

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E OS RISCOS PARA O CÂNCER
COLORRETAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Luana Siqueira (luanasiqueirasoares@gmail.com)

Flavia Maria Ribeiro Vital (flavia.vital@uniredentor.edu.br)

O câncer colorretal está entre as principais causas de morbimortalidade por neoplasias no mundo, com aumento progressivo de sua incidência, especialmente em países em desenvolvimento, sendo fortemente influenciado por fatores ambientais e comportamentais, com destaque para padrões alimentares inadequados. Nesse contexto, os alimentos ultraprocessados têm sido apontados como potenciais fatores de risco para a carcinogênese colorretal; entretanto, ainda existem lacunas na consolidação sistemática das evidências disponíveis. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo avaliar a associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o risco de desenvolvimento de câncer colorretal em adultos, além de analisar fatores dietéticos associados e possíveis mecanismos envolvidos. Trata-se de uma revisão sistemática da literatura, conduzida nas bases de dados MEDLINE via PubMed, Cochrane Library (CENTRAL) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando descritores relacionados ao tema, combinados por operadores booleanos. Foram incluídos estudos observacionais prospectivos com adultos de ambos os sexos, que avaliaram o consumo de alimentos ultraprocessados segundo a classificação NOVA e sua relação com a incidência de câncer colorretal, sendo excluídos estudos com seguimento inferior a cinco anos, sem texto completo disponível ou sem revisão por pares. A estratégia de busca

resultou na inclusão de cinco estudos de coorte prospectiva, com grandes amostras populacionais e longos períodos de acompanhamento. Os resultados demonstraram associação consistente entre maior consumo de alimentos ultraprocessados e aumento do risco de câncer colorretal, com variações conforme sexo e localização do tumor, além de evidências de efeito protetor associadas a padrões alimentares saudáveis. Conclui-se que o elevado consumo de alimentos ultraprocessados está associado ao aumento do risco de câncer colorretal, enquanto dietas de melhor qualidade apresentam efeito protetor.

Palavras-chave: câncer colorretal; alimentos ultraprocessados; dieta.