

844**EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM PACIENTES COM CÂNCER DE PULMÃO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Raquel de Oliveira Lupion, Rodrigo Rodrigues, Alexandre Simões Dias. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

Introdução: A perda de massa muscular e a inatividade física estão presentes em quase metade dos pacientes acometidos por câncer de pulmão, e isso tem correlação com mudanças metabólicas, inflamatórias e neuroendócrinas que, juntas, podem influenciar negativamente a qualidade de vida desses indivíduos. O objetivo dessa revisão sistemática foi verificar os efeitos do treinamento físico em pacientes com câncer de pulmão. **Métodos:** Foram incluídos nesse estudo ensaios clínicos randomizados que avaliaram os efeitos de um programa de treinamento físico em pacientes com câncer de pulmão. **Critérios de inclusão:** indivíduos com câncer de pulmão, protocolos de treinamento físico (aeróbio e anaeróbio), parâmetros pulmonares (capacidade vital, pressão inspiratória e expiratória máximas), parâmetros de capacidade física (consumo máximo de oxigênio e teste de caminhada de 6 minutos), questionário de avaliação de qualidade de vida e de sensação subjetiva de fadiga. Para a busca, utilizou-se os seguintes bancos de dados eletrônicos: PubMed, Embase, Lilacs e Cochrane Central, e as palavras-chave "lung neoplasm" e "exercise" e seus correspondentes. **Resultados:** A busca identificou 316 artigos e após exclusão automática dos artigos em duplicata, restaram 40 estudos para primeira análise. Foram excluídos mais 22 artigos, por não se enquadrarem nos critérios de seleção. Restaram, portanto, 18 artigos elegíveis para leitura na íntegra. Ao final, foram incluídos nesse trabalho 12 artigos que preenchiavam totalmente os critérios avaliados. **Conclusão:** Essa revisão sistemática revelou que ainda são muito contraditórios os resultados dos estudos que avaliam os efeitos do treinamento físico no câncer de pulmão. Reunindo os resultados encontrados nesse trabalho, podemos concluir que o melhor protocolo de treinamento atualmente descrito na literatura para a prevenção e tratamento de pacientes portadores de câncer de pulmão é um treinamento que alie exercícios de força, para membros superiores e inferiores, e aeróbios, em esteira ou cicloergômetro (treinamento concorrente), de média a alta intensidade (60-80% da capacidade máxima), realizado pelo menos três vezes na semana. **Palavra-chave:** lung cancer; exercise; neoplasm.