

## Sociedad

# HLA Universitario Moncloa pone en marcha una escuela para pacientes oncológicos

[facebook](#) [twitter](#) [google+](#) [linkedin](#) [Comentar](#) [Imprimir](#) [Enviar](#)

Lunes 04 de febrero de 2019, 10:17h

🕒 : 03:45

[actualidad en pozuelo](#) [actualidad en aravaca](#)



El hospital y la Asociación Escuela de Pacientes Oncológicos ofrecen talleres de estilo de vida saludable centrados en la mente, cuerpo y nutrición. Esta innovadora iniciativa multidisciplinar e integral, acompaña, orienta y entrena a personas con diversos estadios y tipos de tumores.

### Servicios

- Transporte Público
- Callejero

### Menú del día

- La Americana [LEER MÁS](#)
- Dosca III [LEER MÁS](#)
- Tres 60 Madrid [LEER MÁS](#)

### Noticias

- Agenda
- Ocio
- Cultura
- Deportes
- Noticias Comunidad
- A Fondo
- Buzón Abierto
- Pozuelo en Blanco y Negro

### Últimas noticias

- La Comunidad de Madrid baja un 54 % los casos de acoso escolar desde el inicio de la legislatura
- 8 beneficios “booty” para reducir, incluso eliminar, la celulitis

Hospital HLA Universitario Moncloa y la Asociación Escuela de Pacientes Oncológicos se unen en una experiencia piloto de 'Rutinoterapia' para el acompañamiento, orientación y entrenamiento de personas diagnosticadas con diversos estadios y tipos de cánceres. Este novedoso método es un instrumento para la adaptación social, asistencial, de prevención y promoción de la salud integral que ayuda a los enfermos y su entorno a cambiar el estilo de vida, durante y después de la enfermedad.

Ana Siles, Co-founder de 'Rutinas durante el cáncer', de la 'Asociación Escuela de Pacientes Oncológicos' y paciente oncológica, tras su cuarta quimioterapia comenzó un plan de rutinas para mejorar su bienestar físico y psicológico, combinando hábitos y alimentación saludables. Asegura que "el método se fue enriqueciendo con el asesoramiento experto de médicos y personal sanitario, entre ellos Ramón Pérez Carrión, mi oncólogo, y Teresa Lajo Morales, mi endocrinóloga, ambos de HLA Universitario Moncloa, quienes además fueron el enlace para presentar el proyecto al centro". El programa de formación de la Escuela está pensado para el abordaje integral de la enfermedad desde tres pilares fundamentales: bienestar emocional (mente), ejercicio físico (cuerpo) y nutrición. En el transcurso de las clases los pacientes aprenden a identificar sus propios retos para cambiar el estilo de vida, a organizar sus recursos para alcanzar los objetivos, repetir y reafirmar su compromiso con apoyo del grupo y también a celebrar los logros conseguidos.

### **Claustro formado por especialistas**

La Escuela de Pacientes Oncológicos de HLA Universitario Moncloa la lidera Joan Manel Gasent Blesa, jefe de Oncología, junto con su equipo. Los cursos los imparten la doctora Lajo Morales, Rosa Coba Sánchez, psicóloga clínica y neuropsicóloga, Mario Redondo Martínez, fisioterapeuta especialista en ejercicio físico y cáncer, y por el Instituto Profesional del Ejercicio Físico y Cáncer, Aurea de Amo, médico rehabilitador. Por su parte, desde la asociación trabajan en el acompañamiento y resolución de las dudas de los alumnos por el cambio de rutinas, con especial protagonismo de las nuevas tecnologías como un grupo de WhatsApp o a través del correo electrónico.

