

Programa Re-@dapt+65: Nutrició i exercici físic en oncogeriatria

Junta Provincial de Barcelona

Herminia García

Fisioterapeuta de l'Associació Contra el Càncer a Barcelona

Olga Muñoz Curcó

Dietista-Nutricionista Associació Contra el Càncer a Barcelona i Responsable de Benestar Corporal



PER PACIENT ONCOLÒGIC...

Quins serveis oferim



Quan no es pot fer front als tractaments i les seves seqüeles **un psicòleg pot resultar una gran ajuda.**

Suport psicològic INDIVIDUAL

Suport psicològic GRUPAL

- Grup dol
- Grup ansietat i estrès
- Grup cuidant el cuidador
- Grup chemobrain
- Grup resiliència
- Grup gestió del dolor
- Grup por a la recaiguda
- Grup d'higiene del son
- ..



El càncer té un important impacte en les **relacions, la família, el treball...** ajudem a fer front a aquests canvis. Els nostres serveis d'atenció social són per a tothom:

- Assessorament en les prestacions públiques.
- Assessorament en les incapacitats o discapacitats.
- Assessorament en l'organització familiar i en l'educació financera
- Coordinació amb Hospitals, CAP, Serveis Socials, PADES, entitats del tercer sector
- Orientació laboral...
- Ajuts propis (SAD, alimentació,...)
- Préstec material sanitari
-



Durant o després del tractament oncològic es produeixen una sèrie **d'alteracions físiques i/o nutricionals** que poden empitjorar la qualitat de vida.

- Tallers/Xerrades educació sanitària sobre nutrició, fisioteràpia i exercici físic durant i després del tractament. O xerrades de pautes d'autocura de la pell o d'automaquillatge.
- Programa Activitat Física i Nutrició
- Programa Re-@dapt
- Atenció individual oncoestètica.
- Atenció individual fisioteràpia.
- Atenció individual nutrició.
- ..

VELLESA, SOLITUD NO DESITJADA I CÀNCER

Més de la meitat dels casos de càncer que es diagnostiquen a Catalunya, es produeixen en persones **majors de 65 anys**.

El 40% de les persones afectades de càncer estan sentint una situació de **soledat no desitjada** molt significativa.

“Han reduït les seves relacions degut als tractaments o efectes secundaris”

“Les relacions que tenen no els hi ofereixen el recolzament emocional que necessiten en aquest moment”

