

Cercetătorii de la Universitatea Surrey din Marea Britanie au concluzionat că mersul este benefic pentru reducerea severității simptomelor și îmbunătățirea calității vieții pacienților care suferă de cancer în stadiu avansat, conform unui material publicat de UPI.com.

Oamenii de știință de la Surrey University împreună cu o echipă de la Florence Nightingale Faculty of Nursing & Midwifery din cadrul King's College din Londra au studiat impactul pe care îl are mersul asupra gradului de severitate și al calității generale a vieții în rândul pacienților care au cancer în stadiu avansat.

În timpul studiului cei 42 de pacienți cu cancer au fost împărțiți în două grupuri: un grup a primit consiliere de la Macmillan Cancer fiind încurajați să meargă câte 30 de minute într-o zi timp de trei ori pe săptămână, iar celor din cel de-al doilea grup li s-a cerut să își urmeze programul obișnuit.

Rezultatele au arătat că acei participanți la studiu care au fost încurajați să facă mișcare au arătat o îmbunătățire a stării fizice, emoționale și psihologice comparativ cu cei din al doilea grup.

"Importanța exercițiului fizic în prevenirea recidivei cancerului și în gestionarea altor maladii cronice devine evidentă", consideră Emma Ream, profesor și director de cercetare la School of Health Sciences de la University of Surrey și co-autor al studiului.

"Rezultatele acestui studiu arată că exercițiul fizic este benefic și oamenilor cu cancer în stadiu avansat. Oamenii care au cancer în formă avansată trebuie încurajați să fie mai activi și să introducă exerciții fizice în viața lor de zi cu zi pe cât este posibil", a adăugat ea.

Studiul a fost publicat în numărul din februarie al revistei de specialitate BMJ Open.

AGERPRES