El curso, estructurado en torno a grupos reducidos de pacientes para mejorar su eficacia, consta de una hora de clase tres veces a la semana durante un mes y medio. En esta primera promoción se encuentran pacientes con neoplasias de mama, ginecológicas y de pulmón, en todos los estadios y situaciones clínico-sociales. Según los propios participantes, esta heterogeneidad le aporta aún más valor a la experiencia y, según los organizadores, lo común a todos los alumnos es su actitud, fortaleza, ganas de vivir, optimismo y compromiso por cambiar hábitos para mejorar su vida.

"Vimos inmediatamente la calidad y utilidad del servicio que se pretendía ofrecer a los pacientes, por lo que no dudamos en facilitar al proyecto todos los recursos a nuestro alcance", explica Carlos Zarco, director médico del centro y agrega que "además, la Escuela también aporta beneficios a nuestros profesionales y a la propia organización, permitiéndonos potenciar la humanización y cercanía de nuestros servicios, optimizar el proceso clínico y la adherencia del paciente al tratamiento o facilitar el abordaje integral y multidisciplinar, por nombrar algunos".

### **Una escuela contra los miedos, mitos, tabúes y seudociencias**

Los protagonistas del proyecto piloto de HLA en Madrid, también reciben formación sobre cómo afectan los tratamientos y la enfermedad a nuestro cerebro, emociones y capacidades cognitivas de forma temporal. Además, ejercitan de forma práctica cómo ser conscientes de ello y aprender a superarlo. "Cuando me dieron el diagnóstico me encontré totalmente perdida, no sabía por dónde empezar. El programa está tan bien organizado que entrar en él te aporta seguridad por un lado, ya que te ofrecen la teoría, y por otro el grupo te ayuda a cumplir los objetivos", narra una de las alumnas.

- Cejas "Lion Mane", piel y labios jugosos o iluminador líquido, ¿conoces las beauty trends para esta primavera?

- Una oveja para Trebopala

- Las jornadas gastronómicas "Pozuelo de Cuchara" arrancan con gran éxito de acogida

 Recibe Gratis en tu correo nuestra Newsletter Semanal

 **cen**  
**pozuelo.es**

**Completa con tus datos**

\* Introduce tu e-mail \*

**Condiciones de uso**

**OK**

**BACHILLERATO AMERICANO**



... llegar más lejos...

El proyecto piloto también tiene en cuenta al entorno del alumno en diversos momentos del programa, un ejemplo es que los familiares pueden asistir a los cursos si el paciente no se encuentra bien de salud a causa del tratamiento. Además, en muchos casos es el acompañante quien cocina o ejerce de cuidador y también necesita informarse para incorporar nuevos hábitos de vida saludable.

¿Te ha parecido interesante esta noticia?  Si (1)  No(0)

 Like 3  Share

  Share   Twittear

Comentarios (1)

Comentarios Facebook

### Foro asociado a esta noticia:

 HLA Universitario Moncloa pone en marcha una escuela para pacientes oncológicos

### Últimos comentarios de los lectores (1)

1428 | Puri Freijeiro Gómez - 06/02/2019 @ 11:32:28 (GMT+1)

Me parece, perfecto,me encantaría participar en los cursos sucesivos.

 A favor (0)  En contra (0)

Nombre

Email

Escriba su comentario

#### Normas de uso

Esta es la opinión de los internautas, no de En Pozuelo

No está permitido verter comentarios contrarios a la ley o injuriantes.

La dirección de email solicitada en ningún caso será utilizada con fines comerciales.

Tu dirección de email no será publicada.

Nos reservamos el derecho a eliminar los comentarios que consideremos fuera de tema.

He leído y acepto la [Política de Privacidad](#) (y el [Aviso Legal](#)).