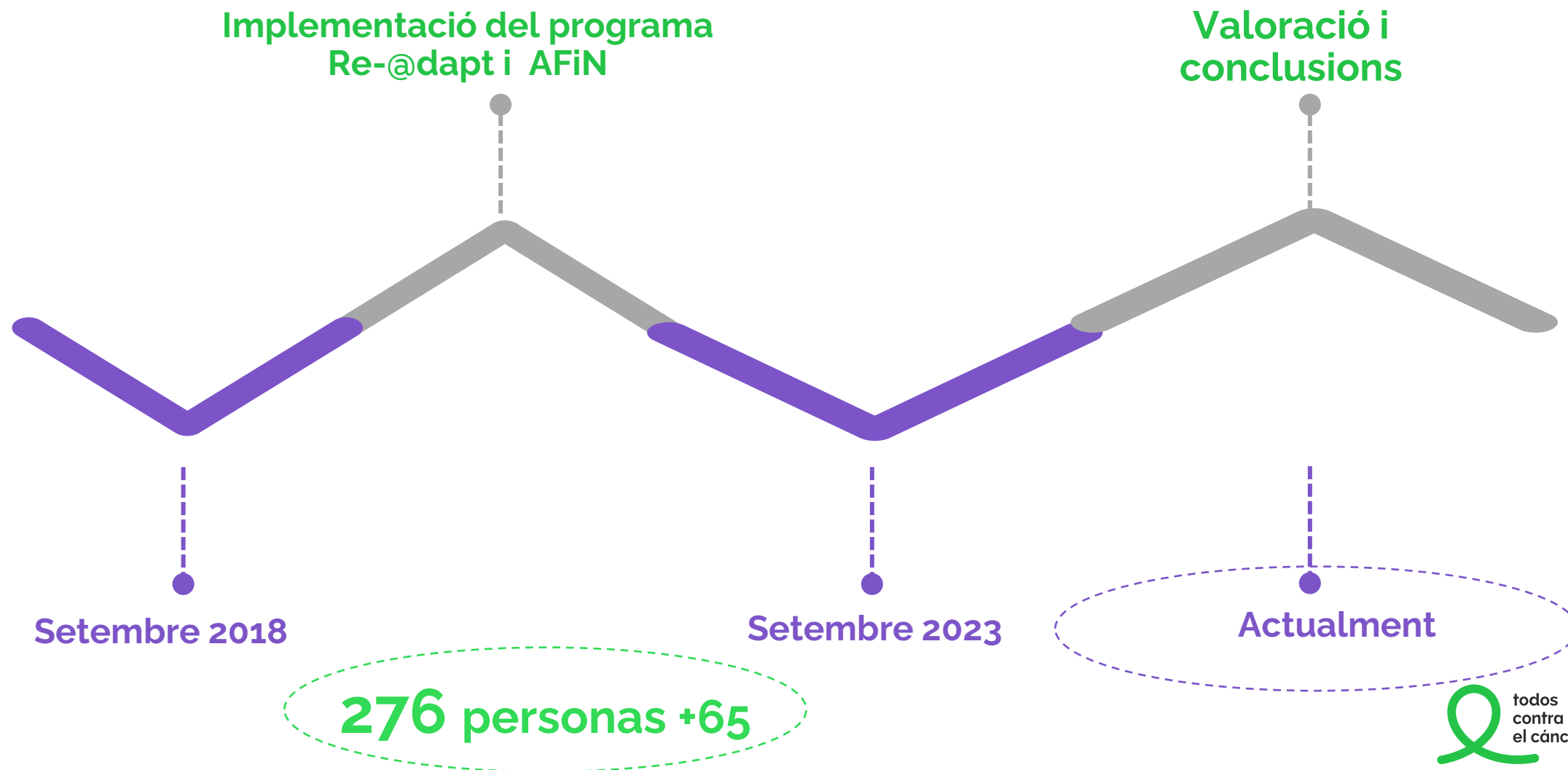
VELLESA, SOLITUD NO DESITJADA I CÀNCER

Els pacients **veuen minvades les capacitats físiques i motores**, tornant-se cada cop més depenents de **terceres persones**.

→ **Sentiment de culpa**

Sentiment de càrrega cap als demés →

Detecció de necessitats, deficiències i limitacions des de fisioteràpia i nutrició



Característiques sociodemogràfiques i clíniques

 **>65 a**

Sexe



85%



15%

Edat mitja

70,6



47%

Càncer de mama



10%

Càncer de pulmó



8%

Càncer colorectal



6%

Càncer d'ovari



6%

M. Hematològica



5%

Càncer de pròstata



30%

Metàstasis

26,5%

M1 òssies



58 %

Tractament actiu

42%

Tractament finalizat



50 %

Comorbilitats



associació
contra el càncer
a Barcelona

Necessitats detectades des de **nutrició**



74% DUBTES ALIMENTACIÓ I CÀNCER



39% Debilitat muscular



31% Pèrdua de la gana



31% Restrenyiment



26% HTA



19% Diarrea



19% Dislipèmia.

N=232

9,4%

Atesos per dietista-nutricionista col·legiat

30,1%

Informació sobre alimentació per part de no nutricionistes



associació
contra el càncer
a Barcelona

Anàlisi resultats valoració nutricional inicial



FLUCTUACIÓ PES DESDE DIAGNÒSTIC **-2,6 kg**

N=232

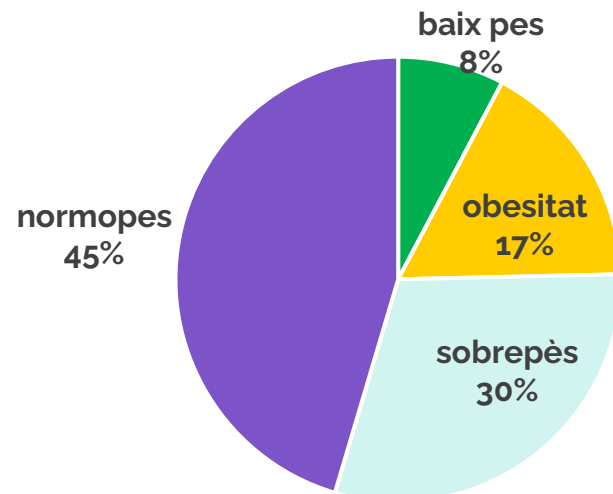
PROMIG ENTRE ELS QUE HAN PERDUT PES DESDE EL DIGNÒSTIC

55,1% han perdut pes desde el diagnòstic

PÈRDUA PES DESDE DIAGNÒSTIC **-7,5 kg**

10,39% PP

n=128



FFMI (Kg/m²) **27,08**

(fat free mass index) // desnut mod-grav <15

<17



IMC (Kg/m²) **25,34**

ICC (índex cintura/cadera)



