

EXERCÍCIO FÍSICO NA ROTINA DE INDIVÍDUOS EM TRATAMENTO PARA CÂNCER DE PRÓSTATA EM VITÓRIA DA CONQUISTA E REGIÃO

Yuri P. Muniz¹, Andrei T. Almeida¹, Ítalo P. Santana¹, Luma C. F. de Souza¹, Ana C. L. Ferraz², Cláudio L. Souza³, Laize Tomazi³.

1. Estudante do IMS/CAT, Universidade Federal da Bahia - UFBA; *yuri.pm93@gmail.com

2. Enfermeira do Instituto Conquistense de Oncologia, Vitória da Conquista/BA;

3. Docente do Instituto Multidisciplinar em Saúde, Campus Anísio Teixeira (IMS/CAT), UFBA, Vitória da Conquista/BA.

Palavras Chave: *Câncer de Próstata, Fator de risco, Exercício Físico.*

Introdução

No Brasil, o câncer de próstata é o segundo câncer mais frequente entre os homens (atrás apenas do câncer de pele não melanoma), tornando-se o mais frequente em homens com idade superior aos 50 anos. O câncer, frequentemente está associado a sintomas e sinais como fadiga, dores musculares, cansaço e mudança de peso. Estudos mostram que a prática regular em quantidades modestas de exercícios físicos vigorosos pode (i) melhorar o prognóstico e diminuir o risco de morte, e (ii) melhorar a resposta aos sinais e sintomas, garantindo uma melhor qualidade de vida aos pacientes com câncer (KENFIELD et al, 2011). O objetivo deste estudo foi caracterizar a prática de exercício físico em um grupo de indivíduos em tratamento para câncer de próstata atendido no Sistema Único de Saúde (SUS) de Vitória da Conquista (BA) e região.

Resultados e Discussão

Dispuseram-se a participar do estudo 150 pacientes. Os critérios de inclusão foram: idade \geq 50 anos e diagnóstico positivo para câncer de próstata. A caracterização sociodemográfica dos indivíduos demonstrou 69,1% de pardos com média de idade em anos de 74,04 (\pm 8,10). A Tabela 1 apresenta os resultados da análise univariada do exercício físico frente às variáveis-resposta.

Tabela 1. Análise de variáveis associadas ao exercício físico em indivíduos com câncer de próstata atendidos pelo SUS em Vitória da Conquista/Ba no período de julho de 2015 a janeiro de 2016.

Variável	N	Prática de exercício autorreferido (%)
Consumo de bebida alcoólica autorreferido		
Sim	8	12,3
Não	5	6,1
Consumo de cigarro autorreferido		
Sim	8	12,3
Não	7	8,5
Autopercepção da saúde		
Muito boa/boa	41	63,1
Regular/ruim/muito ruim	39	48,1
Uso de medicamentos autorreferido		
Sim	48	73,8
Não	68	82,9
IMC calculado		
Eutrófico	25	37,3
Sobrepeso / obeso	27	47,4
Score de Gleason		
\leq 6	22	42,2
\geq 7	43	50,0

Dados coletados na UNACON (Unidade de Assistência de Alta Complexidade). N=150. Perda= 22

A prática de exercício físico não se mostrou relacionada com hábitos de etilismo ou tabagismo. Camões & Lopes

(2008), encontraram resultados contrários, relatando que tanto o consumo de tabaco como de álcool estão associados à atividade física. Neste estudo, maiores níveis de atividade física reduziam o risco de fumar e o consumo moderado de álcool estava associado a estilos de vida saudáveis. Em relação à autopercepção de saúde, dos pacientes que praticavam exercício físico, 63,1% afirmaram que tinham saúde muito boa ou boa. Souza (2012) encontrou resultado semelhante, obtendo 52,3% de pacientes que praticavam exercício físico e tinham uma visão positiva da saúde. Esses dados apontam para associação entre melhor autopercepção de saúde e prática de exercício físico. (iv) No que diz respeito ao uso de medicamentos, parece haver tendência à associação do menor uso destes e a prática de exercícios. Ao avaliar o IMC, percebe-se ausência de relação deste com atividade física, apesar de neste grupo haver uma maior prevalência de indivíduos com sobrepeso 47,4%. E, avaliando o score de Gleason, não houve relação da prática de exercício físico, apesar de scores maiores requererem tratamentos mais agressivos. Estudos sobre a relação de práticas de exercícios físicos com variáveis possivelmente determinantes de saúde em pacientes com câncer são ainda incipientes e carecem de maiores investigações.

Conclusões

A confirmação das associações de algumas variáveis ou determinantes de saúde com atividade física em pacientes com câncer de próstata, poderá ser mais bem compreendida com estudos populacionais com maior amostragem. Nesse sentido, é válido ressaltar que, independente das variáveis associadas, a prática de exercícios físicos atua positivamente sobre o sistema imune, possuindo implicações positivas sobre a prevenção e a redução de risco de mortalidade pelo câncer de próstata. (KENFIELD et al, 2011).

Agradecimentos

Agradecemos a Universidade Federal da Bahia (UFBA), e aos programas de iniciação científica: PIBIC-FAPESB e PIBIC-UFBA pelo suporte financeiro.

KENFIELD, S. A. et al. Physical Activity and Survival After Prostate Cancer Diagnosis in the Health Professionals Follow-Up Study. *Journal Of Clinical Oncology*. [S.L.], v. 29, n. 6, p. 726-732. 04/01/2011.

CAMÕES, Miguel; LOPES, Carlos. Fatores associados à atividade física na população portuguesa. *Revista Saúde Pública*. Porto, v. 2, n. 42, p.208-216, 10 set. 2007.

SOUZA, M.S. Estudo populacional sobre os determinantes da autopercepção de saúde em idosos residentes em comunidade. *Tese (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia*. Jequié, 2012.