

O EXERCÍCIO FÍSICO ADJUVANTE AO TRATAMENTO DE PACIENTES ONCOHEMATOLÓGICOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Maria Elisa Duarte França¹, Alan Moraes², Claudio Battaglini³, Douglas Contini Smielewski⁴, Ariany Marques Vieira⁴, Magnus Benetti⁵

¹ Acadêmico(a) do Curso de Bacharelado em Fisioterapia – CEFID, bolsista PROBIC/UDESC.

² Doutorando do Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano - CEFID/UDESC.

³ Pesquisador Voluntário - *University of North Carolina at Chapel Hill (UNC)* – EUA.

⁴ Acadêmico(a) do Curso de Bacharelado em Fisioterapia – CEFID

⁵ Orientador, Departamento de Educação Física - CEFID – magnus.benetti@udesc.br.

Palavras-chave: Treinamento físico. Exercício físico. Câncer hematológico.

Introdução: O câncer hematológico tem em seu processo de desenvolvimento o aparecimento de células sanguíneas anormais juntamente com seu crescimento desordenado, com a capacidade de prejudicar a função desse tecido. Essas alterações são o que tornam tais neoplasias tão nocivas ao homem. A importância de estudos oncohematológicos se mostra presente, pois pesquisas populacionais têm exposto o câncer como um problema de saúde pública no Brasil e no mundo. O tratamento das neoplasias hematológicas tem sido mais eficaz na cura e no aumento da sobrevivência dos pacientes, no entanto, os custos físicos e psicológicos são altos. Com intuito de melhorar a qualidade de vida dos pacientes diversas terapêuticas têm sido empregadas, e pesquisas recentes têm apontado que o treinamento físico é uma terapia eficaz em pacientes com tumores sólidos, sendo considerando de fácil aplicabilidade e disponibilidade. **Objetivo:** Verificar a viabilidade de um programa estruturado de treinamento físico em pacientes oncohematológicos. **Métodos:** Foi realizada uma revisão sistemática de literatura através das bases de dados LILACS, MEDLINE, Cochrane e PEDro. Nessas buscas os descritores utilizados foram “*Exercise*”, “*Physical Activity*”, “*Resistance training*”, “*Endurance training*”, “*Hematological Cancer*”, “*Leukemia*”, “*Lymphoma*”, “*Myeloma*” e admitiram-se somente trabalhos na língua inglesa. Como critérios de inclusão priorizaram-se estudos com mais de 50% dos pacientes com diagnóstico hematológico, com população de idade igual ou superior a 18 anos, artigos originais em que o treinamento físico fosse a principal intervenção e com avaliações objetivas dos seus respectivos desfechos. O Fluxograma 1 apresenta o processo detalhado de busca. **Resultados:** no total foram selecionados 16 artigos, os quais analisaram a viabilidade e eficácia do treinamento físico sobre os parâmetros fisiológicos, psicocognitivos e comportamentais dessa população. Sobre os diagnósticos mais frequentes entre os estudos, em primeiro lugar surgem as leucemias com 47,2% (oito artigos) de frequência, seguidas pelos linfomas com 23,5% (três artigos) e mielomas (um artigo), os outros quatro estudos apresentaram diagnósticos mistos (acumularam vários tipos de neoplasias hematológicas ou não hematológicas). Todos os artigos selecionados trouxeram desfechos pertinentes no sentido de viabilizar o treinamento físico nesses pacientes, tanto durante como após o tratamento

convencional a que foram submetidos. Os dados se mostraram favoráveis nos decréscimos dos níveis de fadiga, relatos de náuseas e ansiedade, melhoras na qualidade de vida, potência muscular global e desempenho aeróbico, diminuição no relato da angústia, depressão e aumento do desempenho físico. Contudo, a qualidade de sono não apresentou diferenças estatisticamente significativas do grupo intervenção com relação ao grupo controle. Além desses resultados, a aderência dos pacientes a esse tipo de treinamento, considerando seu estado geral de saúde, mostrou-se efetiva na maior parte dos estudos. **Conclusão:** o treinamento físico apresentou-se como possível componente favorável durante a após o tratamento oncohematológico em pacientes adultos, principalmente no sentido de mitigar os efeitos nocivos causados pelo tratamento antineoplásico. Os estudos mostraram parecer existir viabilidade e segurança do treinamento físico realizado nessa população.

Identificação

- Artigos identificados por meio de buscas nas Bases de Dados (n=1.079)

Triagem

- 976 não continham alguma palavra-chave no seu título (n=103)

Elegibilidade

- 928 artigos não continham em seu resumo as informações de interesse (n=48)

Selecionados

- 17 artigos preencheram os critérios de inclusão e fazem parte dessa revisão sistemática.

Fluxograma 1: Representação sistemática do método de busca e dos resultados