0,84

↑ risc CV>0.84



1,01

↑ risc CV>0,95

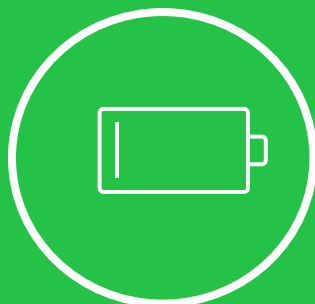
n=128

Necessitats-disfuncions detectades des de **fisioteràpia**

Estratègies proactives de participació en AF



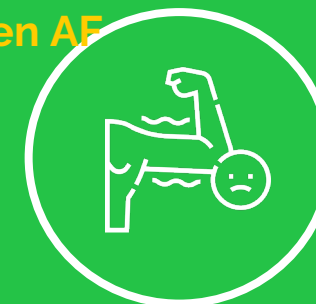
53% Dolor articular



51% Fatiga.



46% Augmentar nivells d' AF



45% Debilitat muscular



44% Disminució mobilitat



33% Pèrdua d'equilibri



30% Pre-postcirurgia.



21% Neuropatia perifèrica.



17% Limfedema.

12% Disnea.

10% Osteoporosi-fractures.

10% Disfunció sol pelvià.

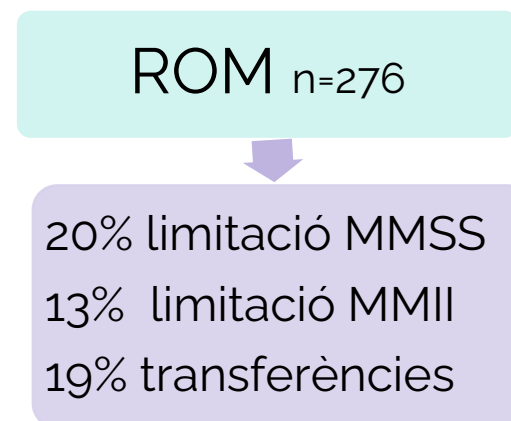
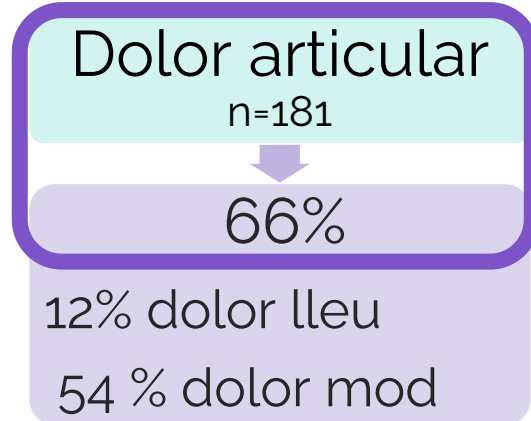
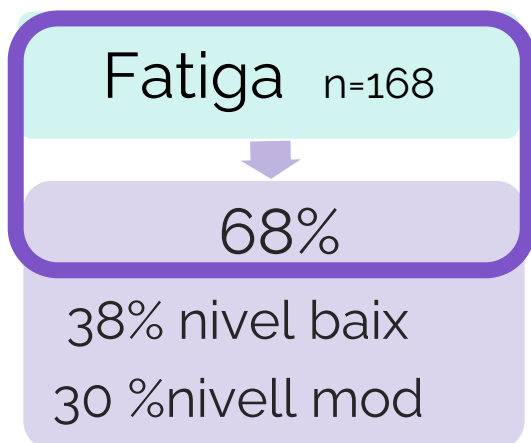
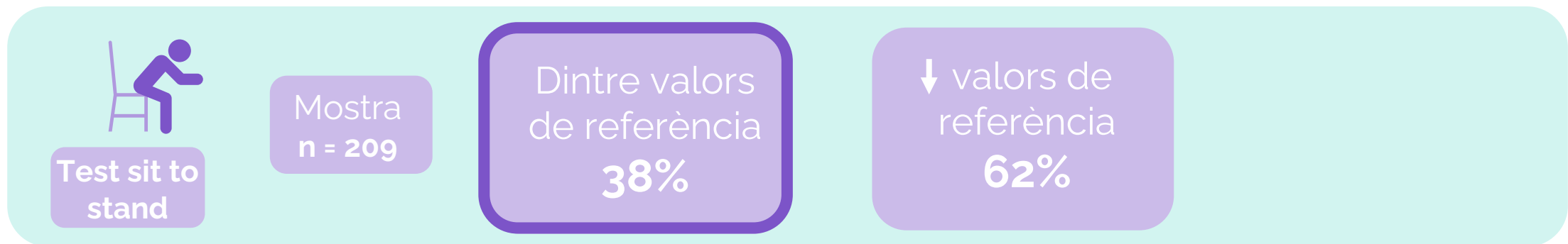
25%

