



## **O IMPACTO DO EXERCÍCIO FÍSICO NO TRATAMENTO EM MULHERES DIAGNOSTICADAS COM CÂNCER DE MAMA**

**Martino Brostulim  
Juliana Landolfi Maia Maia**

### **Resumo**

O câncer de mama é um dos tipos de câncer mais comuns e de maior incidência entre as mulheres. Estudos têm mostrado que o exercício físico regular pode reduzir o risco de desenvolver câncer de mama, bem como o risco de morte causada pelo câncer. Um tema importante nesta área de pesquisa é a ligação entre o exercício físico e o câncer de mama. Diante, desse contexto, parto da seguinte pergunta: Quais os efeitos da prática do exercício físico no tratamento em câncer de mama? Com esse devido questionamento se tem o objetivo geral, que busca a análise sob o efeito da prática do exercício físico no tratamento do câncer de mama e dentro do objetivo geral os seguintes objetivos específicos: 1-Compreender a diferença entre as abordagens da prescrição de exercícios no tratamento do câncer de mama; 2-Identificar as melhores possibilidades de intervenção pelo exercício no público alvo. Este tema justifica uma pesquisa acadêmica, pois os resultados podem fornecer informações importantes para a população, ajudando a desenvolver estratégias de tratamento eficazes para a redução dos riscos de câncer de mama. Além disso, a investigação pode ajudar os profissionais de saúde a criar programas de exercícios específicos para mulheres que já foram diagnosticadas com câncer de mama, a fim de melhorar sua qualidade de vida. A investigação pode fornecer informações úteis para melhorar os tratamentos e o prognóstico dos pacientes com câncer de mama. O estudo se trata de uma revisão bibliográfica sistemática, para a busca de artigos foi utilizada a plataforma PUBMED, como critério de inclusão foi utilizado artigos em um período de 10 anos (2013 - 2023), no idioma inglês, com as seguintes palavras-chave (physical exercise; aerobic exercise, resistance training; breast cancer). O estudo se utiliza da estratégia "PICO" (Paciente, Intervenção, Comparação e Desfecho) onde o público alvo serão mulheres de 40 a 64 anos, e artigos que relatam as intervenções com o exercício controlado resistido e aeróbico, quais os tipos de prescrição e a comparação entre o exercício resistido e aeróbico, o melhor nos parâmetros do câncer. E por fim o estudo não apresenta uma conclusão e considerações finais, pois ainda não foi concluído.

**Palavras-chave:** exercício aeróbico; treinamento resistido; câncer de mama