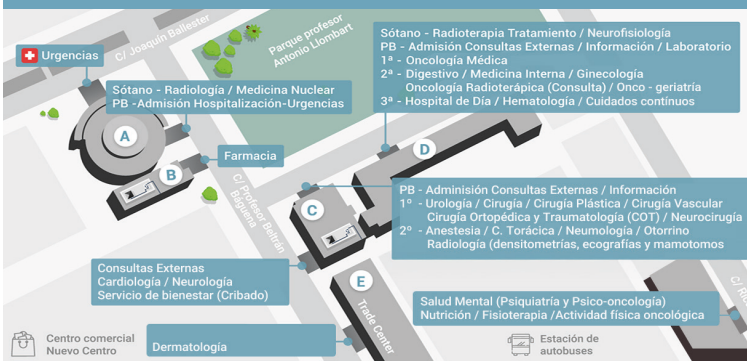




FUNDACIÓN
INSTITUTO VALENCIANO
DE ONCOLOGÍA



www.ivo.es



FUNDACIÓN
INSTITUTO VALENCIANO
DE ONCOLOGÍA

Unidad de Bienestar



Cuidado integral del paciente oncológico

La UNIDAD DE BIENESTAR ofrece una atención integral al paciente oncológico, de manera coordinada con el resto de tratamientos propuestos y los profesionales implicados en el proceso.

Aplicamos un modo compartido de atención que mejora la calidad de vida del paciente y su entorno, mediante un enfoque que integra disciplinas de sólida evidencia: ejercicio físico, fisioterapia, nutrición y salud mental.

Queremos acompañar al paciente en cada momento de su enfermedad y dar respuesta a las distintas necesidades que surgen en etapas diferentes, hablar de mejorar la salud y ofrecer la oportunidad de implicarse en su plan de cuidados.

Cuidado integral del paciente oncológico

1 SALUD MENTAL



El diagnóstico de cáncer genera **un profundo impacto emocional**, tanto en la persona enferma como en sus familiares. La ansiedad, el miedo, la rabia, el dolor y la incertidumbre son sentimientos que pueden surgir en cualquier etapa de la enfermedad.

Reflexionar sobre nuestra propia historia de vida puede ofrecernos perspectivas alternativas. En ciertas ocasiones, adoptar una visión más amplia de las dificultades puede facilitar el manejo de la situación, mejorando así el afrontamiento de la enfermedad.

La **Unidad de Salud Mental**, formada por psicólogas y psiquiatra, se ocupa de atender tanto los aspectos psicológicos como las necesidades de adaptación que surgen a lo largo del proceso de la enfermedad. Además, se dirige a aquellos casos donde se considera necesaria una evaluación psiquiátrica.

La intervención se realiza a través de **entrevistas y terapia individual, y se complementa con sesiones grupales enfocadas en la gestión emocional y la incertidumbre**. Durante estas sesiones, se trabajan técnicas de mindfulness, se identifican las fortalezas personales y se ofrecen herramientas para enfrentar el miedo a una recaída. A pesar de las dificultades que conlleva la enfermedad, es posible encontrar un propósito y significado en la experiencia del cáncer.

Aceptar el cambio que trae el diagnóstico implica reconocer que la vida ha cambiado y reflexionar sobre lo que realmente valoramos, en lugar de centrarnos únicamente en la enfermedad. Esto ayuda a adaptarse a las nuevas circunstancias y a redefinir nuestras prioridades.

FUNDACIÓN
INSTITUTO VALENCIANO
DE ONCOLOGÍA

2 FISIOTERAPIA ONCOLÓGICA



La fisioterapia oncológica es una rama de la fisioterapia, dirigida a todas las personas con cáncer. Tiene como objetivo restaurar, mejorar y mantener una capacidad funcional óptima de la persona, así como prevenir/tratar y minimizar los efectos secundarios derivados de la enfermedad y sus tratamientos a lo largo de todo el proceso oncológico, mejorando de esta manera la calidad de vida, independencia y bienestar.

Mediante la **Fisioterapia Oncológica**, realizada por fisioterapeutas, trabajaremos holísticamente sobre los diferentes efectos secundarios mejorando:

- **La capacidad cardiorrespiratoria.**
- **La masticación y deglución en casos de disfagia orofaríngea.**
- **Edemas generalizados y linfedema secundaria.**
- **El dolor y su gestión.**
- **El rango de movimiento de articulaciones y flexibilidad de tejidos blandos.**
- **La fuerza, control motor muscular y la sensibilidad.**
- **El equilibrio, la coordinación y la marcha.**
- **La fatiga relacionada con el cáncer.**
- **Las disfunciones del suelo pélvico (incontinencia urinaria, incontinencia fecal, dispareunia, dolor pélvico, estreñimiento).**
- **La capacidad de movimiento e independencia en las actividades de la vida diaria y la participación en sus actividades sociales.**
- **La readaptación al trabajo-estudios.**
- **La calidad de vida durante todas las fases de la enfermedad.**
- **El riesgo de comorbilidades asociadas.**

3 NUTRICIÓN



Una alimentación adecuada, tanto durante como después del proceso oncológico, es clave para conservar la fuerza, prevenir o tratar la desnutrición, mejorar la tolerancia a los tratamientos y favorecer la recuperación y el bienestar a largo plazo.

Desde la consulta de **Nutrición Oncológica**, dietistas nutricionistas especializados en oncología, trabajamos para:

- **Valorar el estado nutricional de forma individualizada.**
- **Adaptar la alimentación según el tipo de tratamiento y fase de la enfermedad.**
- **Prevenir y tratar la desnutrición, común en muchos pacientes oncológicos.**
- **Manejar efectos secundarios que dificultan la ingesta (náuseas, vómitos, mucositis, pérdida de apetito, alteraciones del gusto, diarrea, estreñimiento, etc.).**
- **Ofrecer educación nutricional, pautas prácticas y menús adaptados.**
- **Acompañar al paciente y su familia en todas las etapas del proceso, fomentando el bienestar y la calidad de vida.**

4 EJERCICIO FÍSICO



El **Ejercicio Físico Oncológico** es aquel ejercicio dirigido y supervisado por un profesional cuyos objetivos son prevenir y/o mitigar los efectos secundarios de los tratamientos, mejorar la salud, la calidad de vida y la supervivencia de los pacientes.

En la unidad de actividad física oncológica desarrollamos programas de ejercicio físico supervisados por un profesional especializado (Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte), y basado en la evidencia científica.

Beneficios del **ejercicio físico**:

- **Disminuye la astenia y la fatiga.**
- **Mejora la composición corporal.**
- **Fortalece el sistema inmunitario.**
- **Reduce los dolores osteoarticulares.**
- **Previene la cardiotoxicidad.**
- **Mejora la calidad de vida.**
- **Aumenta la supervivencia.**

