# Câncer, sistema imunológico e exercícios físico

**Autor(res)**

Bianca Neofiti Papi
Giovanna Mestre Spadrezani
Mel Cristhiny Rodrigues Roratto
Yasmin Andreassi Rodrigues
Vitoria Fernandes Pedroso

**Categoria do Trabalho**

1

**Instituição**

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

**Resumo**

O câncer é a segunda maior causa de morte no mundo e no Brasil, ficando abaixo apenas das doenças cardiovasculares em número de mortes por doenças crônicas não transmissíveis. Enquanto as mortes por doenças cardiovasculares têm diminuído, as mortes por câncer permanecem estáveis. É necessário realizar ações mais efetivas para combater o câncer, pois ele pode se tornar a principal causa de morte por doenças crônicas não transmissíveis no país. O exercício físico tem sido apontado como uma estratégia eficaz na prevenção e tratamento do câncer, quando utilizado em conjunto com o tratamento convencional. O sistema imunológico desempenha um papel importante no combate ao câncer, além de ser responsável pela defesa do organismo contra infecções e agentes tóxicos. O tratamento do câncer pode causar diversos efeitos colaterais, como danos a órgãos e tecidos, citopenia, inflamação do tecido nervoso, danos cardiovasculares, fadiga crônica, perda de peso e massa muscular. A prática regular de exercício físico, supervisionada por um profissional qualificado, durante e após o tratamento, pode trazer diversos benefícios para os pacientes, como redução de atividades cancerígenas, melhora no sistema imunológico e no condicionamento físico, e auxílio no tratamento da caquexia. Estudos mostram que o exercício físico pode reduzir sintomas de depressão em pacientes com câncer. A prática de exercícios deve ser individualizada e adequada a cada paciente, considerando o tipo de câncer e tratamento clínico. É importante que haja uma periodização adequada alinhada com o tratamento convencional. A monitorização das citocinas inflamatórias durante a prática de exercícios pode fornecer dados importantes para o planejamento do tratamento. Em resumo, o exercício físico pode ser considerado um tratamento complementar ao convencional em pacientes com câncer, trazendo benefícios para o sistema imunológico, condicionamento físico e combate às células cancerígenas.

5ª SEMANA DE CONHECIMENTO