

Opinión

Camila Arel
Alvarado



Kinesióloga Hospital Regional Coyhaique

Kinesiología Oncológica, un elemento fundamental

El cáncer es una enfermedad donde existe un crecimiento anormal de células en algún tejido específico del cuerpo y que puede extenderse provocando metástasis. Existen diversos tratamientos para combatir cada tipo de cáncer, como quimioterapia y radioterapia, los cuales son los más conocidos, sin embargo, también existe un tratamiento complementario: la rehabilitación oncológica.

La rehabilitación oncológica es un apoyo que ofrecemos a nuestros usuarios con cáncer, en el cual trabaja un equipo multidisciplinario para ayudar al bienestar físico y emocional del paciente y su familia. Tiene por objetivo optimizar el funcionamiento físico, emocional y social antes, durante y después de algún tratamiento específico dentro del proceso.

La rehabilitación kinesiológica en el paciente oncológico se basa en el ejercicio terapéutico mediante intervenciones que son individualizadas, dosificadas y adaptando cada ejercicio según el tipo de paciente y su capacidad funcional, orientadas a disminuir el dolor y fatiga asociada al cáncer, recuperar movilidad y fuerza muscular, aumentando la movilidad y fortaleciendo segmentos corporales, así como también contribuye a mejorar la capacidad cardiorrespiratoria, sistema inmunológico y no menos importante, acompaña en la mantención del estado de ánimo de la persona, independientemente de la patología que presente el paciente.

Mientras que el ejercicio se considera una herramienta fundamental, la rehabilitación va más allá de solo una recuperación física, sino también está asociado a que las personas puedan tener una mejora en su capacidad funcional, es decir, que el paciente sea capaz de desempeñar sus actividades de la vida cotidiana de forma autónoma y eficiente. En este contexto, la rehabilitación se orienta a que nuestros usuarios superen sus limitaciones físicas, pero también a favorecer su participación en las actividades de la vida diaria y recreativas. Por ello, este proceso de rehabilitación no se limita únicamente al aspecto físico, sino que se aborda de manera integral, promoviendo además el reintegro familiar y social.

En el Hospital Regional Coyhaique contamos con la posibilidad de recibir y atender a pacientes en prehabilitación y rehabilitación posterior a procedimientos específicos. De esta manera abordamos a nuestros pacientes desde antes de una cirugía o inicio de sus tratamientos, como quimioterapia o radioterapia, o bien a los que ya recibieron cirugías y que pueden quedar con alguna complicación como aparición de linfedemas o limitados en la movilidad de hombro como puede ocurrir post intervención del cáncer de mama. De ellos, a modo de ejemplo, el año 2025 atendimos a un total de 114 usuarios.

Finalmente, lo que garantiza un adecuado abordaje al paciente oncológico es visualizar a cada persona como un todo, potenciando su reintegro en roles de participación social, laboral, recreativo y familiar dentro de su comunidad, permitiendo que este vuelva a conectarse nuevamente con su cuerpo y recupere su confianza. De esta forma, la rehabilitación kinésica no sólo se trata de rehabilitar funciones, sino que el ejercicio terapéutico y el cuidado personal se convierten en herramientas para que las personas puedan volver a tener autonomía y mejorar su calidad de vida.