



El ejercicio, clave en la prevención del cáncer de mama y recuperación de pacientes.

- El próximo jueves 23 de mayo a las 2 y media de la tarde en la sede San Antonio de Unillanos, conferencista internacional disertará sobre la importancia del ejercicio en la prevención del cáncer de mama

Villavicencio 22 de mayo de 2013. Aclarar conceptos de los avances de la actividad física sobre las patologías como el cáncer de mama y dar tips para prevenir y mejorar la calidad de vida de las personas que sufren esta enfermedad a través del ejercicio, es el objetivo de la conferencia “Cáncer de mama y ejercicio físico”, que se realizará este jueves 23 de mayo, a las 2:30 p.m. en el auditorio Jaime Garzón de la sede San Antonio de la Universidad de los Llanos.

Jairo Fernández Ortega, doctor en Ciencias del Deporte y la Actividad Física de la Universidad de León (España), dará a conocer su investigación sobre el cáncer de mama y ejercicio físico, y enseñará cómo aliviar efectos secundarios de los tratamientos, prevenir la metástasis de este cáncer, y mejorar la calidad de vida a través del ejercicio físico.

“La actividad y el ejercicio físico sistemático bien dosificado con un buen seguimiento y unos buenos protocolos puede llegar a mejorar mucho las capacidades, en este caso, la aptitud física en cuanto a condiciones de fuerza y resistencia, con lo que estas personas podrían tener unos cambios importantes en su vida y recuperación”, explicó Óscar Santamaría, docente de Unillanos organizador de la conferencia.

El ingreso a la jornada académica no tiene costo y pueden asistir profesores de educación física, psiquiatras, médicos, profesionales que trabajan en el área de la salud y demás interesados en conocer cómo se puede ayudar a mejorar las condiciones de vida de las personas que sufren el cáncer de mama.

La conferencia se realiza en el marco de la cátedra “Elizabeth Ramos Mejía”, de la Licenciatura en Educación Física y Deportes, de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, de La Universidad de los Llanos, que se realiza mensualmente y aborda diferentes temáticas.

