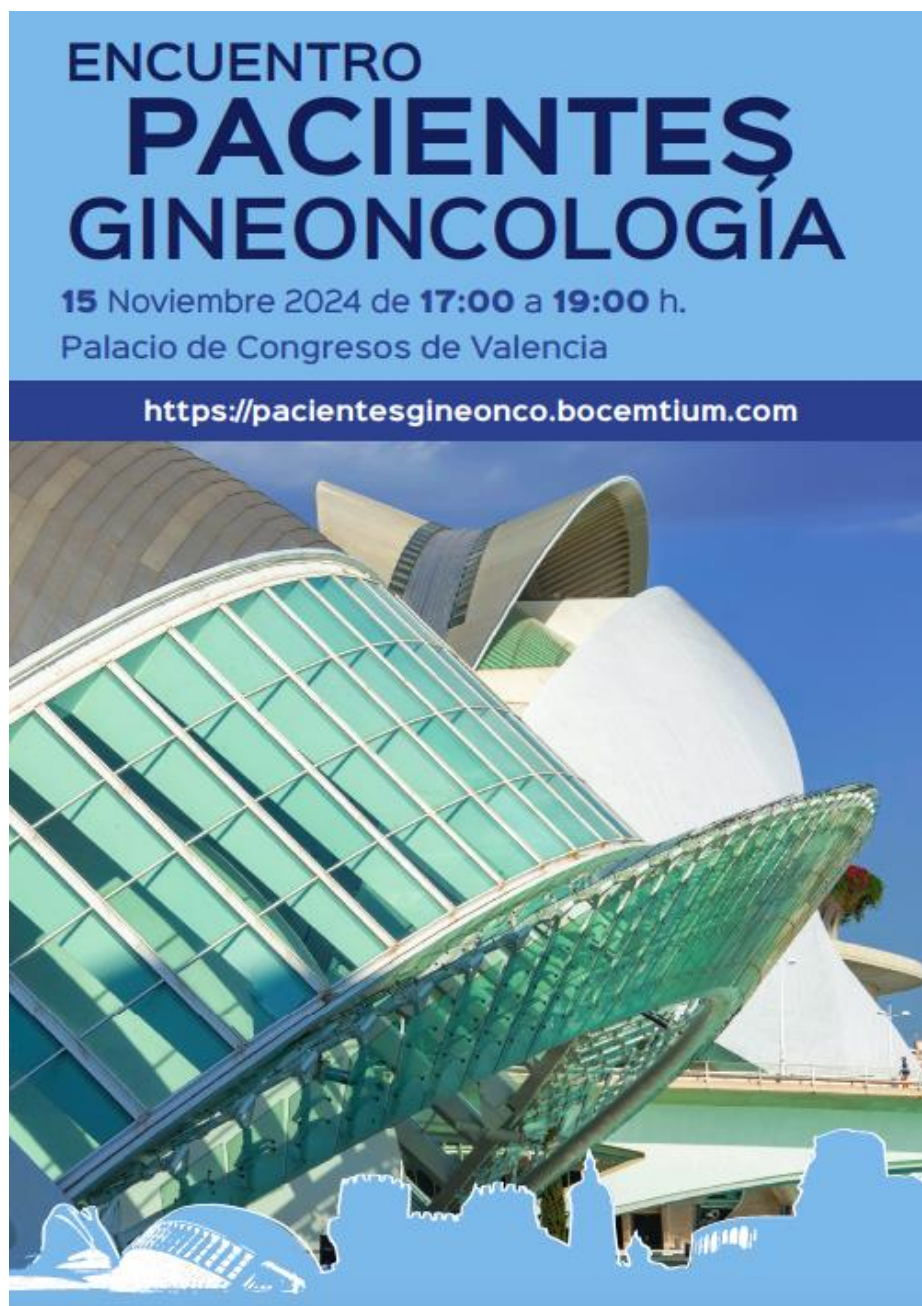
VII Jornada Nacional de Oncogeriatría

Nuestra codirectora y coordinadores de programas de ejercicio físico participó en una mesa Geriatria para oncólogos: intervenciones geriátricas” de estas Jornadas organizadas por el grupo de investigación y divulgación GIDO.



37º Congreso de la Sección de Ginecología Oncológica y Patología Mamaria de la SEGO.

Mesa redonda organizada con pacientes oncológicas y expertos en el ámbito del ejercicio físico y la oncología organizada por la cátedra en el entorno del congreso nacional de la SEGO y moderada por Eladio J. Collado Boira y la participación como experta de Elena García Roca.



Conferencias y charlas divulgativas

Los beneficios de la actividad física para el paciente oncológico: Experiencia de la Cátedra de Actividad Física y Oncología "Fundación José Soriano Ramos" de la Universitat Jaume I.

El día 22 de octubre de 2024 el Ilustre Colegio de Médicos de Valencia (ICOMV) y el Instituto Médico Valenciano han organizado la conferencia:

Los beneficios de la actividad física para el paciente oncológico: Experiencia de la Cátedra de Actividad Física y Oncología "Fundación José Soriano Ramos" de la Universitat Jaume I.



La conferencia ha sido impartida por Eladio Collado Boira, Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud y director de la Cátedra de Actividad Física y Oncología "Fundación José Soriano Ramos" y ha podido compartir los avances en la investigación relacionada con la actividad física en los pacientes oncológicos de la provincia de Castellón.

Presente y Futuro del Cáncer de Pulmón en la Comunidad Valenciana

El 22 de octubre expertos en oncología se reunieron en Valencia para hablar del Presente y Futuro del Cáncer de Pulmón en la Comunidad Valenciana. Nuestra coordinadora de programas de actividad física y codirectora de la cátedra hablo de el lema que les decimos a nuestros pacientes: "Entrena con ganas o sin ganas pero

entrena”. Desde nuestros programas adaptamos el entrenamiento a cada momento del tratamiento y enfermedad.



Mujeres en movimiento contra el cáncer

El día 6 de marzo participamos en las sesiones formativas dirigidas a pacientes y profesionales del Hospital de la Paz en Madrid “Mujeres en movimiento contra el cáncer” para concienciar a profesionales y pacientes sobre la importancia del deporte en pacientes con cáncer.



Jornadas sobre Cáncer de Mama Hereditario de la Asociación Cáncer de mama y Ovario Hereditarios (AMOH)

El 27 de enero de 2024 nuestra compañera participó en las Jornadas sobre cáncer de mama hereditarios para hablar de ejercicio físico y cáncer como prevención a través del programa Mujer-Deporte-Cáncer que lleva a cabo AMOH en colaboración con la SEOM (Sociedad Española de Oncología Médica) y el CSD (Consejo Superior de Deportes).

Jornada de Actualidad en Oncología: Ejercicio y Cáncer, organizada por ACEDIC y celebrada en el Hospital de Sagunto el 25 de septiembre de 2024.

Ponencia “Yo soy CAFO. Experiencia de la Cátedra de Actividad Física y Oncología 'Fundación José Soriano Ramos' de la Universitat Jaume I ¡ES POSIBLE!”

Impartida por Eladio J. Collado Boira. Director Cátedra Actividad Física y Oncología.



II Ciclo de conferencias. Escuela de Formación Deportiva de la Universitat Jaume I

Conferencia: Beneficios del ejercicio físico en el paciente oncológico. Mesa redonda Deporte y Salud Mental. 29 de febrero de 2024. Ponente: Eladio J Collado Boira

II Cicle de Conferències
ESCOLA DE FORMACIÓ ESPORTIVA



UJI UNIVERSITAT JAUME I
Escola de Formació Esportiva
EFE

Taula rodona
ESPORT I SALUT MENTAL

Amb la participació de:

