RESUMO (PÔSTER) - CIÊNCIAS DA SAÚDE E CIÊNCIAS DO MOVIMENTO HUMANO

MEDICINA DO ESPORTE APLICADA À CIRURGIA GERAL: IMPACTO DA ATIVIDADE FÍSICA NA PRÉ-HABILITAÇÃO E RECUPERAÇÃO PÓS-OPERATÓRIA

Rudson Santos Caetano Baima (rudson.rsc@gmail.com)

Bianca Baima Caetano (biancabaima3@gmail.com)

Roberto Victor Nunes De Freitas (victorfreitas132@gmail.com)

Inara Rodrigues De Oliveira (inararodriguesoliver@gmail.com)

Maria Eduarda De Araújo Costa (mariaeduardaac7@gmail.com)

Caio Vinicius Freitas De Alcântara (caio_alcantara123@hotmail.com)

Carlos Fernando Aguilar Silvero (eldeburger2025@gmail.com)

Introdução

O sedentarismo está associado ao aumento da incidência de doenças crônicas, redução da capacidade funcional e maior risco de complicações clínicas e cirúrgicas. A Medicina do Esporte tem ampliado sua atuação além da prevenção, tornando-se uma ferramenta importante na preparação e recuperação de pacientes submetidos a procedimentos cirúrgicos. A pré-habilitação cirúrgica, baseada em exercícios físicos, otimização nutricional e melhora da capacidade funcional, busca reduzir complicações pós-operatórias e acelerar a recuperação. Além disso, a atividade física apresenta benefícios contribuindo para controle de fatores de risco e melhora da qualidade de vida.

Métodos

Foi realizada uma revisão da literatura científica com análise de estudos publicados entre 2019 e janeiro de 2025 nas bases PUBMED, SciELO, BVS e Web of Science. Foram utilizados descritores relacionados a “atividade física”, “medicina do esporte”, “pré-habilitação cirúrgica”, “cirurgia geral”, “cardiologia” e “oncologia”. Foram selecionados 22 estudos que avaliaram os efeitos do exercício físico na prevenção de doenças, preparação pré-operatória, recuperação pós-cirúrgica e desfechos clínicos.

Resultados

Os estudos demonstraram que pacientes fisicamente ativos apresentam melhor capacidade cardiorrespiratória, maior força muscular e menor risco de complicações após procedimentos cirúrgicos. A prática de exercícios no período pré-operatório promove melhora da reserva funcional, redução do risco de perda muscular e menor tempo de recuperação hospitalar. No pós-operatório, programas de reabilitação física e mobilização precoce favorecem a recuperação funcional, prevenção de complicações tromboembólicas e retorno mais rápido às atividades diárias. Na Oncologia, o exercício físico mostrou benefícios na tolerância aos tratamentos, redução da fadiga e melhora da qualidade de vida de pacientes submetidos a cirurgias oncológicas.

Conclusão

A atividade física representa uma estratégia fundamental dentro da Medicina do Esporte e possui papel relevante na Cirurgia Geral, desde a preparação pré-operatória até a recuperação pós-operatória. A implementação de programas individualizados de exercício pode reduzir complicações, melhorar a capacidade funcional e proporcionar melhores resultados clínicos. A integração entre médicos do esporte, cirurgiões e equipes multidisciplinares é essencial para promover uma assistência mais segura e eficiente aos pacientes.

Palavras-chave: medicina do esporte; cirurgia geral; atividade física; pré-habilitação cirúrgica; recuperação pós-operatória.