



COMPLEMENTANDO LA EVIDENCIA SOBRE LA IMPORTANCIA DEL EJERCICIO FÍSICO SUPERVISADO EN LA REDUCCIÓN DE LA FATIGA EN PACIENTES CON CÁNCER DE MAMA

Sr. Editor:

Hemos leído con mucho interés el artículo titulado "Intervenciones con actividad física supervisada en el manejo de la fatiga relacionada con el cáncer: una revisión sistemática" (1), que resalta la importancia del ejercicio supervisado en el alivio de la fatiga en pacientes con cáncer. Aunque el documento establece una base sólida, consideramos crucial ampliar el debate centrándonos en la diversificación de las modalidades de ejercicio y la personalización de los programas para pacientes con cáncer de mama (BC, del inglés *breast cancer*).

Para enriquecer esta discusión, nos referimos al reciente resumen de revisiones sistemáticas u *overview* titulado "Efectos de las intervenciones de ejercicio en la fatiga relacionada con el cáncer en pacientes con cáncer de mama: una revisión general de revisiones sistemáticas" (2). Este estudio ofrece una visión completa de la efectividad del ejercicio físico en la reducción de la fatiga en pacientes con BC, consolidando los hallazgos de diversas revisiones sistemáticas y metaanálisis. Su objetivo es proporcionar a clínicos, formuladores de políticas e investigadores una síntesis clara de la evidencia disponible para facilitar la toma de decisiones clínicas basadas en un conjunto unificado de información (3-5).

Los hallazgos resaltan que prácticas como el yoga y el ejercicio aeróbico no solo son viables, sino también efectivas en la reducción de la fatiga relacionada con el cáncer (2). Cabe mencionar que estas conclusiones se respaldan con resultados específicos de estudios clínicos aleatorizados (ECA), donde se ha observado

una mejora significativa en la fatiga de los pacientes que participaron en estos tipos de ejercicios. Además, se ha informado que el yoga y el ejercicio aeróbico pueden contribuir positivamente a la calidad de vida de los pacientes (2).

Es innegable la importancia de la supervisión profesional durante el ejercicio, ya que garantiza la seguridad y la efectividad de las actividades, al mismo tiempo que proporciona un estímulo motivacional esencial (1,6). Esto se basa en evidencia acumulada de numerosos estudios, los cuales destacan la necesidad de la supervisión profesional para adaptar las rutinas de ejercicio a las condiciones individuales de los pacientes y minimizar riesgos (1,6).

Abogamos firmemente por la integración sistemática de estas intervenciones de ejercicio supervisado en el tratamiento estándar para pacientes con BC, lo que podría suponer una mejora notable en la reducción de la fatiga. Esta recomendación se apoya en múltiples ECA que demuestran consistentemente los beneficios del ejercicio supervisado en la fatiga relacionada con el cáncer y en la calidad de vida de los pacientes (7).

Para concluir, expresamos nuestro agradecimiento a *Nutrición Hospitalaria* por brindar un espacio de reflexión sobre el papel del ejercicio físico supervisado y reafirmar, con una evidencia más sólida y respaldada por ECA, sus beneficios en este campo.

Raúl Alberto Aguilera-Eguía¹, Ángel Roco Videla²,
Olga Patricia López-Soto³, Héctor Fuentes-Barria⁴,
Víctor Pérez-Galdavini⁵

¹Departamento de Salud Pública. Facultad de Medicina. Universidad Católica de la Santísima Concepción. Concepción, Chile. ²Facultad de Ciencias de la salud. Programa de Magíster en Ciencias Químico-Biológicas. Universidad Bernardo O'Higgins. Santiago, Chile. ³Facultad de Salud. Universidad Autónoma de Manizales. Manizales, Colombia. ⁴Universidad Arturo Prat. Iquique, Chile. ⁵Departamento de Ciencias Clínicas y Preclínicas. Facultad de Medicina. Universidad Católica de la Santísima Concepción. Concepción, Chile

Conflicto de intereses: los autores declaran no tener conflicto de interés.

Declaración de uso de inteligencia artificial: los autores declaran que se utilizó ChatGPT para revisar la coherencia del contenido y fluidez de la redacción.

BIBLIOGRAFÍA

1. Meneses-Echavez JF, González-Jiménez E, Correa JE, Ramírez-Vélez R. Intervenciones con actividad física supervisada en el manejo de la fatiga relacionada con el cáncer: Una revisión sistemática. *Nutr Hosp* 2014;30(3):486-97. DOI: 10.3305/nh.2014.30.3.7635
2. Zhou HJ, Wang T, Xu YZ, Chen YN, Deng LJ, Wang C, et al. Effects of exercise interventions on cancer-related fatigue in breast cancer patients: an overview of systematic reviews. *Support Care Cancer* 2022;30(12):10421-40. DOI: 10.1007/s00520-022-07389-5
3. Aguilera-Eguía RA, Fuentes-Barría H, Yáñez-Baeza C, Pérez-Galdavini V, Inostroza-Reyes G, Ángel Roco-Videla. Complemento a la tabla I "Comparación de los métodos de las revisiones sistemáticas de intervenciones y los resúmenes de revisiones (overview)." *Nutr Hosp* 2022;39(4):951-2. DOI: 10.20960/nh.04166
4. Aguilera-Eguía RA, Héctor F-B, López-Soto OP. A propósito de las revisiones sistemáticas, los metaanálisis y los resúmenes de revisiones sistemáticas. *Nutr Hosp* 2021;38(3):677-8. DOI: 10.20960/nh.03610
5. Raúl Aguilera-Eguía, Víctor Pérez-Galdavini, Héctor Fuentes-Barría ÁR-V. ¿Cuándo se justifica la realización de un resumen de revisiones sistemáticas (overview)? *Nutr Hosp* 2023;40(3):680-2. DOI: 10.20960/nh.04619
6. Meneses-Echavez JF, González-Jiménez E, Ramírez-Vélez R. Effects of supervised exercise on cancer-related fatigue in breast cancer survivors: a systematic review and meta-analysis. *Biomed Res Int* 2015;2015:328636. DOI: 10.1155/2015/328636
7. Chen X, Li J, Chen C, Zhang Y, Zhang S, Zhang Y, et al. Effects of exercise interventions on cancer-related fatigue and quality of life among cancer patients: a meta-analysis. 2023;1-16. DOI: 10.1186/s12912-023-01363-0