

**Título:** Efeito do exercício físico na qualidade de vida após a cirurgia em pacientes com cancro colorectal ou do pulmão: Revisão Sistemática

**Autores:** Pedro Machado<sup>1,2,\*</sup>, Sara Pimenta<sup>1</sup>, Bárbara Oliveiros<sup>3,4,5</sup>, José Pedro Ferreira<sup>2</sup>, Raul A. Martins<sup>2a</sup>, e Joana Cruz<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Center for Innovative Care and Health Technology (ciTechCare), School of Health Sciences of the Polytechnic of Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal;

<sup>2</sup>University of Coimbra, Research Unit for Sport and Physical Activity (CIDAF, UID/PTD/04213/2019), Faculty of Sport Sciences and Physical Education, 3040-248 Coimbra, Portugal; raulmartins@uc.pt (R.M); jpferreira@fdef.uc.pt (J.P.F)

<sup>3</sup>University of Coimbra, Laboratory of Biostatistics and Medical Informatics (LBIM), Faculty of Medicine, 3000-548 Coimbra, Portugal; boliveiros@fmed.uc.pt (B.O)

<sup>4</sup>University of Coimbra, Coimbra Institute for Clinical and Biomedical Research (iCBR), Faculty of Medicine, 3000-548 Coimbra, Portugal

<sup>5</sup>University of Coimbra, Institute for Biomedical Imaging and Translational Research (CIBIT), 3000-548 Coimbra, Portugal \*

\*Autor correspondente: pedro.machado@ipleiria.pt, Tel.: (+351912967214)

**Introdução:** O cancro colorretal (CCR) e o cancro do pulmão são atualmente dois dos tumores mais incidentes a nível global e os mais mortais. Apesar da resseção cirúrgica ser uma intervenção potencialmente curativa em pacientes com estes tumores, esta intervenção está associada a um declínio significativo na qualidade de vida relacionada com a saúde (QVRS). O exercício físico (EF) tem demonstrado um efeito benéfico na melhoria da capacidade funcional dos pacientes elegíveis para estes tipos de cirurgia oncológica, desconhecendo-se, no entanto, o seu efeito na recuperação da QVRS.

**Objectivo:** O objetivo principal desta revisão sistemática foi avaliar a eficácia do EF na melhoria da QVRS após a cirurgia, em pacientes diagnosticados cancro do pulmão ou com CCR.

**Métodos:** Foram incluídos estudos randomizados controlados, publicados até 21 de Março de 2021, selecionados através de pesquisa eletrónica, realizada nas bases de dados PubMed, Scopus, Web of Science, SPORTDiscus e PEDro. Os estudos elegíveis teriam de comparar o efeito de intervenções com EF, implementado no período pré-cirúrgico ou nos três primeiros meses após a cirurgia, com intervenções que não envolvessem exercício estruturado durante este período. A qualidade metodológica foi avaliada através da escala Physiotherapy Evidence Database (PEDro).

**Resultados:** Dez estudos cumpriram com os critérios de elegibilidade e obtiveram uma pontuação  $\geq 5$  (0-10) na escala PEDro. Nove estudos incluíram pacientes com cancro do pulmão (n=651) e um estudo pacientes com CCR (n=93). Em pacientes com cancro do pulmão o exercício físico melhorou significativamente a dimensão física da QVRS após a cirurgia, com um efeito de magnitude elevada (SMD=0.89: 95% CI: [0.61; 1.15]; p=0.00) e reduziu significativamente os sintomas de fadiga, com um efeito de magnitude moderada SMD=-0.30: 95% CI: [-0.51;-0.08]; p=0.01). Em pacientes com CCR não se verificaram alterações significativas na QVRS nem nos sintomas de fadiga.

**Conclusão:** O EF revela ser uma intervenção eficaz na recuperação da QVRS após a cirurgia em pacientes com cancro do pulmão, não havendo evidência do seu efeito benéfico em pacientes com CCR.