Atendidos por servicio de RHB

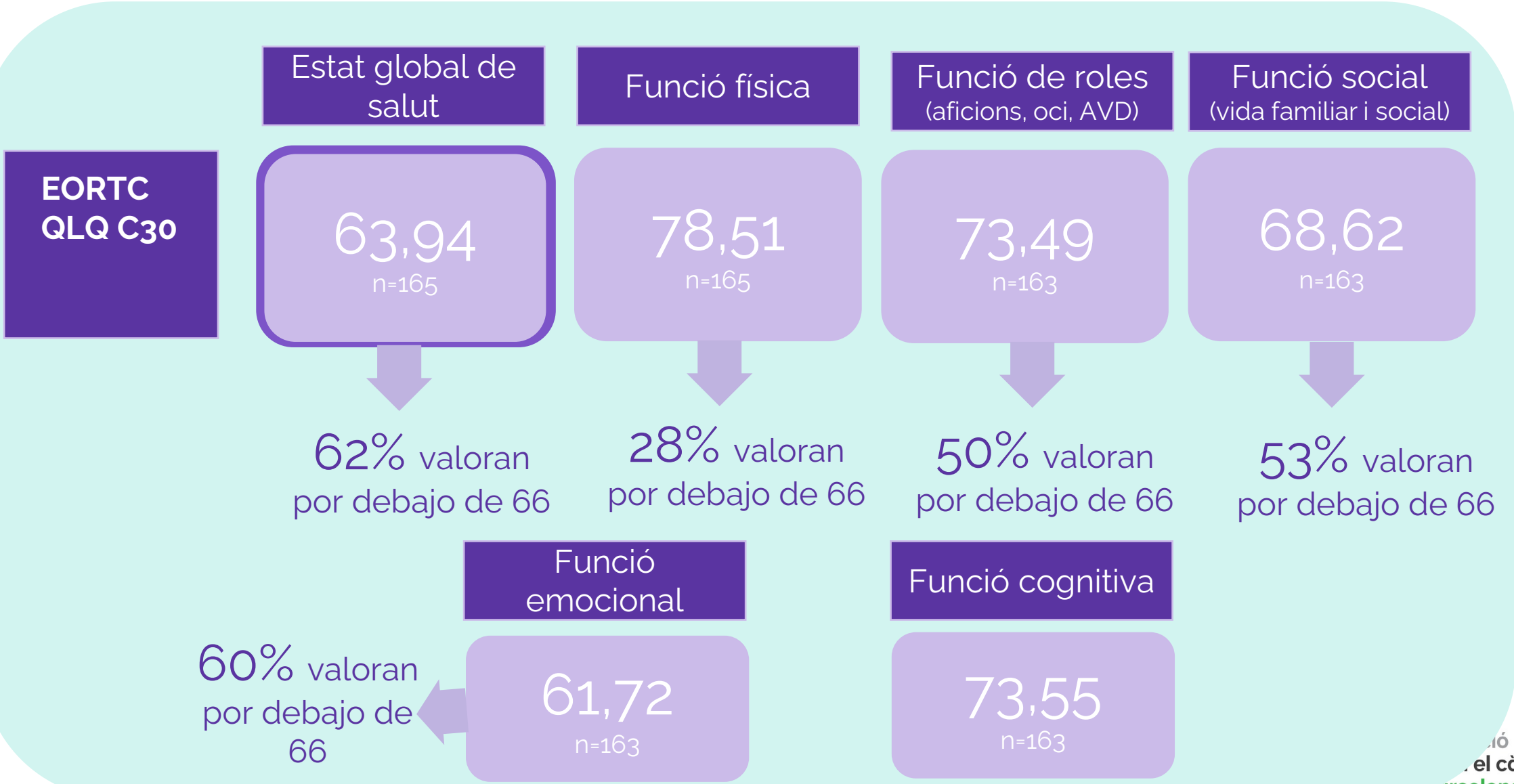


associació
contra el càncer
a Barcelona

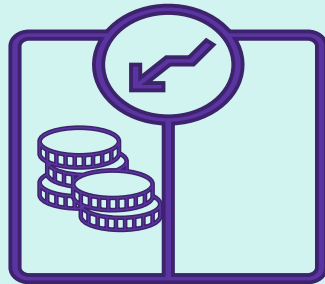
Anàlisi resultats valoració funcional inicial