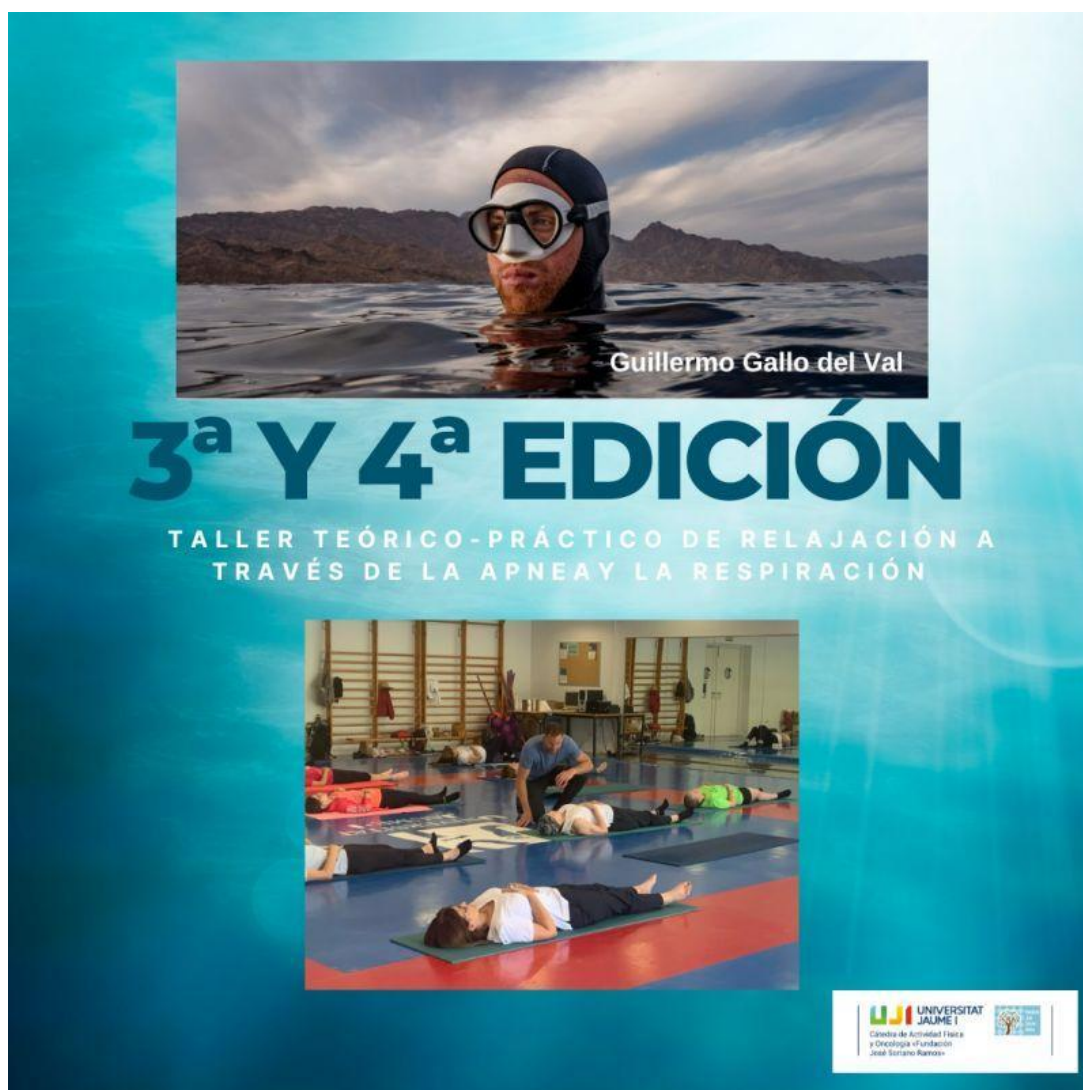
- **Eladio Collado**
Degà de la FCS i director de la Càtedra d'Activitat Física i Oncologia.
- **Sandra Sandalinas**
Periodista i consultora de comunicació en Lozoya & Associados.
- **Mariano Villar**
Cap de secció de la Unitat de Salut Mental de mitja estada de l'Hospital Provincial.
- **Javier Alcacer**
Ex atleta d'elit, psicòleg i coordinador de tecnificació del C.A. FACSA Playas de Castelló.

Modera: **Elena Villa**
Professora del Departament de Psicologia Bàsica, Clínica i Psicobiologia.

Dijous | 29 de febrer | 12 hores.
Sala d'actes de la Facultat de Ciències de la Salut



Talleres formativos orientados a pacientes



3ª y 4ª edición del "Taller teórico-práctico de relajación a través de la apnea y la respiración"

El día 4 de junio y 5 de junio de 2024 tuvo lugar la 3ª y 4ª edición del "Taller teórico-práctico de relajación a través de la apnea y la respiración" de la mano del apneista y plusmarquista nacional de apnea libre en profundidad [Guillermo Gallo del Val](#). El objetivo principal del taller es proporcionar a los afectados por un cáncer herramientas para manejar el estrés y la ansiedad relacionados con su enfermedad. Esta iniciativa se inscribe en el compromiso de la Cátedra de utilizar la actividad física y

otras disciplinas relacionadas para mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por el cáncer.



El día 4 de julio celebramos la I Jornada taller de Ejercicio Físico y Nutrición en el Palasiet donde se trataron temas tan relevantes como: la nutrición y la sarcopenia durante el tratamiento oncológico.

Taller-Conferencia: Sujetadores deportivos y postoperatorios para pacientes oncológicas



7 de Octubre 2024. 17:30 horas.

Salón de Grados Facultad Ciencias de la Salud

Universitat Jaume I

Se servirá un coffee break previo.

Inscripción gratuita hasta completar aforo

Inscripción: <https://forms.gle/si3yDWrRXsBqn3Y5A>



El día 7 de octubre organizamos desde la Cátedra de Actividad Física y Oncología junto con la marca Anita un taller para hablar de las necesidades de las mujeres que reciben tratamientos para el cáncer de mama y el mejor sujetador para cada momento.

Coordinación y participación en Actividades Deportivas

Uno de los objetivos de la Cátedra consiste en instaurar estilos de vida saludable en los pacientes oncológicos entre los que se encuentra la incorporación de la práctica deportiva en el día a día. Una muestra de ello es la participación en eventos deportivos como meta para fomentar el entrenamiento diario. Durante el año 2023, la participación en este tipo de actividades y eventos, fomentado y coordinado desde la cátedra, ha sido una constante. A modo de ejemplo, pasamos a nombrar algunas de ellas:



- El 25 de febrero participamos en la 10Km Facsa de Castellón, un nuevo reto para un grupo de mujeres superando los 5Km que hasta el momento era el objetivo.



- El viernes 22 de marzo empezamos una nueva actividad : Pedalea con CAFO. Un espacio de deporte y convivencia entre oncólogos, autoridades, investigadores y pacientes. En equipo pedaleamos contra el cáncer y los efectos de sus tratamientos.



- El 14 de abril un grupo de 80 pacientes de la cátedra, investigadores y directores de la cátedra nos desplazamos a Valencia para participar en la Carrera de la Mujer Central Lechera Asturiana completando un circuito de 6,2km. El viaje fue financiado con fondos de la cátedra y supuso todo un reto y una experiencia única para todo el grupo.



- Domingo 26 de mayo de 2024. Participación en la Cursa de la Dona 2024 de Borriana. Esta carrera organizada por la Fundación LeCadó, recauda fondos a favor de la investigación contra el Cáncer de Mama, financiando proyectos de la cátedra.



- El sábado 30 de mayo participamos en la primera trail en Vall d'Uxó. La carrera popular Woman Trail fué la primera experiencia en la montaña y un gran reto para el grupo de mujeres que participaron.



- o El 5 de octubre un grupo de representantes de la C tedra de Actividad Física y Oncología se unió a la marcha trail solidaria Ciutat d'Alcoi, organizada por +queuntrailalcoi recorriendo un total de 22 km de travesía de dificultad física clasificada como media por las proximidades del Parque Natural de la Sierra de Mariola. Este evento tiene como objetivo promover el bienestar físico a través de la actividad deportiva, en este caso a través del trail running. La participación del grupo de la cátedra no sólo subraya el compromiso con la promoción de la actividad física como una herramienta clave para mejorar la calidad de vida de los pacientes oncológicos, sino que también refuerza el apoyo a iniciativas que buscan generar conciencia sobre el impacto positivo del deporte en la salud.



- o Como cada año el domingo 22 de octubre no podíamos fallar a la X Marcha Solidaria Contra el Cáncer de Mama organizada por la Fundación Le Cad  en Castellón.

Formación. Posgrado de especialización en ejercicio físico y oncología.

Uno de los principales objetivos de la cátedra para el año 2024 fue la puesta en marcha de la 3ª Edición del Diploma de especialización en Actividad Física y Oncología.

[Enlace al programa formativo.](#)



Es un objetivo estratégico el poder contar con el mayor número de graduados en actividad física y oncología posible, formados desde la cátedra, y que quieran vincular su futuro profesional a esta área de desarrollo profesional.

El posgrado inicia su docencia en noviembre de 2024, con un total de 8 alumnos, en modalidad Semipresencial y este año apostando por alumnado del ámbito geográfico más próximo a Castellón, con el objetivo de poder contar con una cantera de futuros profesionales de la cátedra.

En el desarrollo del posgrado participan más de 30 profesionales distintos de ámbitos complementarios como: Oncología, radioterapia, cirugía, ginecología, hematología, enfermería, nutrición, psicología, actividad física.

La asistencia y adherencia a las sesiones formativas ha sido plena. La formación se está completando con el módulo de prácticas de 100 horas, que los alumnos están realizando en los programas de actividad física de la cátedra y a través de las valoraciones de los pacientes.

Alianzas de la cátedra

Uno de los objetivos de la cátedra es establecer las alianzas pertinentes con entidades, asociaciones y colectivos que permitan llevar a cabo y conseguir los fondos necesarios para poder llevar a cabo las actividades programadas. El importante trasfondo social del proyecto, la masa crítica de pacientes tan importante que se beneficia del mismo y el tratarse de un proyecto innovador ha generado que en este tercer año de existencia de la cátedra se hayan conseguido afianzar las importantes alianzas ya establecidas e incrementarlas con nuevas alianzas que pasamos a enumerar:

- Ayuntamiento de Castellón
- Diputación de Castellón
- Ayuntamiento de Burriana
- Ayuntamiento de Onda
- Ayuntamiento de Vall d'Uixó
- Ayuntamiento de Peñíscola
- Ayuntamiento de Benicàssim
- Fundación Hospital Provincial de Castellón
- Asociación Española Contra el Cáncer
- Asociación Castellón Contra el Cáncer
- British School of Vila-Real
- Asociación Els Lluïsos de Vila-Real
- Publicom Sports Events
- INTURCOSA
- Fundación Universidad Empresa (FUE) de la UJI
- El Palasiet



2. PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

En el año 2024, hemos podido mantener los siguientes proyectos de investigación a través de los cuales se vertebran la actividad asistencial de la cátedra, de gran repercusión social y beneficio para los pacientes oncológicos de la provincia:

1. Impacto del ejercicio físico en la densidad mineral ósea de pacientes diagnosticados de cáncer de próstata que se encuentran en tratamiento con terapia de privación androgénica.

