

A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO NUTRICIONAL NA FADIGA EM PACIENTES ONCOLÓGICOS

Ana Caroline Mascarenhas de Azevedo¹ –acmascarenhas@hotmail.com

Maria Victória Apolinário da Silva¹ –viviapolinario28@gmail.com

Jaqueline Fernandes Gomes¹– jaquelinefernandesgomes@hotmail.com

Centro Universitário Tiradentes¹/Nutrição /Alagoas, AL.

2.00.00.00-6 - Ciências Biológicas 4.05.00.00-4 Nutrição

RESUMO

Introdução: A fadiga é uma manifestação clínica que acomete grande parte dos pacientes com câncer durante o tratamento com radioterapia, e / ou quimioterapia interferindo no funcionamento emocional, cognitivo e físico afetando a qualidade de vida gravemente, sendo descrita como cansaço extremo físico e mental, falta de energia, e fraqueza, causando prejuízo a capacidade funcional. A fadiga mostra-se maior ao longo dos ciclos da quimioterapia, sendo frequente nos três meses iniciais, sendo superior no sétimo ciclo quimioterápico. A prevalência é bastante variada, ocorrendo em 50 a 90% dos pacientes com câncer e o diagnóstico é realizado através da exclusão de outras causas como por exemplo o efeito adverso de medicação, hipotireoidismo, anemia, estresse emocional, insuficiência cardíaca e distúrbios eletrolíticos. **Objetivo:** Demonstrar a importância da intervenção nutricional para atenuar a fadiga em pacientes oncológicos. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que foi elaborada através de busca de artigos na base de dados Medline, usando os seguintes descritores: “fadiga” AND “terapia nutricional” AND “antioxidantes”. Posteriormente foi realizada leitura dos resumos dos artigos para verificar quais iriam ser incluídos no presente estudo. Foram selecionados 3 artigos publicados entre o período de 2012 a 2018, os quais atenderam aos critérios estabelecidos. **Resultados:** O zinco apresenta um papel de extrema relevância nos processos fisiológicos, sua deficiência está relacionada a intensidade da fadiga, aos marcadores de inflamação e ao estresse oxidativo, evitando o agravamento dos sintomas. A suplementação de zinco tem apresentado efeitos positivos na estagnação da fadiga. As sementes do quiabo contem polifenóis e flavonoides em quantidades significativas, possuindo atividade antioxidantes enzimáticas importantes na atividade contra a fadiga, mostrando eficiência no aumento da resistência durante exercícios, e alívio da fadiga física, sendo capaz de promover recuperação. **Conclusão:** A fadiga deve ser investigada desde o início do tratamento do paciente oncológico e acompanhada a cada sessão do tratamento quimioterápico ou radiológico, afim de identificá-la. A intervenção nutricional deve ser estabelecida da forma mais precoce possível, com o objetivo de prevenir ou atenuar a fadiga, contribuindo desta forma para promover melhora da qualidade de vida e capacidade funcional dos pacientes em questão. A utilização de algumas estratégias como suplementação de zinco e utilização de compostos antioxidantes, apresentou fator protetor na fadiga instalada em pacientes oncológicos. No entanto, faz-se necessária

a realização de novas pesquisas com objetivo de identificar, elucidar e confirmar a ação protetora de alguns nutrientes diante da fadiga nos pacientes submetidos ao tratamento oncológico.

Palavras-chaves: Câncer, Fadiga , Terapia nutricional

ABSTRACT:

Introduction: Fatigue is a clinical manifestation that affects most cancer patients during radiotherapy and / or chemotherapy interfering with emotional, cognitive and physical functioning, affecting the quality of life severely, being described as extreme physical and mental fatigue, lack of energy, and weakness, causing impairment of functional capacity. Fatigue appears to be greater throughout the cycles of chemotherapy, being frequent in the initial three months, being superior in the seventh chemotherapeutic cycle. The prevalence is quite varied, occurring in 50 to 90% of cancer patients and the diagnosis is made through the exclusion of other causes such as the adverse effect of medication, hypothyroidism, anemia, emotional stress, heart failure and electrolyte disturbances. **Objective:** To demonstrate the importance of nutritional intervention to attenuate fatigue in cancer patients. **Methodology:** This is an integrative review of the literature, which was elaborated through the search of articles in the Medline database, using the following descriptors: "fatigue" AND "nutritional therapy" AND "antioxidants". Subsequently, the abstracts of the articles were read to verify which ones would be included in the present study. Three articles published between the period of 2012 and 2018 were selected, which met the established criteria. **Results:** Zinc plays an extremely important role in physiological processes, its deficiency is related to fatigue intensity, markers of inflammation and oxidative stress, avoiding the aggravation of symptoms. Zinc supplementation has shown positive effects in the stagnation of fatigue. The seeds of okra contain polyphenols and flavonoids in significant quantities, possessing important enzymatic antioxidant activity in the activity against fatigue, showing efficiency in increasing resistance during exercises, and relief of physical fatigue, being able to promote recovery. **Conclusion:** Fatigue should be investigated from the beginning of the oncologic patient's treatment and followed up at each session of the chemotherapeutic or radiological treatment in order to identify it. The nutritional intervention should be established as early as possible, with the aim of preventing or attenuating fatigue, thus contributing to improve the quality of life and functional capacity of the patients in question. The use of some strategies such as zinc supplementation and the use of antioxidant compounds, presented a protective factor in the fatigue installed in cancer patients. However, it is necessary to conduct new research with the objective of identifying, elucidating and confirming the protective action of some nutrients in the face of fatigue in patients submitted to cancer treatment.

Keywords: Cancer, Fatigue, Nutrition Therapy

Referências/references:

Xia,F. et al. **Antioxidant and Anti-Fatigue Constituents of Okra**. Institute of Medicinal Plant Development; Peking Union Medical College,2015;China

Miranda,S.F et al. **Efeitos da suplementação de zinco na fadiga e na qualidade de vida de pacientes com câncer colorretal**. Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, SP, Brasil,einstein. 2017;15(1):24-8

Paschoim, M. O, et al. **Fadiga relacionada ao câncer: uma revisão**. Rev Assoc Med Bras 2011; 57(2):211-219.