Anàlisi resultats valoració qualitat de vida



Anàlisi resultats valoració qualitat de vida



EORTC
QLQ C30

Salut financera

16
n=160

12,5% presenten
dificultats econòmiques

PROGRAMA RE-@DAPT⁺⁶⁵

 associació
contra el càncer
a Barcelona

 NOVARTIS

Palex
Constant Improvement


Pierre Fabre

janssen
PHARMACEUTICAL COMPANIES OF
Johnson & Johnson

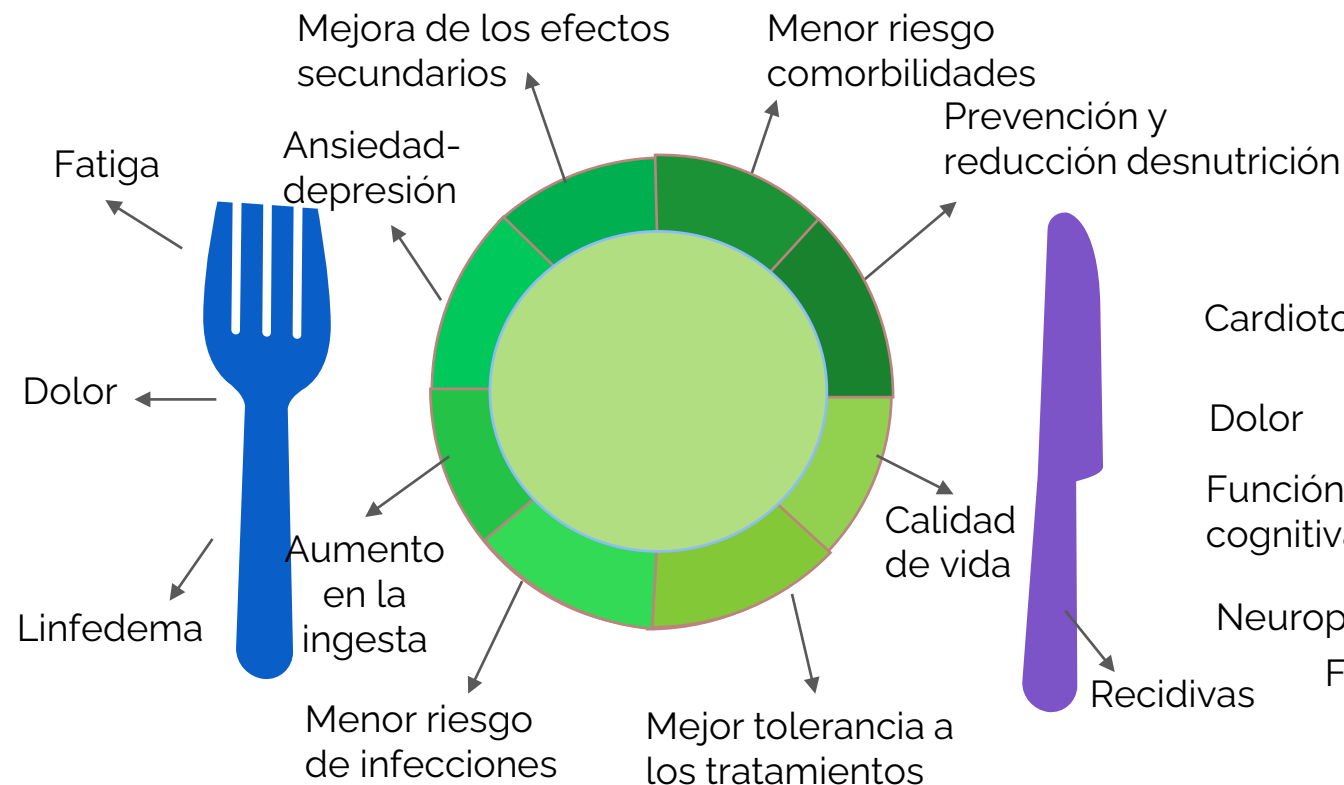
sanofi


sysmex

 **Distriplac**

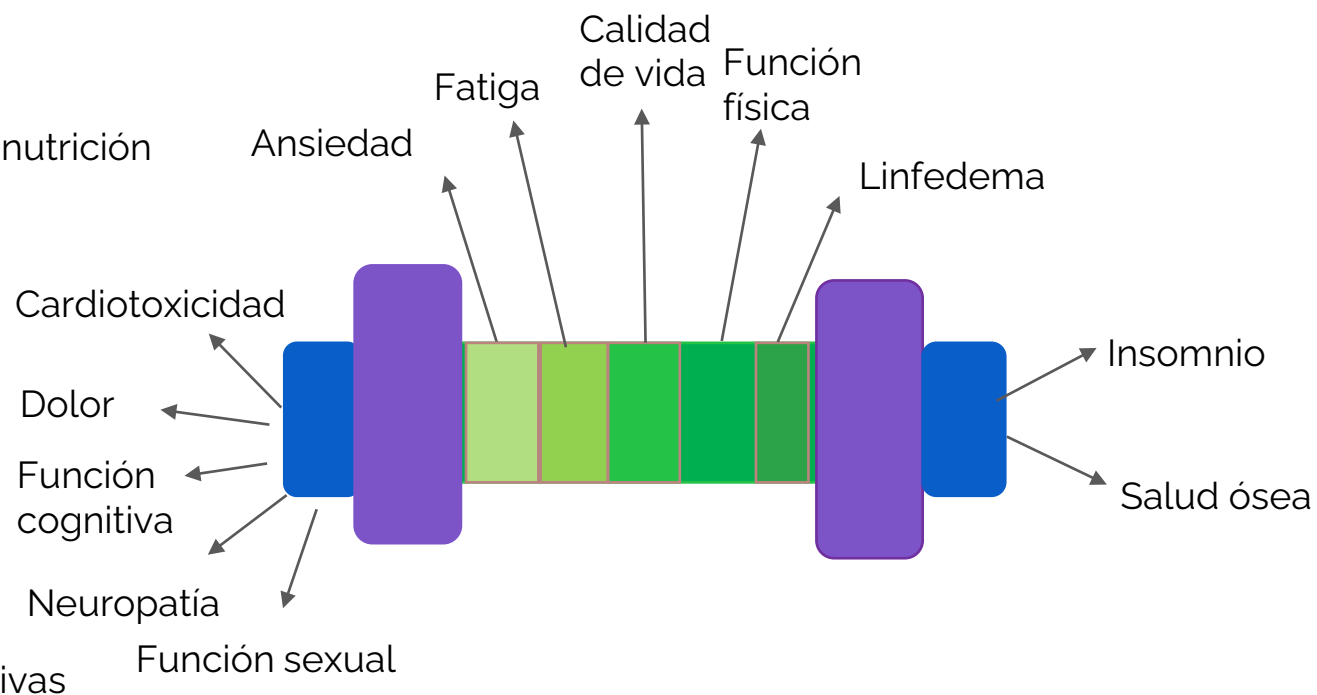
YERSE
BARCELONA

Evidencia científica del soporte nutricional



15-40% desnutrición al diagnóstico
40-80% desnutrición durante el tratamiento

Evidencia científica del ejercicio y oncología



Evidencia Insuficiente Evidencia fuerte Evidencia moderada

Campbell KL et al. 2019

- **Prevenició de soledat no desitjada**
- **Intervenció amb la participació en una activitat grupal amb persones que es troben a la seva mateixa situació**

