Grupo de ejercicio físico

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Personas en riesgo de exclusión, Enfermedades crónicas, Actividad física.

Descripción

OBJETIVO: mejorar la calidad de vida de los pacientes oncológicos a través del ejercicio físico.

Objetivos específicos

En cuanto a los objetivos específicos, se encuentran los siguientes:

- Rehabilitar y recuperar las posibles secuelas y funciones alterada, así como normalizar la situación de cada persona afectada, en las diferentes etapas de su enfermedad, para que el paciente oncológico se pueda reintegrar en su vida familiar, laboral y social en la medida de lo posible.
- Mantener o mejorar el estado físico general y composición corporal.
- Mantener o mejorar la capacidad cardiovascular.
- Mantener o mejorar la fuerza y la coordinación general.
- Mantener o mejorar la salud física del paciente.
- Prevenir el desarrollo de otras enfermedades asociadas a un estilo de vida sedentario.
- Alcanzar unos niveles de actividad física adecuados para cada paciente.
- Reducir el sedentarismo.

DESTINATARIOS: personas diagnosticadas de cáncer, sea cual sea la fase de enfermedad en que se encuentren (en el caso de supervivencia, hasta un periodo de d0s años tras la finalización del tratamiento). No se atenderán patologías que no estén relacionadas con el proceso oncológico.

DURACION: La duración total es de 16 sesiones a razón de dos días a la semana.

Necesaria inscripción y valoración por la asociación.

Población

Población General - Cualquiera (Pacientes oncológicos)

Persona de contacto

SAMANTHA GOMEZ MARTINEZ (661900103) (samantha.gomez@contraelcancer.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Asociación Contra el Cáncer

Fecha de última actualización de la actividad

25/02/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle C/SAN MIGUEL 12 44001 TERUEL SEDE Teruel Teruel Aragón España



Imagen de la Actividad

Servicio de ejercicio físico

Dirigido a pacientes oncoló

Servicio Gratuito ofrecido por la Asoc
contra el cáncer de Teruel

Dirigido a personas diagnosticadas de cánce
hayan participado en ediciones anteriores de
programa.

Inicio en marzo

