



OBJETIVOS DEL CURSO CES 2021

MODULO 1

CAPÍTULO UNO

OBJETIVO: tener un conocimiento completo de la biología del cáncer, qué causa el cáncer y cómo se clasifica. Obtendrá una comprensión de:

- Causas
- Categorías
- Genética

NUESTRO OBJETIVO: es tener una comprensión general del cáncer como enfermedad

CAPITULO DOS

OBJETIVO: comprender cómo se clasifican los cánceres y qué significa para el tratamiento y el pronóstico de un paciente. Obtendrá una comprensión de:

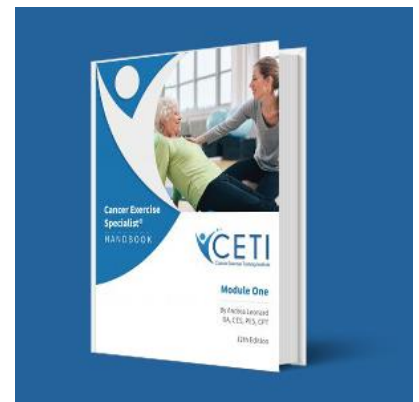
- Implicaciones psicológicas
- Las 5 etapas del duelo
- Diferentes tipos de etapas del cáncer.

NUESTRO OBJETIVO: es comprender las variables asociadas a las etapas del cáncer, y cómo afectarán nuestra programación, así como el estado mental del paciente.

CAPÍTULO TRES

OBJETIVO: comprender el sistema inmunológico y su contribución a la prevención y la lucha contra el cáncer.

- ¿Cuál es la función del sistema inmunológico?
- ¿Cuál es la diferencia entre el sistema inmunológico innato y adquirido?



- ¿Qué es el microbioma y cómo puede afectar al cáncer?
- ¿Cómo contribuye la inflamación a la enfermedad?

CAPÍTULO CUATRO

OBJETIVOS: comprender las cirugías comunes del cáncer, sus efectos secundarios agudos y crónicos y los tiempos de recuperación previstos.

- ¿Hubo una amputación?
- ¿Dónde y en qué dirección está la (s) incisión (es)?
- ¿Cuándo se realizó la cirugía?
- ¿Tiene el paciente un formulario de autorización médica?

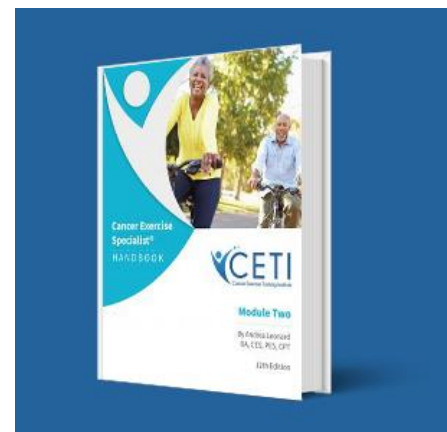
OBJETIVO: es crear un programa que será seguro y efectivo y saber cómo y cuándo progresar / retroceder diaria, semanal o mensualmente.

MODULO 2

CAPÍTULO UNO

OBJETIVOS: comprender los diferentes tipos de cirugía y reconstrucción mamaria y el papel que desempeñan en el desequilibrio muscular y el ROM limitado.

- Qué tipo de cirugía de mama se realizó; ¿Si es así cuándo?
- ¿Qué tipo de reconstrucción (si se realizó alguna) se realizó; ¿Si es así cuándo?
- ¿Se sometieron a radiación? ¿Si es así cuándo?
- ¿Les extirparon los ganglios linfáticos? ¿Si es así cuando?
- Corregir los desequilibrios musculares y las limitaciones de ROM
- Comprender la importancia del control de peso.



OBJETIVO: es crear un programa utilizando la combinación adecuada de estiramiento, fortalecimiento y cardiorespiratorio que sea seguro y efectivo; saber cómo y cuándo progresar / retroceder diaria, semanal o mensualmente.

CAPITULO DOS

OBJETIVOS: agregar a su “ecuación” de ejercicio (ROM + Desequilibrios Musculares + Tratamiento del Cáncer + Cirugías del Cáncer = Protocolo Individual) para determinar la programación.

