Resumo: Câncer, Sistema imunológico e Exercícios físicos: Uma Narrativa

Autor(res)

Bianca Neofiti Papi
Julia Gomes Da Silva
Joyce Martins Dos Santos
Alcione Rodrigues Coelho

Categoria do Trabalho

1

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

Resumo

O exercício físico tem sido reconhecido como um tratamento adjuvante eficaz para pacientes com câncer. Estudos têm demonstrado que a atividade física regular pode melhorar a qualidade de vida, reduzir a fadiga, diminuir os sintomas de depressão e ansiedade, melhorar a função cardiorrespiratória, aumentar a força e a capacidade funcional, além de reduzir o risco de recorrência e a mortalidade relacionada ao câncer.

A prática de exercício físico durante o tratamento do câncer pode ajudar a minimizar os efeitos colaterais do tratamento, como náuseas, vômitos, fadiga, perda de apetite, perda de massa muscular e ganho de peso. Além disso, o exercício também pode ajudar a reduzir o risco de desenvolvimento de outras doenças crônicas, como doenças cardíacas, diabetes e osteoporose, que são comuns em sobreviventes de câncer.

Existem diferentes tipos de exercícios que podem ser recomendados para pacientes com câncer, incluindo exercícios aeróbicos, treinamento de resistência, exercícios de flexibilidade e exercícios de equilíbrio. O programa de exercícios deve ser individualizado e adaptado de acordo com a condição física, as preferências e os objetivos do paciente. É importante que o programa seja supervisionado por profissionais de saúde especializados em oncologia, como fisioterapeutas ou educadores físicos.

É importante ressaltar que o exercício físico não substitui o tratamento convencional do câncer, mas deve ser considerado uma estratégia complementar para melhorar a saúde e o bem-estar dos pacientes. Antes de iniciar qualquer programa de exercícios, é fundamental consultar um médico para avaliar a capacidade física e a segurança do paciente.

Em conclusão, o exercício físico tem se mostrado benéfico como tratamento adjuvante para pacientes com câncer, melhorando a qualidade de vida, reduzindo os sintomas e diminuindo o risco de recorrência. Pacientes devem ser encorajados a praticar atividade física regularmente, sob supervisão adequada, para colher os benefícios dessa abordagem como parte integrante do tratamento do câncer.

5ª SEMANA DE CONHECIMENTO