Objectiu

- **Mantenir i millorar la condició física i capacitat funcional**
- **Prevenir i millorar els efectes secundaris dels tractaments que puguin aparèixer durant o després dels tractaments, contribuint a una millora de la qualitat de vida de la persona.**

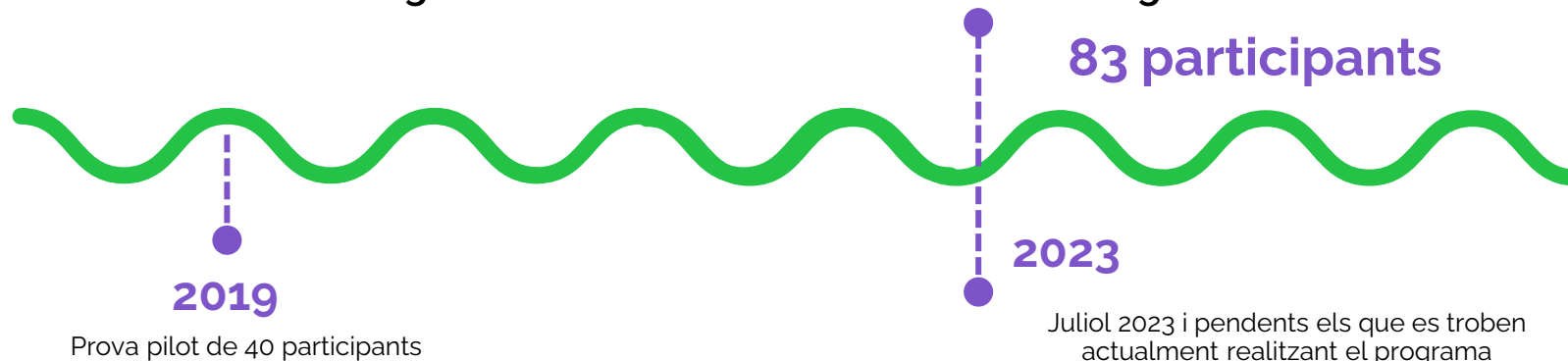
Estructura

Té una durada de 12 setmanes i consta de:

- **Visita individualitzada inicial i final amb el servei de fisioteràpia i amb el servei de nutrició.**
- **2 sessions d'exercici terapèutic o exercici físic oncològic setmanals, online o presencial, dirigit per una fisioterapeuta.**
- **Visites individualitzades amb una dietista-nutricionista o classes grupals d'educació nutricional (depenent de l'objectiu que es marqui en la valoració)**
- **1 sessió estratègies benestar emocional + 1 sessió estratègies benestar social**

Detecció i derivació:

- **Facilitadora**
- **Treball social**
- **Voluntariat d'acompanyament**
- **Psicooncologia**



Anàlisi resultats estat nutricional pre-post Re-@dapt+65



Variació pes pre-post Re-@dapt+65 **+1,1 kg**

n=22



FFMI 27,1 → **27,6**
(fat free mass index)

