RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Domingo, 22 de Novembro de 2026

Pesquisa aponta que exercícios físicos podem ser aliados no tratamento contra o câncer

APOIADA PELA FAPEMAT

Da Redação

Um estudo desenvolvido em Mato Grosso, vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde da Universidade Federal de Mato Grosso, com apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado (Fapemat), investigou como a prática de exercícios físicos pode beneficiar pacientes em tratamento oncológico. A pesquisa avaliou os riscos e benefícios do exercícios físicos combinados (musculação e aeróbio), durante e após terapias padrão em combate à doença, como quimioterapia, radioterapia, cirurgias e imunoterapia.

Apesar dos avanços na medicina, pacientes com câncer frequentemente enfrentam efeitos colaterais debilitantes, incluindo fadiga intensa, perda de massa muscular, problemas cardíacos e sarcopenia (perda muscular associada à doença). Os resultados mostraram que o exercícios físicos podem ser uma ferramenta essencial na recuperação e qualidade de vida desses pacientes.

A prática de exercícios promoveu melhora na qualidade de vida, ganho de massa muscular e perda da gordura corporal, bem como aumento da força muscular melhorando o ângulo de fase (indicador de saúde celular), trazendo capacidade física e funcional.



De acordo com o coordenador da pesquisa, professor doutor Roberto Carlos Vieira Junior, do Centro de Inovação em Educação e Saúde (CIES/UNEMAT), e vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde da UFMT, “a incorporação do exercício físico no tratamento do câncer, respaldada por evidências científicas, pode melhorar os resultados clínicos e o bem-estar dos pacientes. A expectativa é que, no futuro,

estratégias de reabilitação e manutenção da funcionalidade, incluindo o treinamento físico, se tornem parte essencial no combate à doença”.

A pesquisa, financiada pelo Edital nº 018/2022-Biológicas, avaliou pacientes voluntários do Centro Especializado em Reabilitação (CER) do município de Cáceres, que, após passarem pela pré-habilitação na fisioterapia, eram encaminhados para o fortalecimento muscular dentro do projeto.

O projeto contou com bolsistas do curso de Medicina e de Educação Física da Universidade do Estado de Mato Grosso (Unemat), fortalecendo a formação de recursos humanos.



O projeto também reflete sobre o papel dos profissionais da saúde, que hoje lidam com um novo perfil de paciente oncológico, semelhante ao de outras doenças crônicas.

A expectativa é de que o tratamento do câncer passe a incluir estratégias de reabilitação e manutenção da funcionalidade, entre elas o exercício físico.



Recomendações internacionais e o futuro do tratamento

Grandes instituições, como o Colégio Americano de Medicina Esportiva e a Sociedade Americana de Oncologia Clínica, já recomendam a redução do sedentarismo como parte do cuidado com pacientes oncológicos.

O estudo realizado em Mato Grosso reforça que a atividade física deve ser adaptada às condições de cada pessoa e acompanhada por profissionais de saúde, destacando o profissional de educação física.

Com informações valiosas para auxiliar decisões médicas, a pesquisa contribui para um atendimento mais seguro e personalizado, sempre com foco na qualidade de vida de quem enfrenta o câncer.