El cáncer constituye una de las principales causas de morbimortalidad en el mundo, siendo el cáncer de próstata el más prevalente en varones. El tratamiento del cáncer de próstata (CP) comprende diversos abordajes terapéuticos: la vigilancia activa, el tratamiento local con intención radical (prostatectomía y radioterapia) y tratamientos sistémicos como la terapia hormonal, la quimioterapia o las terapias dirigidas.

La terapia hormonal, más conocida como terapia de privación androgénica (TDA), es un tratamiento fundamental para los pacientes con cáncer de próstata en cualquiera de sus estadios, localizado, localmente avanzado o diseminado, y más de la mitad de los pacientes, recibirán TDA en algún momento de la enfermedad

El objetivo de la TDA es reducir los niveles de testosterona en sangre con el objetivo de mitigar el crecimiento y diseminación tumoral. Esta población de pacientes experimenta una disminución de la densidad mineral ósea (DMO) debido a su avanzada edad media al diagnóstico y a los tratamientos a los que se ven sometidos, entre ellos, la terapia de privación androgénica (TDA). La literatura aporta evidencia científica del beneficio obtenido del ejercicio físico en los pacientes oncológicos, pero, hasta el momento actual, no ha sido incluido en los algoritmos terapéuticos, no siendo considerado una terapia adyuvante complementaria a otras en el tratamiento oncológico.

En el siguiente proyecto se pretende demostrar como el ejercicio físico es capaz de modular y mitigar los efectos secundarios que derivan del tratamiento oncológico, especialmente de la terapia hormonal, en pacientes con cáncer de próstata.

El objetivo principal de este estudio es comparar la densidad mineral ósea (DMO) en varones con cáncer de próstata que reciben TDA y que cumplimentan un programa de ejercicio físico, frente a aquellos que no lo siguen durante el tratamiento oncológico.

2. Eficacia de una consulta de prehabilitación en autocuidados y ejercicio físico en pacientes con cáncer abdominopélvico.

La prehabilitación en el ámbito de la oncología se ha definido como “el proceso en el continuo de atención que ocurre entre el diagnóstico y el inicio del tratamiento agudo e implica medidas físicas y psicológicas que determinan el estado funcional basal del paciente”.

Se trata de un estudio observacional transversal que evalúa la eficacia pre-post de una intervención de prehabilitación diseñada ad-hoc para pacientes diagnosticados de cáncer colorrectal y ginecológico con indicación quirúrgica de inicio como parte de su plan terapéutico.

La prehabilitación multimodal prevé un continuum de cuidados entre el momento del diagnóstico y el inicio del tratamiento y brindan la oportunidad de apoyar y preparar a los pacientes para el plan terapéutico previsto y para mejorar su agencia o capacidad de autocuidados. Además, ofrece la oportunidad de transformar un periodo de espera bajo un rol pasivo hasta la cirugía en una oportunidad para el empoderamiento y la optimización activa de los pacientes.

Este tipo de intervenciones se han convertido en una importante estrategia para mejorar la salud fisiológica y psicosocial de los pacientes antes del tratamiento contra el cáncer y para preservar su calidad de vida. La prehabilitación ofrece la oportunidad de mejorar la función física, nutricional y mental de los pacientes y de optimizar su estado prequirúrgico. Además, tiene un efecto fisiológico plausible y es consistente con los principios básicos de los actuales protocolos quirúrgicos.

El programa de prehabilitación se ha configurado entorno a cuatro intervenciones clave: a) educación para la salud y autocuidados, b) asesoramiento nutricional específico, c) valoración psicológica de primer impacto e d) intervención de ejercicio físico dirigido.

Las intervenciones de educación para la salud y el autocuidado y de ejercicio físico se llevarán a cabo semanalmente desde el diagnóstico hasta el día de la cirugía programado. Además, los pacientes dispondrán de una consulta específica de asesoramiento nutricional y de una consulta de asesoramiento psicológico de primer impacto.

A la incorporación al programa los/las pacientes son valorados por nuestro equipo y se miden aspectos como la capacidad o agencia en autocuidados, volumen e intensidad de

ejercicio físico, ansiedad perioperatoria, capacidad aeróbica, fuerza y flexibilidad, complicaciones postquirúrgicas y tiempo de recuperación hasta el tratamiento adyuvante.

3. Proyecto Le Cadó. Beneficios de un programa de ejercicio físico como modulador de los niveles de estrés oxidativo inducido por el tratamiento oncológico sistémico en pacientes con cáncer de mama.

En el presente proyecto, nos planteamos evaluar los cambios en el balance oxidativo en mujeres con cáncer de mama en tratamiento sistémico de la enfermedad, tras ser incorporadas a un programa dirigido y supervisado de ejercicio físico moderado. Se ha demostrado que el ejercicio físico, es un potente modulador del balance oxidativo natural. Cuando el organismo no es capaz de contrarrestar los desequilibrios que se producen en el organismo, como por ejemplo durante el tratamiento quimioterápico, se genera un incremento de sustancias nocivas prooxidantes que inducen al daño de biomoléculas (lípidos, proteínas y ADN).

Los programas de ejercicio crónico moderado, producen una adaptación de los sistemas antioxidantes en el organismo. A nivel de expresión génica, se ha demostrado que este tipo de entrenamiento produce un incremento de los niveles de mRNA que codifican para enzimas antioxidantes (SOD, GPx, CAT).

La adaptación al entrenamiento de estos sistemas enzimáticos antioxidantes, está fuertemente influenciada por una serie de factores fisiológicos y ambientales, como el sexo, la edad y la dieta. Por ejemplo, está ampliamente demostrado el papel protector antioxidante de los estrógenos. Sabemos también que individuos de edad avanzada, generalmente muestran una menor adaptación de las enzimas antioxidantes que los individuos jóvenes que se ejercitan con una carga de trabajo similar. Y por supuesto, la ingesta nutricional resulta un factor crítico en los procesos de adaptación enzimática antioxidante al ejercicio.

En resumen, la intensidad y duración del ejercicio, ingesta nutricional y el estado de entrenamiento del individuo son factores que modulan el equilibrio del sistema antioxidantes del organismo. Sin embargo, hasta la fecha, no existe evidencia de los efectos de un programa dirigido de ejercicio moderado en los niveles de estrés oxidativo inducido por quimioterápicos en pacientes con cáncer de mama.

4. Influencia de un programa de ejercicio físico sobre la calidad de vida en pacientes con cáncer de pulmón no microcítico en tratamiento de quimioterapia-radioterapia concomitante y/o secuencial.

El ejercicio físico es considerado como la intervención no farmacológica más eficaz en la promoción del bienestar físico, mental y funcional de pacientes con cáncer y una terapia que mejora la calidad de vida de éstos pacientes. Los pacientes con cáncer de pulmón en estadio avanzado suelen presentar muchos síntomas y enfermedades concomitantes. Este cuadro, junto con los efectos colaterales de los tratamientos oncológicos, produce un deterioro del estado físico de los pacientes. El ejercicio físico en pacientes con cáncer de pulmón es importante en todos los momentos de la enfermedad. Antes de la cirugía para mejorar la capacidad cardiorrespiratoria y los resultados de esta. En el postoperatorio, para acelerar la recuperación y minimizar la pérdida de función respiratoria. Durante el tratamiento de quimioterapia y radioterapia, la tolerancia es mejor en los pacientes con buen nivel de actividad física. Con este proyecto pretendemos demostrar cómo un programa de ejercicio físico, personalizado, dirigido y supervisado por especialistas en actividad física y deporte en el ámbito de la oncología, en pacientes con cáncer de pulmón puede disminuir la toxicidad física de los tratamientos y sus efectos secundarios a la vez que mejora la capacidad aeróbica, la fuerza muscular, la flexibilidad y valorar la repercusión del mismo sobre la calidad de vida de estos pacientes. Todos nuestros pacientes están diagnosticados de cáncer de pulmón no microcítico en tratamiento con quimioterapia y/o radioterapia que aceptan voluntariamente incorporarse a nuestro programa y son derivados desde las consultas de oncología del Hospital Provincial de Castellón.

Los pacientes al iniciar el proyecto son valorados por nuestro equipo, recogiendo variables de condición física, antropométricas, psicológicas y de bienestar. A partir de este momento son incorporados en diferentes grupos, en función de su condición física e inician un programa de entrenamiento bisemanal en las instalaciones deportivas de nuestra universidad. Las valoraciones se repiten cada 3 meses para analizar el evolutivo.

