

## Resumo do artigo câncer, sistema imunológico e exercício físico: uma revisão narrativa

### Autor(res)

Bianca Neofiti Papi  
Kathlen Kardec Dos Santos Cruz  
Michael Gabriel Rodrigues De Campos  
Vicermaria Da Silva Alencar

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO

### Resumo

O artigo discute a relação entre o sistema imunológico e o exercício físico no combate ao câncer. Ele destaca que a prática regular de atividades físicas pode fortalecer o sistema imunológico, aumentando a capacidade do organismo de combater as células cancerígenas. Além disso, o artigo ressalta que o exercício físico pode auxiliar no controle do peso e na redução do estresse, fatores que também estão relacionados à prevenção do câncer. O texto enfatiza a importância de manter um estilo de vida ativo e saudável para a prevenção e o tratamento do câncer

Como visto nas aulas anteriores, o artigo fala a respeito do funcionamento e ação do Sistema Imunológico em nosso corpo, assim como, também descreve a fisiopatologia do Câncer, onde mostra que as complicações estão relacionadas ao metabolismo, imunológico e genético. Porém, existem algumas formas de tratamentos utilizados para combater ou minimizar os efeitos do processo patológico do câncer, no entanto, há os efeitos colaterais inevitáveis que variam de acordo com cada caso e tratamento.

O artigo nos mostra algo que não vimos nas aulas, que a prática de exercícios físicos ajuda o paciente resultando em diversos benefícios, tanto nos aspectos fisiológico-funcionais, quanto na saúde mental, emocional e na percepção de bem estar.

Mais especificamente: redução da atividade do oncogene c-Myc; aumento da ativação da lactato desidrogenase de isoforma B (LDH-B), responsável pela conversão de lactato em piruvato; diminuição da atividade da LDH-A, proporcionando redução na produção e na manutenção de lactato com conseqüente redução do efeito Warburg; redução nas concentrações de IGF-1; melhoria nas funções mitocondriais da p53, modulação das ações dos TLR's, com conseqüente diminuição da inflamação crônica ; manutenção na contagem das células imunes; prevenção, e em alguns casos e dependendo da fase, auxílio no tratamento da caquexia; diminuição da fadiga ; aumento na aderência ao tratamento convencional, proporcionando maiores chances de concluí-lo. Em leitura ao artigo, entende-se que, a prática de exercícios físicos é peça fundamental na vida dos portadores oncológicos, já que minimizam os impactos que a doença causa, além de ajudar na saúde mental e causar bem estar aos pacientes que por conta da saúde debilitada vivem deprimidos.