n=13

MASA MAGRA

43,7 → **44,4**

n=13

MASA GRASA

23,2 → **21,9**

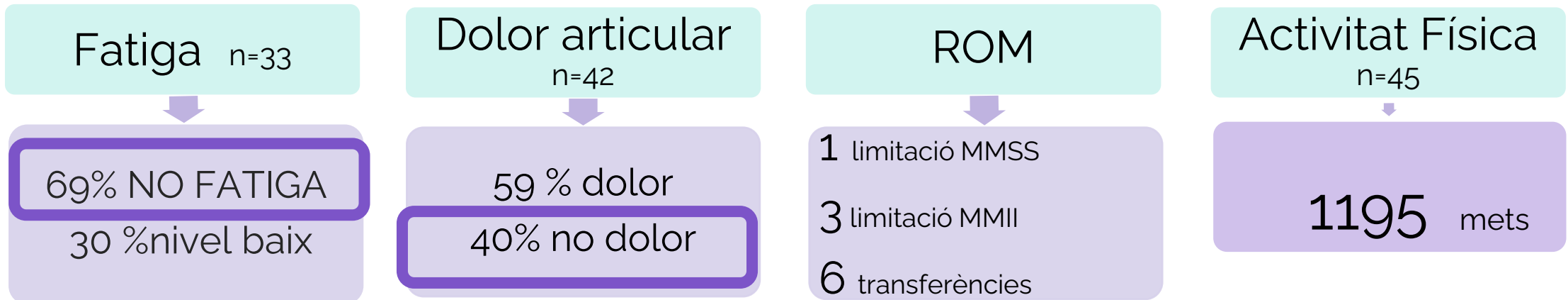
n=13

**QUALITAT DE VIDA
EORTC QLQ C30**

65,15 → **75,37**

n=22

Anàlisi resultats capacitat funcional pre-post Re-@dapt+65



Anàlisi resultats qualitat de vida pre-post Re-@dapt +65



ESTAT GLOBAL DE SALUT

65,80



75

n=29

Funció física

78,6



90,8

Funció de rols

76,43



89,65

Funció social

80



89

Funció emocional

70



77

Funció cognitiva

82



85



associació
contra el càncer
a Barcelona

Programa AFyN: activitat física terapèutica i nutrició



Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya

Programa d'Activitat Física terapèutica i nutrició

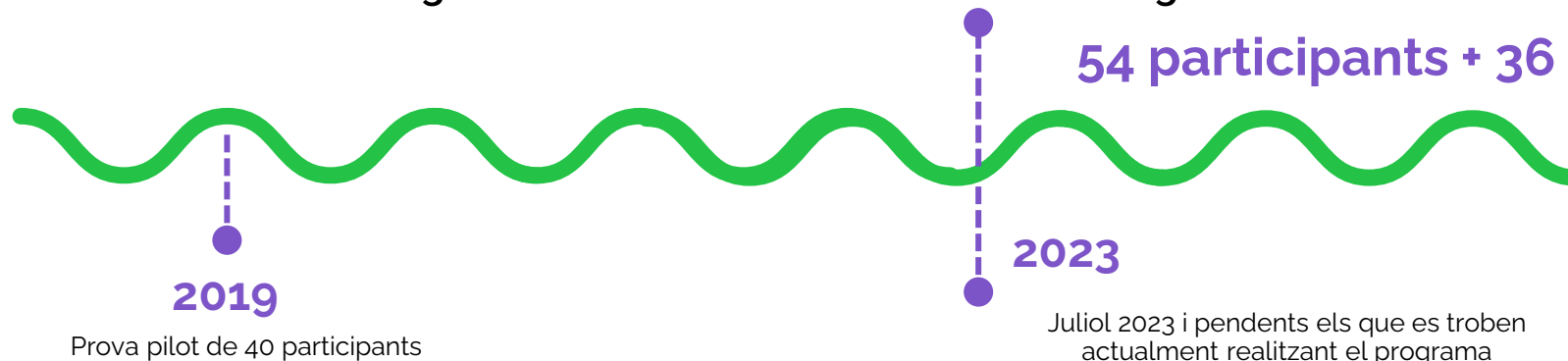
Objectiu

- Millorar els hàbits de vida saludables
- Mantenir i millorar la condició física i capacitat funcional
- Millorar la qualitat de vida de la persona

Estructura

Té una durada de 12 setmanes i consta de:

- Visita individualitzada inicial i final amb el servei de fisioteràpia i amb el servei de nutrició.
- 2 sessions d' activitat física terapèutica setmanals presencial a Barcelona i Mataró dirigit per fisioterapeutes.
- 1 classes grupals d'educació nutricional
- 1 sessió estratègies benestar emocional + 1 sessió estratègies benestar social



Anàlisi resultats qualitat de vida pre-post AFyN



ESTAT GLOBAL DE SALUT

67



69

n=21

Funció física

85



91

Funció de rols

79



85

Funció social

78



78

Funció emocional

61



71

Conclusions

- És una eina que s'ajusta als nostres criteris d'àrea de benestar corporal en quant a sostenibilitat, fàcil accés, basat en l'evidència científica i com a suport als serveis públics de salut i altres organitzacions.
- Millora la capacitat física i funcional de la persona amb càncer major de 65 anys, tot i que necessitem una mostra més gran.
- Millora de l'estat nutricional i els efectes secundaris que afecten la ingesta.
- És una eina que ens ajuda a millorar la qualitat de vida dels nostres beneficiaris majors de 65.



Moltes gràcies!

