



Salud

La Asociación Contra el Cáncer suma un gimnasio adaptado a sus usuarios

El espacio dispone de material específico para pacientes oncológicos y para mejorar la fuerza y la movilidad ● Una especialista supervisará los ejercicios

MARCEL VIDAL
Marbella

La Asociación Española Contra el Cáncer (AECC) en Marbella ofrece ya a sus usuarios un espacio de ejercicio físico adaptado a sus necesidades.

El gimnasio, ubicado en la sede local y equipado gracias a la colaboración de la Fundación Quirónsalud y del Hospital Quirónsalud Marbella, servirá para mejorar la calidad de vida de las personas con cáncer a través de programas de actividad física supervisada.

El espacio está equipado con material específico para el entrenamiento adaptado, en el que destacan barras y discos, mancuernas, bandas elásticas, banco y jaula de musculación, bicicleta elíptica, máquina de remo, colchonetas, kettlebells o bosu.

Dispone también de otros elementos orientados a mejorar la fuerza, la movilidad y la resistencia de los pacientes.

El gimnasio está dirigido a pacientes oncológicos que formen parte de la unidad de fisioterapia de la asociación en Marbella y que cuenten con el visto bueno de su oncólogo y con la valoración de la fisioterapeuta.

Una supervisora elaborará programas personalizados y controla-



El presidente de la AECC en Marbella y la especialista Cristina Quero, ayer, en el gimnasio adaptado.

rá la correcta ejecución de los ejercicios para garantizar la seguridad y eficacia de las sesiones.

«La puesta en marcha de este gimnasio supone un paso muy importante para seguir ofreciendo una atención integral a las personas con cáncer. El ejercicio físico es una herramienta terapéutica clave que mejora no solo la condición física, sino también el bienestar emocional de los pacientes. Gracias a la colaboración de Quirónsalud, podemos reforzar nuestros recursos y acompañar mejor a quienes

más lo necesitan», señala el presidente de la AECC en Marbella, Santiago Gómez Villares.

La especialista en Oncología del Hospital Quirónsalud Marbella, Cristina Quero, destaca que la evidencia científica demuestra que el ejercicio físico desempeña un «papel fundamental tanto en la prevención como en el tratamiento del cáncer». «Diversos estudios demuestran que la práctica regular de actividad física puede reducir hasta en un 30 por ciento el riesgo de desarrollar determinados tumo-

res, especialmente cáncer de mama y de colon, dos de los más estudiados en este ámbito», explica.

La especialista subraya que «iniciativas como este gimnasio permiten acercar a los pacientes programas de ejercicio físico supervisado y adaptado a sus necesidades, convirtiendo la actividad física en una herramienta terapéutica segura y eficaz durante todas las fases de la enfermedad».

La AECC atendió a más de 86.000 personas en España en 2025. ■

L.O.