

## **ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES ONCOLÓGICOS DURANTE O PERÍODO DE TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO**

Rodrigo Donizete Pinheiro<sup>1</sup>; Ana Júlia Gomes da Silva<sup>1</sup>; Paulo Victor Ribeiro Nascimento<sup>1</sup>; Rafael Andrade de Souza Daniel<sup>1</sup>; Ernandes da Silva Filho<sup>2</sup>

**INTRODUÇÃO:** O câncer tem se tornado um grande problema de saúde pública devido ao aumento de casos e à alta taxa de mortalidade. Embora os tratamentos como cirurgia, quimioterapia e radioterapia sejam eficazes, também causam efeitos colaterais que reduzem a capacidade física e a qualidade de vida dos pacientes. Sintomas como fadiga, dores e perda de força muscular são comuns durante a quimioterapia. Nesse contexto, a prática regular de atividade física tem mostrado benefícios importantes, ajudando a melhorar a qualidade de vida. **OBJETIVOS:** Avaliar a realização de atividade física e a qualidade de vida e observar possíveis correlações em pacientes oncológicos durante o tratamento quimioterápico. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo observacional, descritivo e transversal, realizado entre março e junho de 2009, com pacientes em tratamento quimioterápico no Hospital São Lucas da PUCRS. Foram incluídos homens e mulheres maiores de 18 anos com diagnóstico de câncer e que já haviam realizado ao menos duas sessões de quimioterapia. A coleta de dados foi feita por meio de entrevistas durante as sessões, utilizando dois questionários validados, o EORTC QLQ-C30, para avaliar a qualidade de vida, e o IPAQ, para medir o nível de atividade física. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Participaram do estudo 38 pacientes com diferentes tipos de câncer, sendo a maioria mulheres com idade média de 60 anos. Os tipos mais comuns foram câncer de pulmão e de mama. A maioria dos pacientes praticava atividade física em baixa frequência. Observou-se que aqueles que realizavam mais atividade física apresentavam melhor qualidade de vida, com maior capacidade funcional e menos sintomas como fadiga e dor. Os pacientes que praticavam atividade física em maior frequência apresentaram melhor qualidade de vida e menos sintomas durante a quimioterapia. Além disso, o exercício trouxe benefícios físicos e psicológicos, independentemente do tipo de câncer. Porém, o número pequeno de participantes e as diferenças nas fases do tratamento limitaram os resultados. **CONCLUSÃO:** A prática de atividade física mostrou melhora na qualidade de vida e na funcionalidade de pacientes em quimioterapia. Assim, o exercício físico pode ser uma estratégia importante para reduzir sintomas e promover bem-estar. Novos estudos devem surgir para investigar com mais eficácia os efeitos de diferentes tipos e intensidades de exercício.

**Palavras-chave:** Atividade física; neoplasias; qualidade de vida.

1. Acadêmico de Medicina da Universidade de Rio Verde, Goianésia, Goiás, Brasil.

2. Doutor em Medicina Tropical e Saúde Pública; Docente da Universidade de Rio Verde, Goianésia, Goiás, Brasil.