



EJERCITO DEL PERÚ
IAFAS

ONCOEP



Beneficios del ejercicio en
pacientes con cáncer

¡ONCOEP, tu apoyo seguro contra el cáncer!



Fortalece

el sistema cardiovascular





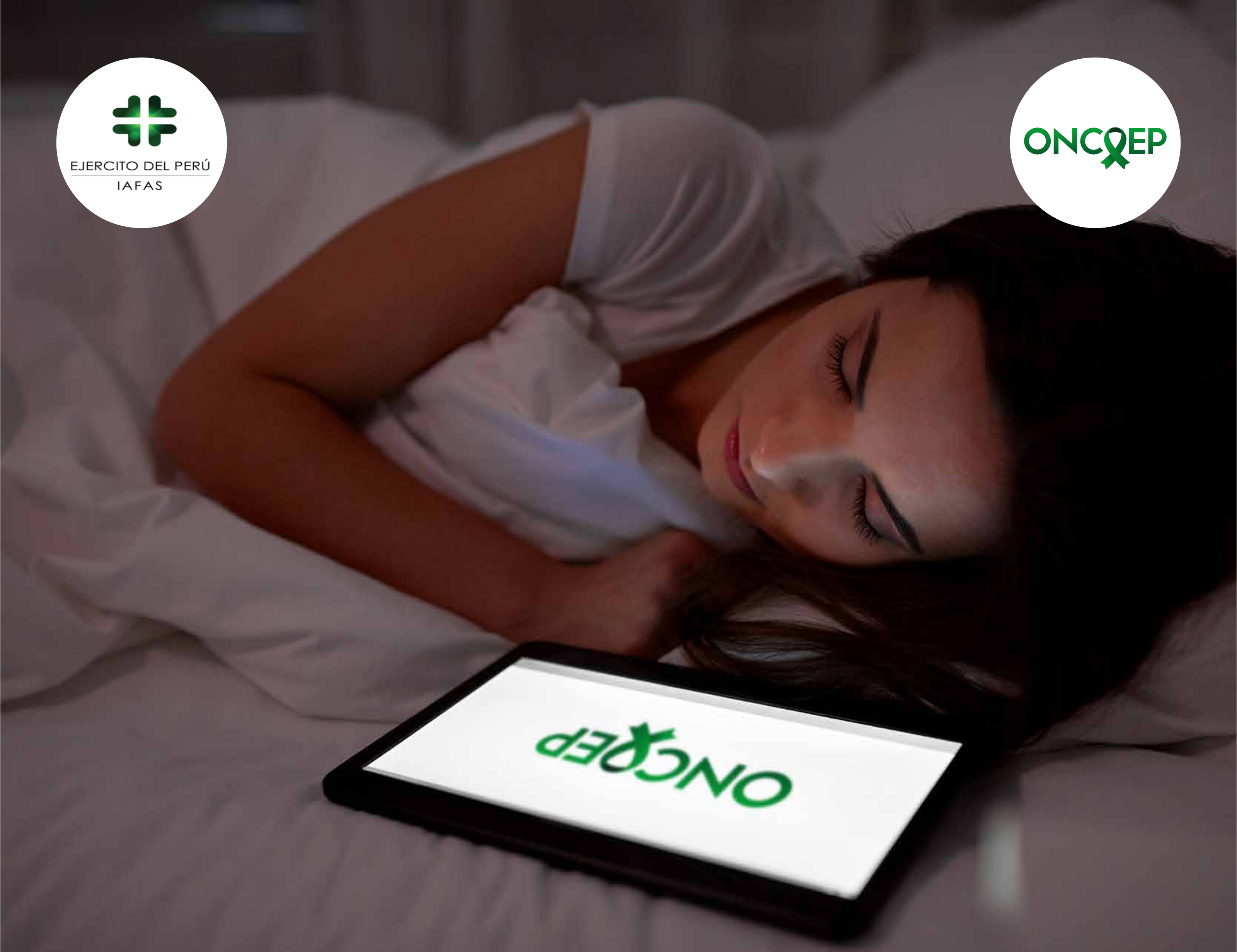
EJERCITO DEL PERÚ
IAFAS

ONCOEP



Aminora los efectos secundarios

de la quimioterapia y la radioterapia, como las náuseas, el estreñimiento, la fatiga y el riesgo de tromboembolismo