5. Proyecto Le Cadó. Beneficios de un programa de Actividad Física en Pacientes con cáncer de mama en tratamiento sistémico de la enfermedad (BAFC).

El ejercicio físico es considerado como la intervención no farmacológica más eficaz en la promoción del bienestar físico, mental y funcional de pacientes con cáncer y una terapia que mejora la calidad de vida del paciente con cáncer. Con el proyecto BAFC pretendemos demostrar cómo un programa de Actividad Física, personalizado, dirigido y supervisado por especialistas de actividad física en el ámbito de la oncología, puede mejorar la calidad de vida de estas pacientes, disminuir la toxicidad física de los tratamientos y sus efectos secundarios, a la vez que mejorar la condición física de estas pacientes.

Todas nuestras pacientes son mujeres con cáncer de mama y en tratamiento sistémico de la enfermedad, que aceptan voluntariamente incorporarse a nuestro programa y son derivadas desde las consultas de oncología del Hospital Provincial de Castellón.

Las pacientes al iniciar el proyecto son valoradas por nuestro equipo, recogiendo variables de condición física, antropométricas, psicológicas y de Bienestar. A partir de este momento nuestras mujeres son incorporadas en diferentes grupos, en función de su condición física e inician un programa de entrenamiento bisemanal en las fabulosas instalaciones deportivas de nuestra universidad.

Las valoraciones se repiten cada 3 meses para analizar el evolutivo.

6. Proyecto Le Cadó. Beneficios de un programa de ejercicio físico en pacientes con cáncer de mama en Tratamiento hormonal para prevenir la osteoporosis.

La hormonoterapia es un tratamiento médico oncológico muy frecuente en el cáncer de mama. Este tratamiento utiliza fármacos que actúan modificando las hormonas (evitando su síntesis o alterando sus efectos sobre determinadas células) para frenar el crecimiento de ciertos tumores. Aproximadamente el 60-70% de los tumores mamarios presentan receptores de estrógenos y/o de progesterona en la superficie de sus células y pueden por tanto responder a esta forma de tratamiento.

El ejercicio físico es considerado como la intervención no farmacológica más eficaz en la mejora de la condición física, la composición corporal y la prevención de la osteoporosis en pacientes con cáncer de mama en tratamiento activo de la enfermedad y una terapia que mejora la calidad de vida del paciente con cáncer.

Con el proyecto BAFC pretendemos demostrar cómo un programa de ejercicio físico, personalizado, dirigido y supervisado por especialistas de actividad física en el ámbito de la oncología, puede mejorar la composición corporal, la desmineralización y pérdida de masa ósea, disminuir la toxicidad física de los tratamientos y sus efectos secundarios, a la vez que mejora la condición física de estas pacientes.

Todas nuestras pacientes son mujeres con cáncer de mama y en tratamiento activo con Hormonoterapia que aceptan voluntariamente incorporarse a nuestro programa y son derivadas desde las consultas de oncología del Hospital Provincial de Castellón.

Las pacientes al iniciar el proyecto son valoradas por nuestro equipo, recogiendo variables de condición física, antropométricas, psicológicas y de Bienestar. A partir de este momento nuestras mujeres son incorporadas en diferentes grupos, en función de su condición física y tratamiento e inician un programa de entrenamiento bisemanal en las instalaciones deportivas de nuestra universidad.

Las valoraciones se repiten cada 6 meses para analizar el evolutivo.

3. RESULTADOS WEB Y RRSS

En este punto se analizan los resultados y la evolución de la web, las redes sociales y el boletín de la cátedra respecto a distintas métricas (publicaciones, impresiones, visitas, o seguidores, entre otras).

Es de especial importancia la sección de actualidad de la web, ya que es la que mantiene la página en constante cambio y genera interés, visitas y mayor visibilidad. Esto se ve complementado con la publicación en redes sociales de las noticias de la sección de actualidad, que sostienen el crecimiento de los perfiles de la cátedra.

El objetivo, por tanto, es mantener la página activa y promocionar la imagen de la cátedra, de forma que el resto de las actividades que se organizan (seminarios, jornadas, premios, becas, etc.) tengan mayor impacto y lleguen a un mayor número de usuarios.

PÁGINA WEB DE LA CÁTEDRA

Los datos web, proporcionados por Google Analytics, muestran los siguientes resultados para el periodo comprendido desde enero de 2024 hasta noviembre 2024:

- **4.000 visitas a la web.**
- **3.800 nuevos usuarios.**



Actividad de los usuarios a lo largo del tiempo



La incorporación de la sección “cartas de gratitud” han sido muy bien afectada por nuestros seguidores con 1.300 mil visitas.

Vistas por Título de página y clase de pantalla

TÍTULO DE PÁGINA Y CLASE DE PANTAL...	VISTAS
Cátedra de Actividad Física y Oncología "Fun...	2,8 mil
Cartas de gratitud Cátedra de Actividad Fisi...	1,3 mil
Equipo Cátedra de Actividad Física y Oncolo...	1,2 mil
Proyectos Cátedra de Actividad Física y On...	685
Noticias Cátedra de Actividad Física y Onco...	454
Jornadas y Congresos Cátedra de Actividad...	448
Formación Cátedra de Actividad Física y On...	429

Igualmente es reseñable la difusión de la web en otros países como EEUU o algunos países sudamericanos como Colombia o México.

Usuarios activos por País



PAÍS	USUARIOS ACTI...
Spain	3,5 mil
Colombia	72
United States	65
Mexico	50
China	23
Argentina	22
United Kingdom	18

REDES SOCIALES (RRSS)

Las redes sociales, Facebook e Instagram, son el principal canal para difundir las publicaciones de la cátedra y para interactuar con otras entidades.

El número de posts, según la red social, está directamente vinculado con el número de entradas en la sección de actualidad de la web y el resto de las actividades realizadas y difundidas por la cátedra.

Hay distintas métricas para evaluar la evolución de ambas redes. La más clara es el número de seguidores, pero directamente ligadas a esta se encuentran otras como:

- **Impresiones:** número de veces que un usuario ve una publicación.
- **Interacciones:** número de veces que un usuario interactúa con una publicación. Esta interacción puede ser de distintas formas: comentario, publicación compartida, o like, o reacciones.
- **Otros:** visitas al perfil.

En general, a mayor número de seguidores, mayor número de impresiones y mayor probabilidad de que se produzca una interacción, al llegar a un mayor volumen de usuarios. Sin embargo, esto también depende (o indica) el interés de los usuarios en las publicaciones.

FACEBOOK

- Alcance de las publicaciones 7846.
- Reacciones, comentarios y veces que se han compartido publicaciones 2788.
- Visitas en Facebook 4999.
- Total, seguidores 591 / 495 (2023). **Crecimiento del 109%**.
- Audiencia alcanzada por sexo 79,1% mujeres y 20,9% hombres.
- Audiencia alcanzada por edad: 18-24 1,2%, 25-34 3,9%, 35-44 19,2%, 45-54 46,6%, 55-64 21,4%, 65+ 9,7%.
- Audiencia alcanzada por países: 99,8 % España y 0,4% Argentina, Bangladesh 0,2 % China 0,2%, Colombia 0,2%, Costa de Marfil 0,2%, México 0,2%, Perú 0,2%.
- Audiencia alcanzada por ciudades principales: Castellón 32,9,3%, Vila-real 27%, Burriana 4.6%, Valencia 4,4%, Almazora 3%, Vall d'Uxó 2,6%, Benicasim 1,8%, Onda 1,7%, Nules 1,3%, Torrent 1.1%.



INSTAGRAM

- Cuentas alcanzadas 18.200 / 5.500 (2023). **Crecimiento del 264%**.
- Cuentas que interactúan 3145 / 1300 (2023). **Crecimiento del 142%**.
- Total seguidores 1023/ 832 (2023). **Crecimiento del 122,9%**.
- Audiencia alcanzada por sexo 77,6% mujeres y 22,4% hombres
- Audiencia alcanzada por edad: 18-24 7,5%, 25-34 20,5%, 35-44 25%, 45-54 30,2%, 55-64 13,8%, 65+ 3%
- Audiencia alcanzada por países: España 97,8%, Argentina 0,4%, Suiza 0,4%, Chile 0,4% y México 0,4%, Reino Unido 0,4%, Puerto Rico 0,1%, Uruguay 0,1%, Honduras 0,1% e Irán 0,1%.
- Audiencia alcanzada por ciudades principales: Castellón 25,2%, Vila-real 14,6%, Valencia 5,2%, Burriana 5,1%, Madrid 4.3%, Onda 3,9%, Benicàssim 2,7%, Almazora 2,4%, Vall d'Uixó 2,4% y Nules 1,1%.



4. PRESENCIA EN MEDIOS

Los medios que han publicado noticias referentes a la Cátedra de la UJI son mayoritariamente del ámbito generalista, local o provincial, siendo entre otros: El mundo Castellón, El Periódico Mediterráneo, Onda Cero Castellón, Cadena Ser, Castellón Informació, Castellón Base, El Periòdic, El triángulo, WOW Castellón, Castellón al día, Castellón Plaza, Europapress, El periódico azulejero, Arrels Online y Castellón al día entre otros.

