

## Therapeutic Exercise and Music in Post-treatment Oncology

1

### ¿Quiénes somos?

Somos un equipo de **fisioterapeutas e investigadores** de la **Universidad de Sevilla** con **experiencia** en el ámbito del **ejercicio terapéutico** y el **cáncer**.

Queremos saber cómo el ejercicio acompañado de música puede **mejorar** la **calidad de vida** y el **bienestar** de mujeres que han superado el cáncer de mama.



### ¿Quién puede participar?



**Mujeres de 18-75** años con diagnóstico previo de cáncer de mama **estadio 0-III**

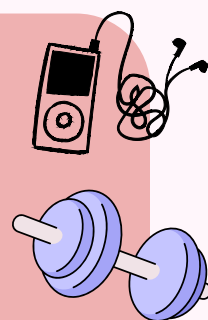
Mínimo **6 meses** tras la **finalización** del **tratamiento** médico principal

2

3

### ¿En qué consiste tu participación?

Las participantes llevarán a cabo un programa de **ejercicio físico** de **8 semanas** que combina sesiones de **fuerza presenciales** y **supervisadas** con ejercicio **aeróbico autónomo** y **monitorizado**. Los entrenamientos **podrán acompañarse de música**, en **función del grupo** de estudio. Es gratuito, seguro, con ejercicios adaptados y seguimiento continuado.



**SADUS-BERMEJALES (Sevilla)**

### Si estás interesada ...

**Rellena** el siguiente **formulario** a través del **código QR** y contactaremos contigo por correo o teléfono.

**ANA TRIGUEROS MURILLO**

✉ **atrigueros1@us.es** ☎ **605386707**

📷 **tempo\_oncology** 📘 **Tempo-Oncology**

4

Ensayo Clínico TEMPO

