



Considerations about prostate cancer and participation in physical activity programs

Consideraciones sobre el cáncer de próstata y la participación en programas de actividad física

Brian Johan Bustos-Viviescas,¹ Carlos Enrique García Yerena.^{2*}

Estimado editor:

Revisamos con gran interés el trabajo denominado “Desafíos en la prevención y tratamiento del cáncer de próstata en México: un llamado a la acción” publicado por Murillo-Zamora,⁽¹⁾ donde el autor sugiere que no se debe olvidar la importancia de promover hábitos y estilo de vida saludable por medio de políticas públicas y gubernamentales efectivas.

Sin embargo, un aspecto importante a considerar son los alcances de las propuestas de los programas de actividad física, la capacitación del personal sanitario y los factores asociados directamente con los pacientes con cáncer de próstata; esto con el fin de garantizar el diseño de estrategias óptimas para una verdadera promoción y adherencia de la población clínica afectada con esta condición.

En relación con lo anterior, Newton. *et al.*,⁽²⁾ mencionan que desde hace diez años se ha documentado sobre los efectos de reducir el riesgo de muerte en sujetos con cáncer de próstata, sin embargo, el ejercicio físico aún no se reconoce como medicina terapéutica contra este padecimiento que, cabe resaltar, requiere de un tratamiento prologando en donde el oncólogo puede sugerir y recomendar la implementación de ejercicio como mecanismo complementario de tratamiento para la mejora de la calidad de vida de los pacientes. Por ello es un desafío y responsabilidad del médico guiar, orientar y apoyar a los pacientes en la medida que estos se van a adaptando a un nuevo estilo de vida basado en el ejercicio y la actividad física.⁽³⁾

Autor de

correspondencia:

*Carlos Enrique García Yerena. Dirección: Carrera 32 #22-08, Santa Marta, Magdalena, Colombia. Correo electrónico: cgarciaey@unimagdalena.edu.co

Citación: Bustos-Viviescas B. J., García Yerena C. E. *Consideraciones sobre el cáncer de próstata y la participación en programas de actividad física. Rev Mex Urol. 2024;84(5): 1-2*

¹ Centro de Comercio y Servicios, SENA Regional Risaralda, Pereira, Colombia.

² Universidad del Magdalena. Santa Marta, Colombia.

Recepción: 4 de octubre de 2024

Aceptación: 18 agosto de 2024



Del mismo modo, se vuelve necesaria la incorporación de los profesionales en ciencias del deporte y el ejercicio, ya que la prescripción del trabajo físico debe considerar aspectos relacionados con los síntomas/efectos del tratamiento. Por esto, se deben modificar ciertos parámetros de la carga (volumen, duración, intensidad, tipo de ejercicio, entre otras) de acuerdo con el estado del paciente y su condición física, para garantizar una adecuada evolución del proceso.

Por otra parte, es necesario tener presente que para algunos sujetos existen barreras que limitan el desarrollo normal del ejercicio físico debido a complicaciones en sus estados de salud.⁽⁴⁾ Pero sin importar las limitaciones que existan, los profesionales en el deporte y el ejercicio físico están capacitados para encontrar el espacio, los movimientos y los ejercicios pertinentes que los pacientes puedan desarrollar y de esa manera, obtener los efectos positivos que trae consigo realizar ejercicio físico controlado en la salud físico, cognitiva y emocional en los pacientes.

Igualmente, la revisión realizada por Yannitsos *et al.*,⁽⁵⁾ identificó que existen barreras para la implementación de un estilo de vida saludable, en las cuales se encuentra la poca evidencia científica que la soporta, así como los efectos secundarios al tratamiento que se le aplica al paciente, la percepción de los mismos que la determinan como un cambio innecesario, el tiempo y la edad de las personas, entre otras. De igual forma, en la revisión mencionan los factores que ayudan al cambio de estilo de vida, entre los que se destacan la asesoría de profesionales de salud, el apoyo familiar y la importancia del diagnóstico para que los pacientes acepten el cambio y la implementación de un nuevo estilo de vida como técnica para enfrentar los efectos secundarios de la patología, y así mejorar su bienestar general.

Por ende, los profesionales de la salud, los actores políticos y la comunidad en general, deben mediar notablemente para aumentar la efectividad de los programas de actividad física en los pacientes con cáncer de próstata. Así mismo, se requiere continuar las investigaciones en este campo y la valoración de diferentes propuestas para tratar de mitigar esta problemática de salud pública.

Referencias

1. **Murillo-Zamora E.** Desafíos en la prevención y tratamiento del cáncer de próstata en México: un llamado a la acción. *Revista Mexicana de Urología.* 2024;84(2): 1–2. <https://doi.org/10.48193/f3wvha72>.
2. **Newton R, Hart N, Galvao D, Taaffe D, Saad F.** Prostate cancer treatment with exercise medicine. *Trends in Urology and Men's Health.* 2022; <https://doi.org/10.1002/tre.884>.
3. **Champ CE, Francis L, Klement RJ, Dickerman R, Smith RP.** Fortifying the Treatment of Prostate Cancer with Physical Activity. *Prostate Cancer.* 2016;2016(1): 9462975. <https://doi.org/10.1155/2016/9462975>.
5. **Cornford P, Robijn E, Rogers E, Wassersug R, Fleure L.** Fatigue in Prostate Cancer: A Roundtable Discussion and Thematic Literature Review. *European Urology Open Science.* 2024;63: 119–125. <https://doi.org/10.1016/j.euros.2024.03.003>.
6. **Yannitsos D, Murphy RA, Pollock P, Di Sebastiano KM.** Facilitators and barriers to participation in lifestyle modification for men with prostate cancer: A scoping review. *European Journal of Cancer Care.* 2020;29(1). <https://doi.org/10.1111/ecc.13193>.