- 3-4 veces por semana durante 20-30 minutos
- Cumplimiento
- Minimizar y prevenir el dolor

- Actividades de la vida diaria (ADL)
- Precauciones de inmunodepresión
- Efectos secundarios a corto plazo frente a efectos secundarios a largo plazo
- Quimiocerebro
- Modificaciones de neuropatía periférica
- Fortalecer el corazón y pulmones

OBJETIVO: es crear un programa que será seguro y efectivo y saber cómo y cuándo progresar / retroceder diaria, semanal o mensualmente. Hacer que el cliente se mueva, aunque solo sea durante diez minutos al día, debe considerarse un éxito.

CAPÍTULO TRES

OBJETIVOS: comprender los diferentes tipos de complicaciones neurológicas del tratamiento del cáncer y determinar el curso de tratamiento adecuado.

- Comprender los síntomas de las afecciones neurológicas relacionadas con el cáncer.
- Comprender los signos / síntomas de la compresión de la médula espinal y la urgencia del diagnóstico.
- Entender cuándo remitir al cliente a su cuidador principal.

OBJETIVO: es vigilar de manera cuidadosa y discreta cualquier signo de complicaciones neurológicas, que se pueden identificar más fácilmente durante la actividad física.

CAPÍTULO CUATRO

Objetivos: determinar una medición de referencia de las áreas que están en riesgo de linfedema y educar al cliente sobre las formas de prevenir, identificar y manejar la linfedema. Para obtener una comprensión de:

- El flujo de líquido linfático.
- Factores de riesgo de la linfedema
- Ejercicios que promoverán el drenaje linfático de las extremidades superiores e inferiores

Nuestro objetivo es incorporar ejercicios de drenaje linfático en la programación del cliente y educar al cliente sobre cómo comenzar y progresar lentamente mientras está consciente de los primeros signos de linfedema.

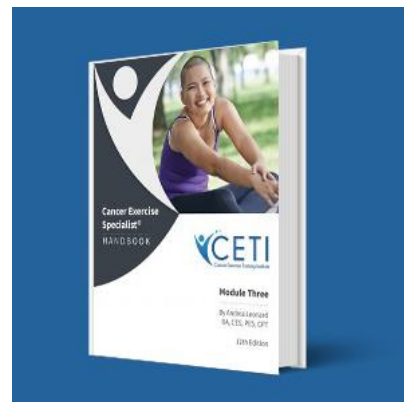
MÓDULO 3

CAPÍTULO UNO

OBJETIVOS: aprender a realizar una evaluación postural y comprender el equilibrio entre agonistas y antagonistas con el fin de determinar secuencialmente la programación de ejercicios individualizada en base a:

- Limitaciones de rango de movimiento
- Corrigiendo las desviaciones posturales
- Efectos secundarios del tratamiento agudo y crónico
- Identificación, prevención y tratamiento de la linfedema

OBJETIVO: corregir los desequilibrios musculares y las limitaciones del rango de movimiento determinando las combinaciones adecuadas de ejercicios de entrenamiento de fuerza y estiramiento mientras se toman precauciones para evitar la linfedema, el dolor y otros efectos secundarios físicos y mentales indeseables.



CAPÍTULO DOS

OBJETIVOS: determinar el nivel de aptitud cardiorrespiratoria del cliente mediante pruebas de esfuerzo y saber cuándo derivar al cliente a su cuidador principal para realizar más pruebas de cardiotoxicidad. Esto te ayudará a:

- Comprender la función cardiopulmonar
- Comprender las contraindicaciones absolutas y relativas de la prueba de esfuerzo.
- Comprender cómo y cuándo realizar la prueba de esfuerzo cardiorrespiratorio

CAPÍTULO TRES

OBJETIVOS: comprender las diferentes etapas y efectos secundarios del tratamiento y cómo afectan la intensidad y la prescripción del ejercicio.

- ¿Cuál es la frecuencia cardíaca objetivo del cliente?
- ¿A qué nivel de intensidad deberían esforzarse?
- ¿Cuáles son las modificaciones / consideraciones recomendadas?
- ¿En qué circunstancias deben evitar el ejercicio o dejar de hacerlo?