Durante 2024 se emitieron desde la Càtedra un total de 19 notas de prensa. La relación es la siguiente:

- 2 febrero 2024: La cátedra de la UJI que fusiona oncología y deporte.
- 6 febrero 2024: Día Mundial contra el Cáncer.
- 8 febrero 2024: Mediterranean EPIC con CAFO.
- 9 febrero 2024: La revista “Poble” premia en Vila-Real a la Junta de Semana Santa, Sergio Caballero y a la Fundación “José Soriano Ramos”.
- 19 febrero 2024: Onda abre un servicio de actividad física para pacientes con cáncer.
- 27 marzo 2024: Pedalea con CAFO.
- 13 abril 2024: La Diputación de Castellón reconocerá a la Cátedra de Actividad Física y Oncología de la Universitat Jaume I con el mérito a la Innovación en el Día de la Provincia.
- 16 abril 2024: Éxito en la Carrera de la Mujer de Valencia con participación destacada de la Cátedra de Actividad Física y Oncología “Fundación José Soriano Ramos”.
- 15 mayo 2024: El partido de fútbol benéfico Universitat-Empresa recauda más de 2000 euros para la investigación contra el cáncer.
- 28 mayo 2024: V Marcha “Un Paseo por la vida Almassora 2024”. Fundació LeCadó.
- 31 mayo 2024: La Càtedra d’Actividad Física y Oncología “Fundación José Soriano Ramos” comptarà amb el suport de l’Ajuntament de La Vall d’Uixó.

- 3 junio 2024: 3ª y 4ª edición del Taller teórico-práctico de relajación a través de la apnea y la respiración.
- 4 junio 2024: VIII Marxa de la Dona Borriana 2024 contra el cáncer de mama.
- 12 julio 2024: La cátedra de Actividad Física y Oncología es galardonada en la XXI edición de los Premios Radio Castellón.
- 24 julio 2024: La cátedra d'activitat física y oncología de l'UJI comptarà amb el suport de l'ajuntament de Castelló.
- 30 septiembre 2024: Marta Barrachina ensalza la fuera del “talento, coraje, determinación, superación y arte” de una provincia que mira el futuro con “Alma, corazón y orgullo”.
- 14 octubre: Representantes de la Cátedra de Actividad física y Oncología participan en la Trail Solidaria “Ciutat d’Alcoi”.
- 21 octubre 2024: X Marcha Contra el cáncer de Mama “Un paseo por la Vida” congrega a más de 5000 personas en Castellón en apoyo de la investigación oncológica.
- 25 octubre 2024: Los beneficios de la actividad física para el paciente oncológico: Experiencia de la Cátedra de Actividad Física y Oncología "Fundación José Soriano Ramos" de la Universitat Jaume I.

Los contenidos de algunos de estos documentos y la estructura de las notas de prensa se pueden consultar en el anexo 1.

Clipping de medios

A continuación, algunas de las apariciones en medios de comunicación escritos y digitales:

‘Te ayuda a normalizarlo todo, el mundo del hospital es muy hostil, esto nos da vida’: La Cátedra de la UJI que fusiona oncología y deporte. Enero 2024.

<https://cadenaser.com/comunitat-valenciana/2024/01/28/te-ayuda-a-normalizarlo-todo-el-mundo-del-hospital-es-muy-hostil-esto-nos-da-vida-la-catedra-de-la-uji-que-fusiona-oncologia-y-deporte-radio-castellon/>

La revista “Poble premia en Vila-real a la Junta de Semana Santa, Sergio Caballero y la Fundación José Soriano. Febrero 2024.

<https://www.elperiodicomediterraneo.com/vilareal/2024/02/09/premis-poble-vila-real-junta-central-semana-santa-sergio-caballero-fundacion-jose-soriano-97981060.html>

Onda abre un servicio de actividad física para pacientes con cáncer. Febrero 2024. <https://www.elperiodicomediterraneo.com/comarcas/2024/02/08/onda-uji-cancer-abre-deporte-servicio-actividad-fisica-ejercicio-castellon-97910400.html>

Onda inicia la Cátedra CAFO de la UJI para brindar los beneficios de la actividad física a pacientes oncológicos. Febrero 2024.

<https://www.onda.es/ond/news/new.php?id=2227>
https://www.elperiodic.com/onda/onda-inicia-catedra-cafo-para-brindar-beneficios-actividad-fisica-pacientes-oncologicos_944393#google_vignette

La Cátedra CAFO de la UJI llega a Onda para promover los beneficios del deporte en pacientes oncológicos. Febrero 2024.

https://www.ondacero.es/emisoras/comunidad-valenciana/vila-real/noticias/catedra-cafo-uji-llega-onda-promover-beneficios-deporte-pacientes-oncologicos_2024021265ca20f84129260001b0a12d.html

Onda abre un servicio de actividad física para pacientes oncológicos a través de la Jaume I. Febrero 2024 <https://www.castelloninformacion.com/onda-abre-un-servicio-de-actividad-fisica-para-pacientes-oncologicos-a-traves-de-la-uji/>

La Cátedra CAFO de la UJI llega a Onda para promover los beneficios del deporte en pacientes oncológicos. Febrero 2024.

https://www.ondacero.es/emisoras/comunidad-valenciana/vila-real/noticias/catedra-cafo-uji-llega-onda-promover-beneficios-deporte-pacientes-oncologicos_2024021265ca20f84129260001b0a12d.html

La Cátedra de Actividad Física y Oncología (CAFO) de la UJI inicia su actividad en Onda. Febrero 2024.

<https://www.eltriangulo.es/contenidos/?p=93316>

Begoña Carrasco ha pedaleado hoy contra el cáncer en una actividad organizada por la Cátedra de Actividad Física y Oncología en la que han participado oncólogos, investigadores y pacientes. Marzo 2024.

<https://www.google.es/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://wowcastellon.com/2024/03/22/begona-carrasco-ha-pedaleado-hoy-contra-el-cancer-en-una-actividad-organizada-por-la-catedra-de-la-actividad-fisica-y-oncologia-en-la-que-han-participado-oncologos-investigadores-y-pacientes/&ved=2ahUKEwjMzOLw5LCJAxUAcvEDHUBxMSY4KBAWegQIFxAB&usg=AOvVaw1H2AA3Ar7JLFjqznjFfPDS>

Diputación distingue la Cátedra de Actividad Física y Oncología de la UJI con el mérito a la Innovación. Abril 2024.

https://www.google.es/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://castellonplaza.com/diputacion-distingue-catedra-actividad-fisica-oncologia-uji-merito-innovacion&ved=2ahUKEwik7ciW4rCJAxXuA9sEHcHIKMc4ChAWegQIFB AB&usg=AOvVaw1M_JVvczpG7mpWCrdzamIx

La Diputación de Castellón reconocerá a la Cátedra de Actividad Física y Oncología de la UJI con el mérito a la Innovación el Día de la Provincia. Abril 2024. <https://joventut.dipc.as/es/actualidad/la-diputacion-de-castellon-reconocer-a-la-catedra-de-actividad-fisica-y-oncologia-de-la-uji-con-el-merito-a-la-innovacion-en-el-dia-de-la-provincia>

La Diputación reconocerá a la Cátedra de Actividad Física y Oncología de la UJI en el Día de la Provincia. Abril 2024.

<https://fotos.europapress.es/fotonoticia/f5883426>

Partit de fútbol benèfic a l'UJI en favor de la Càtedra CAFO UJI. Abril 2024.

<https://www.castelloninformacion.com/partit-futbol-benefic-uji-favor-catedra-cafo-uji/>

El partit de futbol benèfic Universitat-Empresa recapta més de 2.000 euros per a la investigació contra el càncerLa Fundació Universitat Jaume I-Empresa entrega la recaptació a la Càtedra d'Activitat Física i Oncologia «Fundació José Soriano Ramos». Mayo 2024. <https://www.uji.es/com/noticies/2024/5/1q/partit-futbol-fue/#>

El partido de fútbol benéfico de la FUE-UJI recauda más de 2.000 euros para la investigación contra el cáncer. Mayo 2024.

<https://www.elperiodicodelazulejo.es/industria/el-partido-de-futbol-benefico-de-fue-uji-recauda-mas-de-2000-euros-para-la-investigacion-contra-el-cancer-AE1789354>

British School of Vila-real apuesta por la solidaridad y el deporte junto a la FUE-UJI. Mayo 2024. <https://britishschoolvilareal.com/partido-benefico/>

FUE-UJI prepara un partido de fútbol benéfico con el patrocinio de Macer y Pamesa. La iniciativa recaudará fondos para la investigación que lleva a cabo la Càtedra CAFO de Actividad Física y Oncología Fundación José Soriano Ramos de la Universitat Jaume I. Mayo 2024.

<https://www.elperiodicodelazulejo.es/industria/fue-uji-prepara-un-partido-de-futbol-benefico-con-el-patrocinio-de-macer-y-pamesa-MK1783097>

Castelló aprueba el primer convenio de colaboración con la Càtedra de Actividad Física y Oncología de la UJI. Mayo 2024.

