



EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO NO TRATAMENTO DO CÂNCER

Adriele Loezer Silva
André Geraldo Brauer Junior

Resumo

O câncer é uma doença que afeta milhares de pessoas todos os anos, além de ser altamente debilitante, seus tratamentos têm influência na qualidade de vida e em vários outros aspectos do dia a dia dos indivíduos. Por isso, o exercício físico vem sendo estudado como uma forma de combater os efeitos colaterais do tratamento e amenizar os sintomas desencadeados pela doença. Sendo assim, faz-se necessário a seguinte questão: Quais são os protocolos de exercícios utilizados e os seus efeitos nas variáveis da aptidão física, qualidade de vida, marcadores sanguíneos inflamatórios e fadiga no tratamento do câncer? O principal motivo para realizar a pesquisa foi para trazer mais informações para a área sobre os protocolos e a utilização do exercício físico como forma de tratamento coadjuvante. O objetivo geral desse trabalho é verificar na literatura existente os protocolos mais utilizados de exercício físico no tratamento do câncer. Os objetivos específicos são apontar quais são os efeitos dos protocolos utilizados nas variáveis da aptidão física, qualidade de vida, marcadores sanguíneos inflamatórios e fadiga e descrever quais os tipos de exercícios mais utilizados. A busca dos artigos foi feita na base de dados do Scielo, Lilacs e PubMed nas línguas inglesa e portuguesa com as palavras-chaves *exercício AND câncer* em português e *exercise AND cancer* em inglês. Os artigos deveriam conter em seu estudo indivíduos que passaram pelo tratamento de quimioterapia, radioterapia, ambos ou cirurgia. Após a busca, o primeiro passo foi a leitura dos títulos, depois foi restringido a análise aos resumos (*abstract*) e posteriormente a leitura dos artigos na íntegra. A exclusão em cada etapa se deu a partir dos critérios de inclusão e exclusão. No total foram encontrados 26.907 artigos, após a pesquisa geral, foram utilizados filtros de acordo com cada base de dados, sendo estabelecido um padrão de idioma, tipo de literatura e texto completo disponível, resultando em 3.357 artigos. Com a leitura dos títulos, retirada de revisões bibliográficas e estudos feitos com animais e sobreviventes do câncer restaram 55 artigos, desses artigos foi feita a retirada de títulos duplicados e realizada a leitura dos resumos, resultando em 20 artigos para a leitura na íntegra. Após a leitura na íntegra foram excluídos os artigos que realizaram o estudo somente após o término do tratamento e que não tinham grupo controle, resultando na inclusão para esse estudo 12 artigos.

Palavras-chave: câncer; neoplasias; exercício.