OBJETIVO: crear un programa seguro y eficaz utilizando el método Karvonen para calcular la frecuencia cardíaca objetivo. Considere cuidadosamente cualquier efecto secundario y contraindicación al hacer recomendaciones de ejercicio.

CAPÍTULO CUATRO

OBJETIVOS: comprender cómo usar un goniómetro para determinar el rango de movimiento de las articulaciones y elegir los ejercicios de estiramiento / entrenamiento de fuerza adecuados para ayudar a lograr los resultados deseados

- ¿Cuáles son las tres partes de un goniómetro?

- ¿Cuáles son los tres planos del cuerpo y qué movimiento articular ocurre en cada uno?
- ¿Cuáles son las "normas" para los cinco planos de movimiento?
- ¿La limitación del rango de movimiento es un problema de fuerza o flexibilidad? ...

CAPÍTULO CINCO

OBJETIVOS: comprender el papel del sistema neuromuscular en el equilibrio y la estabilidad

- Comprender los efectos secundarios del sistema nervioso causados por el cáncer o su tratamiento.
- Comprender las posibles causas de los problemas del sistema nervioso.
- Ser capaz de implementar un programa de ejercicios para el core y el equilibrio progresivo y seguro para los clientes que enfrentan problemas neuromusculares.

OBJETIVO: es ayudar a nuestros clientes a superar los desafíos de equilibrio que podrían provocar caídas, fracturas y cambios que pueden afectar la deambulación y la calidad de vida.

CAPÍTULO SEIS

OBJETIVOS: comprender los diferentes tipos de estiramientos y determinar la seguridad y eficacia para su cliente y comprender:

- ¿Cuáles son los diferentes métodos de estiramiento?
- ¿Qué músculos está estirando o fortaleciendo y cuáles de los estiramientos de muestra son los más adecuados para su cliente y sus necesidades específicas?
- Cómo comunicarse con su cliente y asegurarse de que no experimente nada más que una leve sensación de estiramiento (SIN DOLOR)

OBJETIVO: crear un programa de ejercicios que incluya la combinación adecuada de estiramientos y fortalecimiento para lograr los objetivos establecidos

MÓDULO 4

CAPÍTULO UNO

OBJETIVOS: comprender los beneficios del ejercicio para prevenir el cáncer, durante el tratamiento y durante la recuperación y cómo puede:

- Disminuir el riesgo de futuros cánceres.
- Minimizar los efectos secundarios del tratamiento
- Ayude a los clientes a volver a su nivel de condición física anterior, o mejor.

OBJETIVO: comprender cada una de estas fases y utilizarlas como catalizador para trabajar con los profesionales médicos y convertirse en el "siguiente paso" en el continuo de la atención médica.



CAPÍTULO DOS

OBJETIVOS: comprender los diferentes tipos de dolor relacionado con el cáncer y cómo se pueden tratar con métodos tradicionales y alternativos

- ¿Cuáles son los diferentes tipos de dolor relacionado con el cáncer?
- ¿Cuál es la diferencia entre dolor agudo y crónico?
- ¿Están experimentando actualmente algún efecto secundario del tratamiento?
- ¿Cuáles son los métodos tradicionales y alternativos para controlar el dolor?
- ¿Qué es la tolerancia a las drogas?

OBJETIVO: adaptar los ejercicios y la intensidad del ejercicio para minimizar el dolor y proporcionar un entorno seguro para los clientes.

CAPÍTULO TRES

OBJETIVOS: comprender el efecto de la fatiga severa tanto en la mente como en el cuerpo y diseñar un programa de ejercicio y actividad física para su cliente que:

- Aumenta su energía
- Disminuye el estrés y la ansiedad.
- Mejorar el sueño
- Mejorar la autoconfianza y la autoestima.

OBJETIVO: determinar la frecuencia, la intensidad y la duración adecuadas del ejercicio para un cliente en función de sus limitaciones energéticas inmediatas.

CAPÍTULO CUATRO

OBJETIVOS: comprender las posibles limitaciones psicológicas y fisiológicas de participar en un programa de ejercicios y comprender:

- Etapa de supervivencia
- Razón del aumento del número de supervivientes
- ¿Cómo ayudar a su cliente en su viaje de paciente a sobreviviente?

OBJETIVO: comprender cómo ayudar a su cliente a superar sus miedos e inhibiciones y crear una programación personalizada que promueva la adherencia, así como una sensación de alegría y logro.