<https://www.elperiodicomediterraneo.com/castello/2024/05/05/castello-aprueba-primer-convenio-colaboracion-101957625.html>

La Càtedra de Actividad Física y Oncología estrecha sus lazos con el Ayuntamiento de Castellón. Julio 2024. <https://castellonplaza.com/la-catedra-de-actividad-fisica-y-oncologia-de-la-uji-estrecha-sus-lazos-con-el-ayuntamiento-de-castello>

Galardonados de la XXI edición de los Premios Radio Castellón. Julio 2024.

<https://cadenaser.com/comunitat-valenciana/2024/07/11/galardonados-de-la-xxi-edicion-de-los-premios-radio-castellon-radio-castellon/>

Castellón apoya con 20.000 euros a la Cátedra de Actividad Física y Oncología de la UJI. Julio 2024. <https://castellonbase.com/castellon-apoya-con-20-000-euros-a-la-catedra-de-actividad-fisica-y-oncologica-de-la-uji/>

Marta Barrachina alaba el “talante y coraje” de una provincia “con alma”. Septiembre 2024. <https://castellonaldia.elmundo.es/castellon/fiestas/marta-barrachina-diputacion-de-castellon-talante-coraje-dia-de-la-provincia-alma-KC21239517>

Marta Barrachina ensalza la fuerza del “talento, coraje, determinación, superación y arte” de una provincia que mira al futuro con “alma, corazón y orgullo”. Septiembre 2024. <https://www.dipc.es/es/actualidad/marta-barrachina-ensalza-la-fuerza-del-talento-coraje-determinacion-superacion-y-arte-de-una-provincia-que-mira-al-futuro-con-alma-corazon-y-orgullo>

Onda y UJI firman un convenio para mejorar la calidad de vida de pacientes oncológicos a través del deporte. Septiembre 2024. <https://cadenaser.com/comunitat-valenciana/2024/09/17/onda-y-la-uji-firman-un-convenio-para-mejorar-la-calidad-de-vida-de-pacientes-oncologicos-a-traves-del-deporte-radio-castellon/>

Onda y la UJI firman un convenio para mejorar la calidad de vida de los pacientes oncológicos a través del deporte. Septiembre 2024. <https://arrelsonline.es/art/19611/onda-y-la-uji-firman-un-convenio-para-mejorar-la-calidad-de-vida-de-pacientes-oncologicos-a-traves-del-deporte>

Onda y la UJI colaboran en mejorar la calidad de vida de los pacientes con cáncer. Septiembre 2024. <https://castellonaldia.elmundo.es/comarcas/plana-baixa/onda-y-la-uji-colaboran-en-mejorar-la-calidad-de-vida-de-los-pacientes-con-cancer-GE21073014>

Onda y la UJI firman un convenio para mejorar la calidad de vida de pacientes oncológicos a través del deporte. Septiembre 2024. https://www.ondacero.es/emisoras/comunidad-valenciana/vila-real/noticias/onda-uji-firman-convenio-mejorar-calidad-vida-pacientes-oncologicos-traves-deporte_2024091766e980cd3c87870001e2b946.html

Los beneficios de la actividad física para el paciente oncológico. Experiencia de la Cátedra de Actividad Física y Oncología “Fundación José Soriano Ramos de

la Universitat Jaume I". Octubre 2024.

<https://comcas.es/portal/agenda/detalle.aspx?s=204>

<https://www.comv.es/actualidad/el-icomv-y-el-imv-organizan-la-conferencia-los-beneficios-de-la-actividad-fisica-para-el-paciente-oncologico/>

Comienza en Pe n scola el programa de la CAFO, organizado por la UJI y el Hospital Provincial de Castellón. Octubre 2024.

<https://www.peniscola.org/ver/16898/Comienza-en-Pe n scola-el-programa-de-la-CAFO--organizado-por-la-UJI-y-el-Hospital-Provincial-de-Castellón.html>

PREMIOS DIPUTACIÓN

<https://castellonaldia.elmundo.es/castellon/gala-dia-provincia-retratara-origenes-de-castellon-en-tirig-AK21182929>

<https://www.vivecastellon.com/noticiario/el-municipio-de-tirig-acoge-el-primer-dia-de-la-provincia-itinerante-en-el-que-la-diputacion-de-castellon-ha-reconocido-meritos-y-ha-puesto-en-valor-las-fortalezas-de-nuestra-tierra-45425.html>

<https://cadenaser.com/comunitat-valenciana/2024/10/30/uno-no-puede-controlar-la-meteorologia-pero-puede-minimizar-este-tipo-de-problemas-limpiando-los-cauces-de-los-rios-la-queja-del-alcalde-de-cirat-tras-las-grandes-inundaciones-en-valencia-radio-castellon/>

PREMIOS RADIO CASTELLÓN

<https://cadenaser.com/comunitat-valenciana/2024/07/11/galardonados-de-la-xxi-edicion-de-los-premios-radio-castellon-radio-castellon/>

5. Anexo n 1. Contenidos notas de prensa.

Representantes de la C tedra de Actividad Física y Oncología participan en la Trail Solidaria "Ciutat d'Alcoi"

Un grupo de representantes de la C tedra de Actividad Física y Oncología se unió a la marcha trail solidaria Ciutat d'Alcoi, organizada por +queuntrailalcoi recorriendo un total de 22 km de travesía de dificultad física clasificada como media por las proximidades del Parque Natural de la Sierra de Mariola.

Este evento tiene como objetivo promover el bienestar físico a través de la actividad deportiva, en este caso a través del trail running.



La participación del grupo de la cátedra no sólo subraya el compromiso con la promoción de la actividad física como una herramienta clave para mejorar la calidad de vida de los pacientes oncológicos, sino que también refuerza el apoyo a iniciativas que buscan generar conciencia sobre el impacto positivo del deporte en la salud.

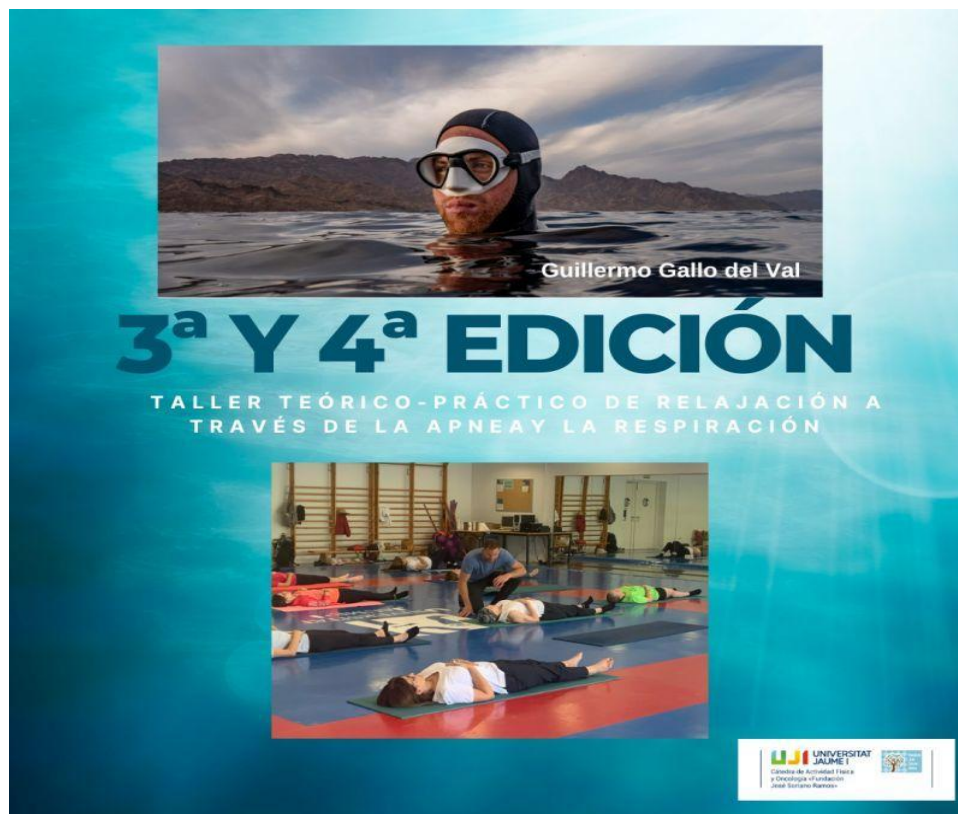


En el evento, representantes de la cátedra demostraron con su experiencia cómo el ejercicio puede ser una intervención efectiva que acompañe el tratamiento del cáncer y que contribuye a la recuperación y bienestar de los pacientes.

¡¡¡Sin duda una experiencia más que repetiremos seguro!!!

3ª y 4ª edición del "Taller teórico-práctico de relajación a través de la apnea y la respiración"

Mañana día 4 de junio y el próximo viernes 7 de junio de 2024 tendrá lugar las 3ª y 4ª edición del "Taller teórico-práctico de relajación a través de la apnea y la respiración" de la mano del apneista y plusmarquista nacional de apnea libre en profundidad [Guillermo Gallo del Val](#).



El objetivo principal del taller es proporcionar a los afectados por un cáncer herramientas para manejar el estrés y la ansiedad relacionados con su enfermedad. Esta iniciativa se inscribe en el compromiso de la Cátedra de utilizar la actividad física y otras disciplinas relacionadas para mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por el cáncer.

