

**Apoio:** [**www.editorapasteur.com.br**](http://www.editorapasteur.com.br) **- @editorapasteur**

**INTRODUÇÃO**:

A atividade física diária está relacionada com melhores prognósticos e longevidade da vida de um ser humano. O exercício físico promove equilíbrio hormonal, auxilia no sistema imunológico e na adequação da massa corporal, assim reduzindo as chances de possíveis eventos neoplásicos no futuro.

**OBJETIVO**:

Este estudo tem como objetivo revisar a literatura sistematicamente, apresentado as principais evidências científicas acerca da possível prevenção do desenvolvimento de câncer, por meio de atividade física.

**MÉTODO**:

Está é uma revisão sistemática da literatura, baseada no método prisma com síntese de evidências científicas fundamentada na pergunta norteadora “realmente a atividade física pode diminuir as chances de um desenvolvimento de câncer?” A seleção dos artigos para revisão foi realizada no Medline, embase, Cochrane central register of controlled trials, web of Science e scielo, usando os seguintes descritores: câncer, tumor, riscos, associação, desenvolvimento e prevenção, sendo selecionados os artigos publicados de 1962-2021, disponíveis em inglês, espalho ou português. Cada artigo e suas respectivas referências foram obtidos na íntegra e analisados.

**RESULTADOS**:

Os resultados demonstram que a realização de atividade físicas diárias promovida como um hábito se relaciona com o menor desenvolvimento de diversos tipos de câncer. O exercício melhora a capacidade funcional do corpo e corrobora com o influxo de células imunológicas em tumores. Testes realizados em ratos de laboratório demonstram diminuição do crescimento tumoral relacionado a prática de atividade física, assim pode-se elencar que o exercício físico além de ser considerado uma prática saudável, também está associado como medida terapêutica para redução do crescimento tumoral e simultaneamente colabora com a manutenção de hormônios e da massa corporal.

**CONCLUSÃO**:

O grau de atividade física sugerido nas diretrizes de 2018 em diante, estão relacionados a um risco menor de desenvolvimento de diversos tipos de câncer. É necessário mais estudo para demonstrar a eficácia da atividade física na prevenção de cânceres mais raros, além de mais trabalhos para evidenciar o prognóstico de pacientes ativos em relação à atividade física, e que foram diagnosticados com câncer em comparação com grupos sedentários.

Palavras-chave:

*Exercício Físico, Carcinoma in Situ.*

Filiações:

1Discente, Faculdade Atenas de Passos, MG

2Docente, Centro Universitário de Goiatuba, GO

Autores: Ghaspar Gomes de Oliveira Alves Francisco¹, Mateus Gonçalves de Sena Barbosa¹, Júlia de Melo Donzeli².

A atividade física pode prevenir o desenvolvimento de câncer?: Revisão sistemática