CAPÍTULO CINCO

OBJETIVOS: comprender el impacto psicológico de la cirugía y el tratamiento del cáncer en la psique del paciente y aprender a superar algunos de los muchos obstáculos que implica la participación en un programa de ejercicios. Esto te ayudará a:

- Incrementar la adherencia
- Educar a los clientes sobre cómo vivir una vida para prevenir y controlar el cáncer.
- Obtenga una comprensión de cómo se respeta la aptitud física como parte central de la salud física y emocional / psicológica.

OBJETIVO: diseñar un programa de ejercicios que el cliente adorará, aceptará y cumplirá. Esto es especialmente importante si la persona no está en forma y es reacia a participar en un programa de acondicionamiento físico.

CAPÍTULO SEIS

OBJETIVOS: aprender a controlar el aumento o la pérdida de peso durante y después del tratamiento del cáncer y comprender:

- ¿Cómo el exceso de peso puede provocar otras enfermedades?
- ¿Cómo ganar peso de forma segura?
- ¿Cómo el ejercicio es un componente crítico del control de peso?
- Recomendaciones generales de ejercicio

OBJETIVO: poder brindar a nuestros clientes información basada en evidencia sobre ejercicio y nutrición para pacientes y sobrevivientes de cáncer.

CAPÍTULO OCHO

OBJETIVOS: obtener una comprensión general de las opciones de estilo de vida que afectan la salud diaria y el riesgo a largo plazo de desarrollar cáncer y:

- La importancia de la "higiene en la cocina" para los clientes inmunodeprimidos
- Objetivos de nutrición primarios para alguien que vive con cáncer
- Elegir alimentos ricos en nutrientes y que combatan el cáncer
- Reducir la exposición a plaguicidas
- Desintoxicación con alimentos y especias.

OBJETIVO: poder proporcionar a sus clientes pautas de nutrición GENERALES después de que hayan COMPLETADO el tratamiento contra el cáncer. Existen muchas contraindicaciones para el tratamiento del cáncer con ciertos alimentos y especias y es ESENCIAL que los clientes que están en tratamiento busquen el consejo de un dietista registrado que se especialice en oncología.

CAPÍTULO NUEVE

OBJETIVOS: comprender cómo las emociones reprimidas y una personalidad tipo C pueden aumentar el riesgo de cáncer. Obtendrá una comprensión de:

- ¿Cómo las emociones reprimidas, en particular la ira, pueden comprometer el sistema inmunológico?
- ¿Cómo el cuerpo puede curarse a sí mismo?
- ¿Cómo la mente y el cuerpo trabajan juntos para combatir la "enfermedad"?
- Los comportamientos de los pacientes que han luchado con éxito contra el cáncer

OBJETIVO: que comprenda el papel fundamental que desempeñan las emociones en nuestra salud y bienestar en general y las formas de transformar el tipo de personalidad Tipo-C

CAPÍTULO DIEZ

OBJETIVOS: ayudarlo a cerrar la brecha y convertirse en el "siguiente paso" en el continuo de la atención médica. Obtendrá una comprensión de:

- ¿Cómo programar reuniones con profesionales médicos?
- ¿Cómo conseguir publicidad gratuita?
- ¿Cómo entablar una relación con los profesionales médicos y obtener referencias?
- ¿Cómo posicionarse como el experto local en ejercicio oncológico?

OBJETIVO: crear una red de profesionales de la salud y el fitness que trabajen juntos para garantizar el mejor resultado para los pacientes y supervivientes de cáncer.

RENOVACIONES

El Cancer Exercise Training Institute se enorgullece de ofrecerle el entrenamiento de ejercicios oncológicos más actualizado del mundo. Para mantenerse actualizado, CETI requiere que todos los Especialistas en Ejercicios de Cáncer renueven cada dos años según el material actual / actualizado. Puede optar por ir directamente al examen final, pero le recomendamos que revise los nuevos contenidos revisando los manuales actualizados y viendo el nuevo material de video. Los módulos se pueden descargar, pero también puede comprar las copias impresas. Gracias por continuar mejorando las vidas de los pacientes y sobrevivientes de cáncer y por ser parte del equipo de CETI.