Resumo: Câncer, Sistema Imunológico e Exercício Físico: Uma Narrativa

Autor(res)

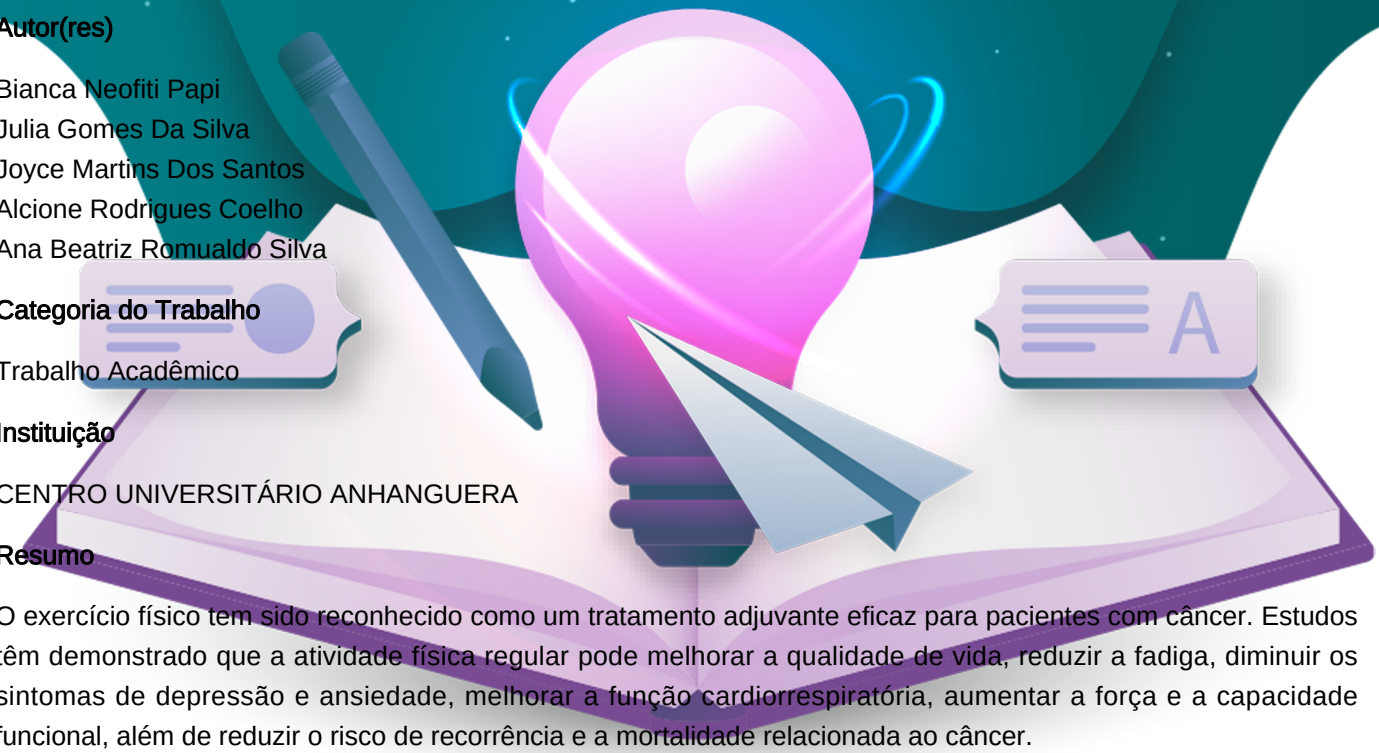
Bianca Neofiti Papi
Julia Gomes Da Silva
Joyce Martins Dos Santos
Alcione Rodrigues Coelho
Ana Beatriz Romualdo Silva

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

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