

Una iniciativa impulsada por el Grup de Investigació i divulgació Oncològica (GIDO), la Asociación Española de Afectados de Cáncer de Pulmón (AEACaP) y el programa Vive Entrena Cáncer Enfrenta (VEnCE) de la Fundación de la Universidad Europea, con el apoyo de Roche

El *Programa Actívate* anima a las personas con cáncer de pulmón a incorporar el ejercicio físico como parte de su rutina diaria

- Este hábito disminuye la fatiga asociada a la enfermedad y mejora su condición física y calidad de vida.
- Es el segundo año que se organiza este programa que comienza esta primera semana de mayo y finalizará en el mes de diciembre
- Consiste en dos sesiones semanales de 90 minutos al aire libre, guiadas por un educador físico deportivo, en las que se combina ejercicio aeróbico y de fuerza con pautas para mejorar la capacidad respiratoria

Valencia, 5 de mayo de 2021.- Son muchos los estudios que han demostrado que incorporar una rutina de ejercicios a los hábitos diarios mejora el estado físico y psicológico de las personas con cáncer¹. Con este objetivo precisamente, el de animar a los pacientes con cáncer de pulmón a realizar actividad física, se puso en marcha hace un año el **Programa Actívate**. Una iniciativa impulsada por el Grup de Investigació i divulgació Oncològica (GIDO), la Asociación Española de Afectados de Cáncer de Pulmón (AEACaP) y el programa Vive Entrena Cáncer Enfrenta (VEnCE) de la Fundación de la Universidad Europea. Este año arranca nuevamente en Valencia, a lo largo de esta primera semana de mayo y finalizará el próximo mes de diciembre.

Tal y como ha explicado el doctor **Óscar Juan**, oncólogo del Hospital Universitario La Fe de Valencia y presidente de GIDO, *“el año pasado realizamos una experiencia piloto para ver la respuesta de los pacientes y, dado el éxito conseguido, hemos decidido continuar con el programa este año. Los estudios en pacientes con cáncer ponen de manifiesto el beneficio del ejercicio físico en la mejoría de la calidad de vida y el aumento de la supervivencia. Por lo que es una clara evidencia de que debería formar parte de las pautas de tratamiento que deben seguir”*. En el caso concreto del cáncer de pulmón, este experto destaca que se ha visto que los pacientes que realizan ejercicio físico toleran mejor la cirugía y los tratamientos con quimioterapia y se recuperan más rápido.

¿En qué consiste el programa?

Actívate tiene una duración de ocho meses y consta de diversas sesiones grupales de ejercicio al aire libre de 90 minutos, todas ellas guiadas por un educador físico deportivo, especialista en esta patología. Durante las rutinas, se combinará ejercicio físico aeróbico

y de fuerza, junto con otras pautas para mejorar la su capacidad física y emocional. Para evaluar los objetivos del programa se realizarán, a los participantes, test de condición física y de calidad de vida al inicio y final de programa.

En este contexto, **Bernard Gaspar**, presidente de AEACaP, ha subrayado que *“este tipo de actividades, además de ser beneficiosas para el bienestar de estas personas, facilitan un espacio para compartir experiencias. Muchos pacientes desconocen que realizar ejercicio físico debe ser una parte importante de las rutinas que deben incorporar a su vida; y no hay nada mejor que esto te lo cuente alguien que pasa por la misma situación. Hay pequeñas cosas que dependen de nosotros mismos, como es hacer ejercicio, y que pueden ayudarte a afrontar mejor tu a día a día y a sentirte mejor tanto física como mentalmente”*, añade.

Por su parte, el presidente de la Fundación Universidad Europea **Carlos Beltrán** ha recordado el compromiso de esta organización con el bienestar de la sociedad. *“El Programa Actívate es un ejemplo de nuestra filosofía, que parte de generar un beneficio entre la comunidad a través de la docencia y de la investigación. Asimismo, nuestro programa VEnCE ya ha servido para dar importantes pasos en la activación de pacientes de cáncer, de lo cual nos sentimos muy orgullosos en la Universidad Europea”*, comenta.

En esta misma línea se ha manifestado **Beatriz Pérez**, directora Médica de Roche Farma España, *“los pacientes siempre han sido nuestra prioridad, el centro de todo lo que hacemos. Y este tipo de proyectos nos inspiran especialmente, porque estamos en contacto directo con las personas que conviven con esta enfermedad, conociendo de primera mano cuáles son sus necesidades reales. Por ello trabajamos cada día y no dejamos de seguir invirtiendo en el desarrollo e investigación de nuevas opciones que contribuyan a mejorar la supervivencia y calidad de vida de estas personas”*, concluye.

Los pacientes interesados en participar en el programa pueden inscribirse enviando un mail a itziar.pagola@universidadeuropea.es.

Acerca de Roche

Roche es una empresa internacional, pionera en la investigación y el desarrollo de medicamentos y productos para el diagnóstico, cuyo fin es hacer avanzar la ciencia y mejorar la vida de las personas. La fortaleza que supone la integración de las áreas farmacéutica y diagnóstica bajo un mismo techo ha convertido a Roche en el líder en medicina personalizada, una estrategia orientada a proporcionar a cada paciente el tratamiento más adecuado de la mejor forma posible.

Roche es la mayor empresa biotecnológica del mundo, con medicamentos auténticamente diferenciados en las áreas de oncología, inmunología, enfermedades infecciosas, oftalmología y neurociencias. Roche también es el líder mundial en diagnóstico *in vitro* y diagnóstico histológico del cáncer, y se sitúa a la vanguardia en el control de la diabetes.

Fundada en 1896, Roche busca mejores vías de prevenir, diagnosticar y tratar las enfermedades, así como de contribuir al desarrollo sostenible de la sociedad. La compañía también tiene como objetivo mejorar el acceso de los pacientes a las innovaciones médicas trabajando con todas las partes interesadas



pertinentes. La Lista de Medicamentos Esenciales de la Organización Mundial de la Salud contiene más de 30 medicamentos desarrollados por Roche, entre ellos antibióticos, antipalúdicos y medicamentos contra el cáncer. Por duodécimo año consecutivo, Roche ha sido reconocida en los Índices de Sostenibilidad Dow Jones (DJSI) como la empresa más sostenible del grupo Industria farmacéutica, Biotecnología y Ciencias de la vida.

El Grupo Roche, cuya sede central está en Basilea (Suiza), está presente operativamente en más de 100 países. En el año 2020 daba empleo a más de 100.000 personas, invirtió 12.200 millones de francos suizos (CHF) en investigación y desarrollo (I+D) y sus ventas alcanzaron la cifra de 58.300 millones de CHF. Genentech (Estados Unidos) es miembro de plena propiedad del Grupo Roche. Además, Roche es el accionista mayoritario de Chugai Pharmaceutical (Japón). Para más información, consulte la página www.roche.com.

Todas las marcas comerciales mencionadas en este comunicado de prensa están protegidas por la ley.

Para más información:

www.roche.es | www.rochepacientes.es | **Síguenos en Twitter** [Roche_spain](#) y en **Youtube**

Clara Castaño
Departamento Comunicación Roche Farma
Tlf. 91 324 82 00
clara.castano@roche.com

Luis Pardo
Planner Media
Tlf. 91 787 03 00
lpardo@plannermedia.com

¹ Mishra SI, Scherer RW, Snyder C, Geigle P, Gotay C. The effectiveness of exercise interventions for improving health-related quality of life from diagnosis through active cancer treatment. *Oncol Nurs Forum*. 2015;42(1):E33-E53. doi:10.1188/15.ONF.E33-E53