Mejora la calidad

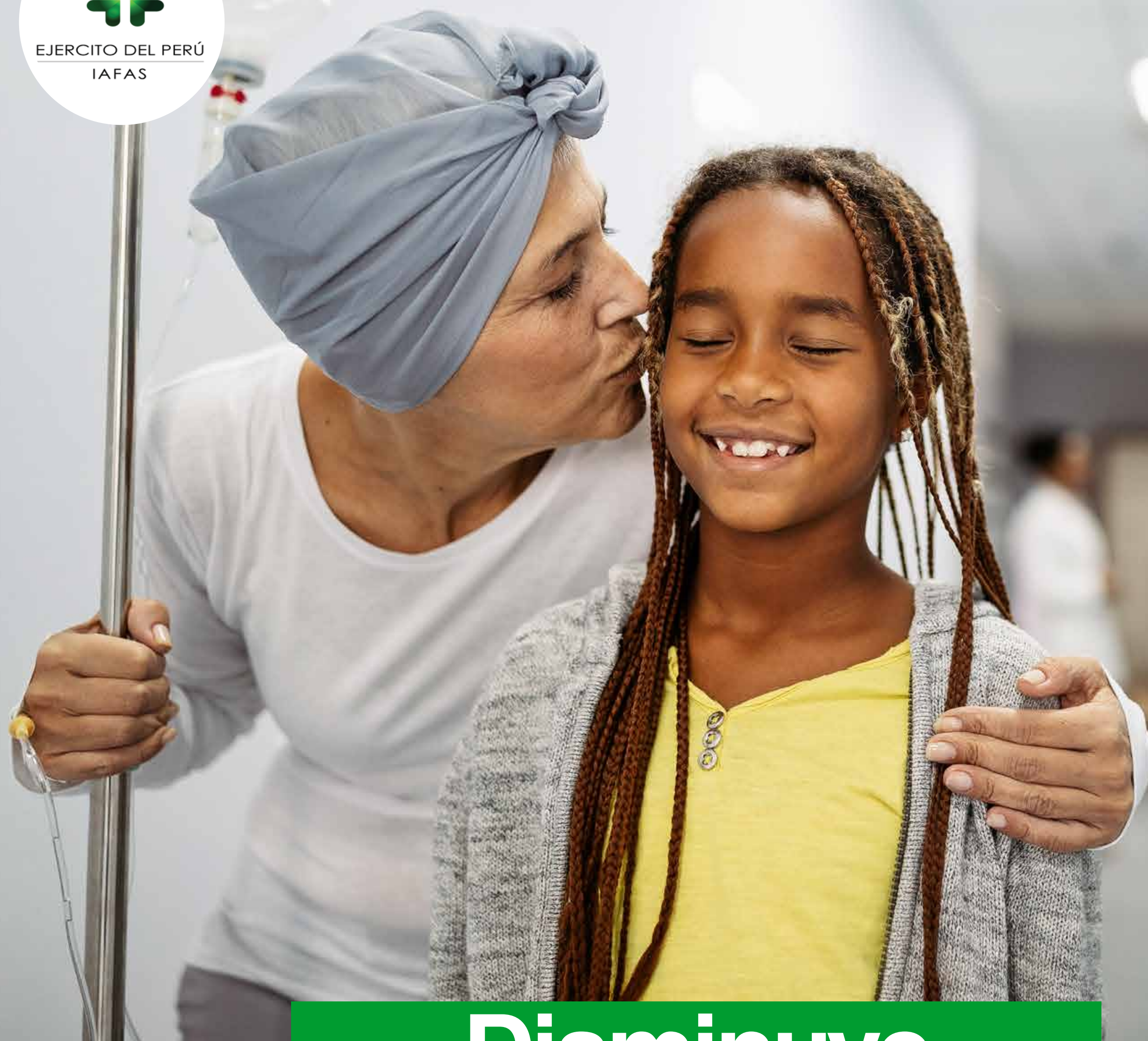
de sueño y el autoestima





EJERCITO DEL PERÚ
IAFAS

ONCOP
EP



Disminuye

el nivel de estrés, depresión y ansiedad



EJERCITO DEL PERÚ
IAFAS

ONCOP



Retrasa

la aparición de debilidad y fuerza muscular, lo que se conoce como sarcopenia



EJERCITO DEL PERÚ
IAFAS

ONCQEP

Realizar ejercicios

brinda mayor probabilidad de supervivencia, tanto para el cáncer como para otras patologías no oncológicas