

JOURNAL

GASTROINTESTINAL

Publicação médico-científica do Instituto Oncoclínicas | Edição nº 01 | Nov/19 | Especial 7º Simpósio Internacional Oncoclínicas



**MANTER DIETA
EQUILIBRADA,
PESO CORPORAL E
ATIVIDADES FÍSICAS
PODE AUMENTAR
A SOBREVIVÊNCIA E A
CHANCE DE CURA
DE PACIENTES COM
CÂNCER DE CÓLON**

COMISSÃO CIENTÍFICA



Roberto Gil
Oncologista Clínico
Centro de Tratamento Oncológico - RJ



Gabriel Prolla
Oncologista Clínico
Oncoclínica Porto Alegre - RS



Alexandre Palladino
Oncologista Clínico
Grupo Oncoclínicas Botafogo - RJ



Alexandre Jácome
Oncologista Clínico
Oncobio - MG

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO



Gabriel Prolla
Oncologista Clínico
Oncoclínica Porto Alegre - RS



Jeffrey A. Meyerhardt
Oncologista Clínico
Dana-Farber Cancer Institute - EUA

MANTER DIETA EQUILIBRADA, PESO CORPORAL E ATIVIDADES FÍSICAS PODE AUMENTAR A SOBREVIDA E A CHANCE DE CURA DE PACIENTES COM CÂNCER DE CÓLON

Estudo mostrou redução de 43% no risco de morte para pacientes que seguem orientações de nutrição e exercícios após o tratamento cirúrgico

Seguir uma dieta balanceada, manter o peso dentro do recomendado e praticar atividades físicas é um tripé conhecido na prevenção do câncer. Mas esses fatores também podem aumentar a sobrevida, ou seja, reduzir o risco de morte, entre pacientes com câncer de cólon após o tratamento. A conclusão é de um estudo publicado na *JAMA* que analisou quase mil pacientes por sete anos.

O estudo acompanhou 992 pacientes diagnosticados com câncer de cólon avançado (estágio III) que receberam quimioterapia adjuvante por oito semanas após a cirurgia. Durante seis meses após o tratamento cirúrgico, os pesquisadores aplicaram questionários sobre estilo de vida, dieta, rotina de exercícios e suplementos ingeridos pelos pacientes.

Os questionários tinham por objetivo avaliar o quanto os pacientes aderiram aos guidelines da Sociedade Americana de Oncologia sobre nutrição e atividades físicas após o tratamento. Eles também foram avaliados regularmente para checar a recidiva da doença, mortalidade e outros eventos de saúde.

Os resultados sugerem que os pacientes que seguiram os guidelines apresentaram até 42% menos risco de morte durante o período do estudo. A probabilidade de sobrevida por cinco anos após o tratamento foi de 85% entre aqueles que tiveram maior aderência às orientações dos guidelines e de 76% entre os de média aderência, uma redução absoluta de 9% no risco de morte em 5 anos.

Entre as principais recomendações dos guidelines estão a ingestão regular de frutas,

legumes e grãos, a manutenção do peso corporal e a prática de atividades físicas.

Um dos autores do estudo, o médico Jeffrey Meyerhardt, do Dana-Farber Cancer Institute, destaca que a pesquisa difere das demais por levar em conta vários fatores. “Olhamos vários dados juntos e os associamos com os desfechos”, diz. “Outros estudos olharam para uma exposição por vez, como peso ou dieta, por exemplo. Nós olhamos para várias questões e lhes atribuímos scores de acordo com o seu impacto final.”

Para o oncologista Gabriel Prolla, professor da Escola de Medicina da PUCRS, a mensagem mais importante do estudo é que medidas simples que aumentam a saúde e a qualidade de vida dos pacientes podem ser efetivas na redução do risco de morte, alcançando taxas maiores que a quimioterapia adjuvante isoladamente. Ele também ressalta a importância da atuação multiprofissional nesse processo. “Essas medidas, apesar de simples e de baixo custo, envolvem mudanças de hábito de vida e de dieta. Daí a necessidade de outros atores, como nutricionistas, para implementar e acompanhar o paciente.”

Carne vermelha e álcool em debate

Os pesquisadores também analisaram o impacto da ingestão de álcool e de carne vermelha entre os pacientes. Os guidelines da sociedade americana orientam que os pacientes mantenham um consumo baixo de carne vermelha, pois esse é um conhecido fator de risco para o câncer de cólon.

O levantamento, no entanto, não encontrou associação entre ingestão de carne e aumento de recidiva. Pelo contrário, apontou que comer esse tipo de proteína pode ser benéfico para os pacientes sobreviventes, sugerindo que a carne pode estar inversamente associada à mortalidade por câncer de cólon, embora esteja associada com a incidência.

Prolla, no entanto, ressalta que essa análise é restrita a um subgrupo e corre o risco de ser um achado ocasional e não ser reproduzível em outro estudo. “Esse fator terá que ser mais bem avaliado antes de se fazer uma recomendação definitiva”, diz médico, complementando que o estudo também constatou que um pouco de sobrepeso pode ser benéfico.

Outro ponto polêmico foi o consumo de álcool, que não está contemplado nos guidelines americanos. Os pesquisadores conduziram uma análise secundária sobre a ingestão de álcool

dos pacientes para checar se o consumo baixo a moderado poderia ser benéfico. Os resultados revelaram que, em comparação com abstinências, pacientes que bebem moderadamente tiveram um aumento não estatisticamente relevante na redução de risco. Por outro lado, pacientes considerados bebedores pesados também mostraram um aumento não estatisticamente relevante para risco de morte.

REFERÊNCIA DESTA EDIÇÃO

VEJA A PUBLICAÇÃO COMPLETA EM:

Van Blarigan EL, Fuchs CS, Niedzwiecki D, et al: Association of survival with adherence to the American Cancer Society Nutrition and Physical Activity Guidelines for Cancer Survivors after colon cancer diagnosis: The CALGB 89803/Alliance Trial. JAMA Oncol. April 12, 2018 (early release online). <https://jamanetwork.com/journals/jamaoncology/fullarticle/2678094>



EXPEDIENTE

PRODUÇÃO DE CONTEÚDO E CURADORIA:

Equipe Iaso Editora



Crédito Imagem de Capa:
Projetado por rawpixel.com / Freepik



TENHA ACESSO A TODO O CONTEÚDO CIENTÍFICO:
VÍDEO AULAS, ENTREVISTAS E BANCO DE AULAS DO SIMPÓSIO.

www.simposiooc.com.br

Acesse também por meio
do QR Code ao lado:





SÃO PAULO

Av. Presidente Juscelino Kubitschek, 510

2º andar - Itaim Bibi - São Paulo - SP

CEP: 04543-906 - Tel.: 11 2678-7474

Responsável técnico: Dr. Bruno Lemos Ferrari | CRM-MG 26609