I'm not a robot



reCAPTCHA  
Privacy - Terms

Enviar comentario

## Te interesa



**El socialismo español mira a García-Page**  
clm21.es



**La gran final nacional llega a El Saler**  
elperiodigolf.es



**El 'viejo' PSOE se revuelve ante Pedro Sánchez por el "relat..."**  
albacetediario.es



**Nueva Onda Yunquera conmemorará con un programa maratón d...**  
Guadapress.es



**Estrenos de cine, 25 de enero**  
seriesycine.com



**Pedro Saura: "El objetivo del ministerio es invertir 20.000 mill..."**  
elmundofinanciero.com



**En memoria de mi... padre**  
Lo último de mil21.es



**Los alcaldes de Algeciras y Tánger firman un convenio d...**  
algecirasahora.es



**El mago Tezanos hunde al PP y a Casado**  
Mas Actual



**La Seguridad Social pagará los atrasos derivados de la subid...**  
Mas Economía



**Los tres pasos en los que Nokia deposita el plan de transformaci...**  
zonamovilidad.es



**Galería. Las imágenes del incendio que amenaza Doñana**  
El Imparcial

Te interesa



**El socialismo español mira a García-Page**  
clm21.es



**La gran final nacional llega a El Saler**  
elperiodigolf.es



**El 'viejo' PSOE se revuelve ante Pedro Sánchez por el "relat..."**  
albacetediario.es



**Nueva Onda Yunquera conmemorará con un programa maratón d...**  
Guadapress.es



**Estrenos de cine, 25 de enero**  
seriesycine.com



**Pedro Saura: "El objetivo del ministerio es invertir 20.000 mill..."**  
elmundofinanciero.com



**En memoria de mi... padre**  
Lo último de mil21.es



**Los alcaldes de Algeciras y Tánger firman un convenio d...**  
algecirasahora.es



**El mago Tezanos hunde al PP y a Casado**  
Mas Actual



**La Seguridad Social pagará los atrasos derivados de la subid...**  
Mas Economía



**Los tres pasos en los que Nokia deposita el plan de transformaci...**  
zonamovilidad.es



**Galería. Las imágenes del incendio que amenaza Doñana**  
El Imparcial

ofrecido por Cibeles

## Te interesa



**El socialismo español mira a García-Page**  
clm21.es



**La gran final nacional llega a El Saler**  
elperiodigolf.es



**El 'viejo' PSOE se revuelve ante Pedro Sánchez por el "relat..."**  
albacetediario.es



**Nueva Onda Yunquera conmemorará con un programa maratón d...**  
Guadapress.es



**Estrenos de cine, 25 de enero**  
seriescine.com



**Pedro Saura: "El objetivo del ministerio es invertir 20.000 mill..."**  
elmundofinanciero.com



**En memoria de mi... padre**  
Lo último de mil21.es



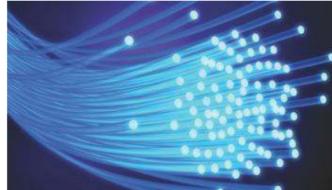
**Los alcaldes de Algeciras y Tánger firman un convenio d...**  
algecirasahora.es



**El mago Tezanos hunde al PP y a Casado**  
Mas Actual



**La Seguridad Social pagará los atrasos derivados de la subid...**  
Mas Economía



**Los tres pasos en los que Nokia deposita el plan de transformaci...**  
zonamovilidad.es



**Galería. Las imágenes del incendio que amenaza Doñana**  
El Imparcial



### Secciones

Deportes	Sociedad	Política	Ocio
Cultura	Personalidades	A fondo	Educación
Menú del Día	Actualidad	Motor	Noticias Comunida
LifeStyle	Belleza	Salud	Moda
Tiempo Libre	Tecnología	Vivienda	Restaurantes

### Contacto

Contacto  
Quiénes Somos  
Anunciarse

Política de privacidad y cookies  
Aviso Legal



Te interesa



**El socialismo español mira a García-Page**  
clm21.es



**La gran final nacional llega a El Saler**  
elperiodigolf.es



**El 'viejo' PSOE se revuelve ante Pedro Sánchez por el "relator" para el diálogo sobre Cataluña**  
albacetediario.es



**Nueva Onda Yunquera conmemorará con un programa maratón de 10 horas en directo el Día Mundial de la Radio**  
Guadapress.es