Éxito en la Carrera de la Mujer de Valencia 2024 con participación destacada de la Cátedra de Actividad Física y Oncología "Fundación José Soriano Ramos"

La Carrera de la Mujer de Valencia de este año no solo fue un evento deportivo de gran magnitud, sino también una plataforma para la concienciación sobre la importancia de la actividad física en la prevención y el tratamiento del cáncer.

Miles de mujeres se reunieron en las calles de Valencia el pasado domingo para correr juntas en solidaridad, celebrando la fuerza y la determinación de las mujeres en la lucha contra el cáncer y por una vida saludable.



Desde la Cátedra de Actividad Física y Oncología «Fundación José Soriano Ramos» se desplazaron más de 80 mujeres que desde CAFO acompañadas por familiares y amigos corrieron los 6,5 km de recorrido por las calles de la capital del Turia.

Este año, la Cátedra de Actividad Física y Oncología «Fundación José Soriano Ramos» recibió doble reconocimiento en la Carrera de la Mujer de Valencia 2024. Se hizo merecedora del tercer premio por el número de participantes en la categoría de asociaciones de mujeres, así como del segundo premio por menor tiempo en esta misma categoría. Estos premios reflejan el compromiso y la dedicación de la cátedra a través de

sus programas de actividad física contra el cáncer y en la prevención de los efectos secundarios de su tratamiento.

La Carrera de la Mujer de Valencia 2024 fue, sin duda, un éxito rotundo, no solo como una competencia deportiva, sino como una expresión de solidaridad, empoderamiento y compromiso con la salud de estas pacientes oncológicas.

Pedalea con CAFO

El pasado viernes 22 de marzo de 2024 tuvo lugar el primer evento de «Pedalea con CAFO». Esta actividad pretende ser un espacio de deporte y convivencia entre oncólogos, autoridades investigadores y pacientes. En esta primera sesión participaron:

-Begoña Carrasco – alcaldesa de Castellón

-Alfredo Sánchez – jefe del Servicio de Oncología Médica del Hospital Provincial de Castellón.

-Ana Bold  – jefa del Servicio de Ginecología del Hospital de la Plana.

que pedalearon junto a Eladio Collado director de la cátedra y Pablo Baliño en representación del equipo de investigadores y por supuesto casi una veintena de pacientes que participan actualmente del programa de ejercicio físico de CAFO.



Un espacio de deporte y convivencia entre Oncólogos, Autoridades,
Investigadores y Pacientes

PEDALEA CON CAFO

VIERNES 22 DE MARZO 2024 A LAS 15:30
SALA DE CICLO INDOOR UJI (INSTALACIONES PISCINA CUBIERTA)

PARTICIPANTES:

BEGOÑA CARRASCO Alcaldesa de Castellón de la Plana
ALFREDO S NCHES Jefe Servicio de Oncología Hospital Provincial de Castellón
ANA BOLD  RODA Jefa Servicio de Ginecología Hospital de la Plana



La primera edil ha destacado que “es la primera vez que el Ayuntamiento de Castellón tendrá un convenio con la C tedra como muestra del apoyo del gobierno municipal a la investigación y la prevención del cáncer” y afirmó que el ajustamiento de Castellón

destinará por primera vez, 20.000 euros a la Cátedra de la Actividad Física y Oncología para que se sigan desarrollando programas que mejoren la calidad de vida de los pacientes con cáncer.

EN EQUIPO PEDALEAMOS CONTRA EL CÁNCER Y LOS EFECTOS DE SU TRATAMIENTO!!!

La Mediterranean EPIC con CAFO

El pasado lunes 5 de febrero se presentó públicamente en la plaza de las Aulas de Castellón la Carrera de BTT Mediterranean EPIC, la carrera por etapas más prestigiosa de España y la segunda mejor carrera del mundo, según la Unión Ciclista Internacional. Dicho evento tendrá lugar del 8 al 11 de febrero en Oropesa y Castellón.

Héctor de la Cajiga, presidente del CD Publicom Sports, y organizador del evento ha firmado un acuerdo de colaboración con la Cátedra de Actividad Física y Oncología “fundación José Soriano Ramos”, para donar la aportación solidaria de los corredores de este evento deportivo y de la Mediterranean EPIC Gran fondo a CAFO para financiar proyectos de investigación vinculados al cáncer y deporte.



De este modo, sumamos a Publicom Sports y la Mediterranean EPIC a la familia CAFO y potenciamos la colaboración entre la organización de eventos deportivos y la investigación sobre los beneficios del Ejercicio Físico en las y los pacientes oncológicos.

Héctor de la Cajiga y el director de la cátedra Eladio Collado pudieron hablar cordialmente con Sergio Mantecón, actual campeón de España de BTT, y comentar la labor realizada desde la cátedra vinculada al deporte con pacientes oncológicos.

A modo anecdótico reseñar que el director de la Cátedra, en muestra de agradecimiento, se ha comprometido públicamente a inscribirse e intentar acabar la Mediterranean EPIC Gran Fondo que tendrá lugar en tierras de Castellón el próximo mes de abril, aportando su euro solidario.

6. Anexo Nº2. Publicaciones científicas



Article

Effect of a Long-Term Online Home-Based Supervised Exercise Program on Physical Fitness and Adherence in Breast Cancer Patients: A Randomized Clinical Trial

Maria Elena Garcia-Roca ¹, Ignacio Catalá-Vilaplana ^{2*}, Carlos Hernando ³, Pablo Balaño ⁴,
 Pablo Salas-Medina ¹, Pilar Suarez-Alcazar ¹, Ana Folch-Ayora ¹ and Eladio Collado Boira ¹

¹ Faculty of Health Sciences, Pre-Department of Nursing, Jaume I University, 12071 Castellón, Spain; garciorc@uji.es (M.E.G.-R.); psalas@uji.es (P.S.-M.); malcazar@uji.es (P.S.-A.); afolch@uji.es (A.F.-A.); collado@uji.es (E.C.B.)

² Department of Physical Education and Specifics Didactics, University of Valencia, 46100 Valencia, Spain

³ Sport Service, Department of Education, Jaume I University, 12071 Castellón, Spain; hernando@uji.es

⁴ Faculty of Health Sciences, Pre-Department of Medicine, Jaume I University 12071 Castellón, Spain; balaño@uji.es

* Correspondence: ignacio.catala@uv.es

Simple Summary: One of the most prevalent malignancies across the world is female breast cancer, accounting for 25% of all diagnosed cancers. Physical exercise has been recognized as an important strategy for prevention and treatment during the cancer continuum. Home-based exercise programs can produce greater adherence rates than in-person interventions. However, the majority of home-based programs are carried out employing practical guides, brochures or electronic materials without supervision, which can increase the risk of injury and adverse effects. The aim of this study was to analyze the effect of a synchronous-supervised online home-based exercise program during 24 weeks on body composition, physical fitness and adherence compared to an exercise recommendation group without supervision with patients undergoing breast cancer treatment. We confirmed that supervised home-based exercise interventions can be an interesting strategy to improve physical fitness and adherence rates in breast cancer patients undergoing treatment.



Citation: Garcia-Roca, M.E.; Catalá-Vilaplana, I.; Hernando, C.; Balaño, P.; Salas-Medina, P.; Suarez-Alcazar, P.; Folch-Ayora, A.; Collado Boira, E. Effect of a Long-Term Online Home-Based Supervised Exercise Program on Physical Fitness and Adherence in Breast Cancer Patients: A Randomized Clinical Trial. *Cancers* **2024**, *16*, 1912. <https://doi.org/10.3390/cancers16101912>

Academic Editor: Christian Steger

Received: 21 March 2024

Revised: 18 April 2024

Accepted: 15 May 2024

Published: 17 May 2024



Copyright: © 2024 by the authors. Licensee MDPI, Basel, Switzerland. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: The purpose of the present study was to analyze the effect of a synchronous-supervised online home-based exercise program (HBG) during 24 weeks on body composition, physical fitness and adherence compared to an exercise recommendation group (ERG) without supervision with patients undergoing breast cancer treatment. Fifty-nine female breast cancer patients (31 in HBG and 28 in the ERG) undergoing cancer treatments participated in the present randomized clinical trial. The exercise program consisted of a 60 min combined assistance and aerobic supervised exercise session (6–8 points on Borg Scale CR-10, moderate intensity), twice a week during 24 weeks. The exercise recommendation group only received general recommendations to comply with the current ACSM guidelines. Body composition and physical fitness were assessed at baseline, 12 weeks and 24 weeks of the program. Adherence to the intervention was measured according to the minutes of exercise completed per session during each week. A general linear model of two-way repeated measures showed significant improvements ($p < 0.05$) in physical fitness that were observed in the home-based exercise group at the baseline, 12-week and 24-week assessments compared to the exercise recommendation group. Adherence was also higher in the home-based exercise group. However, no changes ($p > 0.05$) in body composition between groups and moments were observed. In this sense, supervised home-based exercise interventions can be an interesting strategy to improve physical fitness and adherence rates in breast cancer patients undergoing treatment.

Keywords: breast neoplasm; treatment; physical function; exercise oncology; physical activity



Article

Exercise and Quality of Life (QoL) in Patients Undergoing Active Breast Cancer Treatment—Comparison of Three Modalities of a 24-Week Exercise Program—A Randomized Clinical Trial

Maria-Pilar Suárez-Alcázar ¹, M-Elena García-Roca ¹, Eladio J. Collado-Boira ^{1,*}, Paula Recacha-Ponce ¹,
 María Dolores Temprado-Albalat ², Pablo Baliño ¹, María Muriach ¹, Raquel Flores-Buils ¹,
 Pablo Salas-Medina ¹, Carlos Hernando ³ and Ana Folch-Ayora ¹

¹ Faculty of Health Sciences, Jaume I University, 12071 Castellón de la Plana, Spain; malcazar@uji.es (M.-P.S.-A.); garciroe@uji.es (M.-E.G.-R.); recacha@uji.es (P.R.-P.); baliño@uji.es (P.B.); muriach@uji.es (M.M.); flores@uji.es (R.F.-B.); salas@uji.es (P.S.-M.); afolch@uji.es (A.F.-A.)

² Department of Medicine, Cardinal Herrera CEU University, 12006 Castellón de la Plana, Spain; maria.temprado@uch.ceu.es

³ Department of Education and Specific Didactics, Sport Service, Jaume I University, 12071 Castellón de la Plana, Spain; hernando@uji.es

* Correspondence: colladoe@uji.es



Citation: Suárez-Alcázar, M.-P.; García-Roca, M.-E.; Collado-Boira, E.J.; Recacha-Ponce, P.; Temprado-Albalat, M.D.; Baliño, P.; Muriach, M.; Flores-Buils, R.; Salas-Medina, P.; Hernando, C.; et al. Exercise and Quality of Life (QoL) in Patients Undergoing Active Breast Cancer Treatment—Comparison of Three Modalities of a 24-Week Exercise Program—A Randomized Clinical Trial. *Healthcare* 2024, 12, 1107. <https://doi.org/10.3390/healthcare12111107>

Academic Editor: Francesca Magnan

Received: 30 March 2024

Revised: 7 May 2024

Accepted: 24 May 2024

Published: 29 May 2024



Copyright: © 2024 by the authors. Licensee MDPI, Basel, Switzerland. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract Background: Exercise is an accepted intervention to improve the quality of life (QoL) of breast cancer patients. Exercise programs have been developed, and all have shown satisfactory results in improving the QoL. There is a lack of research comparing different prescription modalities. The aim of this study is to evaluate the effectiveness of physical exercise (in-person and home-based, compared to the exercise recommendation) on the QoL in breast cancer patients actively undergoing treatment. Methods: This is a randomized clinical trial with three groups (in-person guided and supervised in-person exercise program; home-based exercise guided and supervised exercise program with streaming monitoring both as a intervention groups; and recommendation exercise recommendation as a control group). The QoL was measured using the EORTC QLQ-C30 questionnaire. A baseline and 24-week analysis were investigated. Results: The total sample analyzed was $n = 80$. The QoL improved significantly at 24 weeks in the face-to-face and home-based exercise groups, but not in the control group. Exercise in all modalities improved fatigue, nausea, vomiting, appetite, and constipation. The QoL at 24 weeks depended on active chemotherapy, tumor type, and assigned exercise group ($r^2 = 0.503$; $p < 0.001$). Conclusions: The QoL in breast cancer patients undergoing active treatment improved after a 24-week exercise program, especially in face-to-face and home-based exercise. Home-based exercise and streaming-based recommendation is a viable option for exercise recommendation.

Keywords: quality of life; breast cancer; chemotherapy; exercise program

1. Introduction

Breast cancer is the most common malignancy in women, thus accounting for 11.7% of all cancer diagnoses worldwide [1]. Its incidence is increasing due to increased life expectancy. Despite advances in early diagnosis and treatment, eradication involves therapies with numerous adverse effects during and after treatment. These include lymphedema, arthralgia, fatigue, osteoporosis, sleep disturbances, cardiotoxicity, peripheral neurotoxicity [2–4], anxiety, fear, and depression [4].

As a result, these patients often experience a poor QoL and overall well-being [5]. This concern has led to the exploration of new strategies to improve the lives of these patients, including both pharmacologic and nonpharmacologic interventions such as the recommendation of physical exercise [6–8].



Protocol

Prehabilitation Consultation on Self-Care and Physical Exercise in Patients Diagnosed with Abdominopelvic Cancer: Protocol of the Study

María Pilar Suárez-Alcázar ^{1,†}, Eladio J. Collado-Boira ^{1,†}, Paula Recacha-Ponce ¹, Pablo Salas-Medina ^{1,*,†}, M. Elena García-Roca ¹, Carlos Hernando ², María Muriach ³, Pablo Baliño ³, Raquel Flores-Buils ⁴, María Luisa Martínez Latorre ⁵, Nerea Sales-Balaguer ⁶ and A. Folch-Ayora ¹

- ¹ Nursing Department, University of Jaime I, Av. Vicente Sos Baynat s/n, 12071 Castellón de la Plana, Castellón, Spain; malcazar@uji.es (M.P.S.-A.); colladoe@uji.es (E.J.C.-B.); recacha@uji.es (P.R.-P.); garciroc@uji.es (M.E.G.-R.); afolch@uji.es (A.F.-A.)
 - ² Department of Education and Specific Didactics, University of Jaime I, Av. Vicente Sos Baynat s/n, 12071 Castellón de la Plana, Castellón, Spain; hernando@uji.es
 - ³ Medicine Department, University of Jaime I, Av. Vicente Sos Baynat s/n, 12071 Castellón de la Plana, Castellón, Spain; mmuriach@uji.es (M.M.); baliño@uji.es (P.B.)
 - ⁴ Department of Developmental, Educational, Social and Methodology Psychology, University of Jaime I, Av. Vicente Sos Baynat s/n, 12071 Castellón de la Plana, Castellón, Spain; flores@uji.es
 - ⁵ Asociación Española Contra el Cáncer, Paseig de Ribalta nº 25-27, 12001 Castellón de la Plana, Castellón, Spain; luisa.martinez@contraelcancer.es
 - ⁶ PhD Programme in Biomedical Sciences and Health, University of Jaime I, Av. Vicente Sos Baynat s/n, 12071 Castellón de la Plana, Castellón, Spain; nereasalessalaguer@gmail.com
- * Correspondence: psalas@uji.es; Tel.: +34-656-681-185
 † These authors contributed equally to this work.

Citation: Suárez-Alcázar, M.P.; Collado-Boira, E.J.; Recacha-Ponce, P.; Salas-Medina, P.; García-Roca, M.E.; Hernando, C.; Muriach, M.; Baliño, P.; Flores-Buils, R.; Martínez Latorre, M.L.; et al. Prehabilitation Consultation on Self-Care and Physical Exercise in Patients Diagnosed With Abdominopelvic Cancer: Protocol Of The Study. *Healthcare* 2024, 12, 1423. <https://doi.org/10.3390/healthcare12141423>

Academic Editor: Matteo Frigerio

Received: 23 May 2024

Revised: 3 July 2024

Accepted: 12 July 2024

Published: 16 July 2024



Copyright: © 2024 by the authors. Licensee MDPI, Basel, Switzerland. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: Background: Introduction: Prehabilitation in the field of oncology has been defined as “the process in the continuum of care that occurs between diagnosis and the start of treatment involving physical and psychological measures that determine the patient’s baseline functional status.” Aim: To determine the effectiveness of a Prehabilitation consultation on self-care and targeted physical exercise for patients diagnosed with abdominopelvic cancer. Design: An observational study that will evaluate the pre-post efficacy of an ad-hoc designed Prehabilitation intervention. The study population consists of patients diagnosed with colon or gynecological cancer with a surgical indication as part of their therapeutic plan from the General Surgery Services. It is configured around four key interventions: (a) health education and self-care, (b) specific nutritional counseling, (c) initial psychological assessment, and (d) directed physical exercise intervention. Health education, self-care interventions, and physical exercise will be carried out weekly from diagnosis to the scheduled surgery day. Results: Aspects such as self-care capacity or agency, perioperative anxiety, aerobic capacity, strength and flexibility, postoperative complications, and recovery time to adjuvant treatment will be measured using tools such as Appraisal of self-care agency scale (ASA), State Trait Anxiety Inventory (STAI), walking test, sit and Reach, Hand Grip or Squad Jump. Conclusion: Utilizing validated tools for analyzing selected variables will contribute to refining and expanding care guidelines, ultimately enhancing support for both patients and their caregivers.

Keywords: prehabilitation; abdominopelvic cancer; physical exercise; self-care

1. Introduction

Prehabilitation in the field of oncology has been defined as the process within the continuum of care that occurs between diagnosis and the onset of acute treatment,

7. Anexo nº3. Tesis doctoral.



Eficacia de un programa de prehabilitación multimodal gestionado por enfermería en pacientes con cáncer colorrectal

TESIS DOCTORAL

D^a María Pilar Suárez Alcázar
Director: Dr. Eladio Joaquín Collado Boira
Directora: Dr. Ana Folch Ayora

SEPTIEMBRE 2024

UJI



www.cafo.uji.es