

A INFLUÊNCIA DO ESTILO DE VIDA E O DESENVOLVIMENTO DE CÂNCER GÁSTRICO

¹Maria Eduarda Ribeiro de Brito; ²Antonio Thomaz de Oliveira

¹Graduanda em Biomedicina pelo Centro Universitário UNINTA-INTA, Sobral, Ceará; ²Docente da Universidade Estadual do Ceará e do Centro Universitário UNINTA, Sobral, Ceará.

Área temática: Biomedicina e inovações em pesquisas

Modalidade: Comunicação Oral Online

E-mail dos autores: dudaribeiro20112002@gmail.com¹; thomaz159@gmail.com²;

RESUMO

INTRODUÇÃO: O câncer gástrico (CG) é um grave problema de saúde pública, diante de sua alta morbidade, mortalidade e dificuldades na detecção precoce. **OBJETIVO:** Levantar os fatores de risco relacionados a estilo de vida que influenciam o desenvolvimento de CG. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura usando a plataforma Pubmed, com os seguintes descritores na versão em inglês: "*Eating habits*", "*Stomach Neoplasms*", "*Risk Factors*" com o operador booleano "AND" foram usados artigos publicados na íntegra, em inglês, com estudos clínicos e no período de 2019 a 2024. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A obesidade, alimentação, tabaco e alcoolismo são variáveis interligadas ao CG, as formas de prevenção são a redução da exposição a fatores de risco. As principais estratégias de prevenção envolvem melhorias na dieta e no estilo de vida, uma vez que hábitos alimentares e fatores de estilo de vida pouco saudáveis podem ser responsáveis por uma parcela significativa dos casos de câncer gástrico. **CONCLUSÃO:** O estilo de vida não saudável, como alimentação com altas concentrações de sal, carne vermelha, uso de tabaco e alcoolismo são associados ao CG. Dessa forma, é necessário entender e buscar formas de adotar hábitos mais saudáveis para redução da incidência de CG.

Palavras-chave: Hábitos alimentares; Neoplasias no estômago; Fatores de risco.

1 INTRODUÇÃO

No Brasil, o câncer gástrico (CG) é o quarto tipo mais incidente entre homens e o sexto entre as mulheres (INCA, 2022). Ademais, é o quinto câncer mais comum e a terceira maior causa de mortalidade oncológica no mundo, sendo considerado um grave problema de saúde pública (Hui *et al.*, 2023).

Trata-se de uma doença multifatorial, na qual as variáveis genéticas, estilo de vida e fatores ambientais contribuem significativamente para sua etiopatogênese. Nos últimos anos, nota-se uma crescente incidência em jovens principalmente devido à adesão a hábitos alimentares e comportamentais nocivos (Tasneem; Luck, 2021).

2 OBJETIVOS

Analisar a influência de estilos de vida e alimentares no desenvolvimento do câncer gástrico.

3 MÉTODO

A metodologia empregada foi uma revisão da literatura, em que foi usada a plataforma PUBMED, com os seguintes descritores na versão em inglês: “*Eating habits*”, “*Stomach Neoplasms*”, “*Risk Factors*” com o operador booleano “AND”. Os critérios de inclusão utilizados para a seleção da amostra foram artigos publicados na íntegra, em inglês, com estudos clínicos e no período de 2019 a 2024, visando à atualidade dos dados consultados. Como critérios de exclusão, foram considerados artigos com acesso restrito ao resumo, publicações sem aderência ao objetivo da pesquisa. Após busca bibliográfica com aplicação dos filtros, critérios de inclusão e exclusão, realizou-se a leitura criteriosa do título e dos resumos, no intuito de verificar a consonância com o objeto de estudo e foram selecionados 11 artigos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A obesidade, alimentação, tabaco e etilismo crônico são variáveis interligadas ao CG, as formas de prevenção envolvem a identificação e redução da exposição aos fatores de risco. Além de rastreio e a detecção precoce a fim de evitar mortes e casos mais avançados. Em um estudo de coorte de Golestan, foram acompanhados 48.483 pacientes, os participantes que apresentaram uma melhor adesão à recomendação alimentares da *World Cancer Research Fund* (WCRF) e o *American Institute of Cancer Research* (AICR) tiveram um risco 42% menor de desenvolver CG (Ilic, M. & Ilic, I., 2022). Ademais, é possível que alimentos ricos em sal e excesso de gordura corporal também possam atuar para aumentar o risco de GC (Bouras *et al.*, 2022).

Uma alimentação rica em açúcares pode aumentar a regulação negativa dos níveis de glicose e insulina e levar à obesidade. Essas condições clínicas induzem a produção de mediadores inflamatórios associados à carcinogênese, bem como a produção de hormônios esteroides sexuais endógenos, que contribuem para o crescimento e desenvolvimento de câncer. Outro estudo com 202.562 participantes, mostrou que indivíduos com níveis de glicemia de jejum prejudicada (níveis de glicemia de jejum entre 100 e 125 mg/dL) mostraram um risco 60% maior de câncer gástrico (Santiago *et al.*, 2023; Hong *et al.*, 2020).

A dieta e aos hábitos de vida, como a ingestão de carne processada e o consumo de álcool acima de níveis moderados foram associados ao aumento do risco de câncer gástrico. A alimentação

pouco nutritiva e desenfreada com alimentos e bebidas específicos (alimentos gordurosos ou fritos e café) pode resultar em inflamação crônica e elevar o risco de transformação maligna (Zhang *et al.*, 2021).

Em um estudo, foi observado que o consumo de frutas e vegetais reduziu significativamente o risco de câncer de estômago em 48% e 62%, respectivamente, visto que tem efeito antioxidante, especialmente pela presença de vitamina C e betacaroteno. Os antioxidantes neutralizam os radicais livres reativos de oxigênio, que causam danos ao DNA, esse DNA danificado pode levar a modificações genéticas e carcinogênese (Poorolajal *et al.*, 2020).

A *Helicobacter pylori* (Hp) está correlacionado a hábitos de vida e fatores alimentares, contribuem para lesões na mucosa gástrica contribui para o desenvolvimento de diversas doenças gástricas, como inflamação persistente, gastrite crônica, atrofia da mucosa gástrica e metaplasia intestinal, induz alterações genéticas nas células epiteliais gástricas, o que sugere a instabilidade genética dessas células e aumenta a probabilidade de CG. Conforme um estudo com 371.813 pacientes que testaram positivo para HP, em um acompanhamento de 7/8 anos, observou-se que 2.024 pessoas desenvolveram adenocarcinoma gástrico (Li *et al.*, 2024; Kumar *et al.*, 2020).

As principais estratégias de prevenção envolvem melhorias na dieta e no estilo de vida, uma vez que hábitos alimentares e fatores de estilo de vida pouco saudáveis podem ser responsáveis por uma parcela significativa dos casos de câncer gástrico (Machlowska *et al.*, 2020). Isso inclui o controle do tabagismo, a redução da ingestão de sal, o aumento do consumo de frutas e vegetais, a erradicação da *H. pylori*, a moderação no consumo de bebidas alcoólicas, além de melhorias na higiene e no saneamento. Quanto à prevenção secundária, destaca-se a importância da detecção precoce por meio de métodos endoscópicos disponíveis. (Ilic, M. & Ilic, I., 2022).

5 CONCLUSÃO

Considerando que o estilo de vida e uma alimentação desequilibrada estão associados ao CG, é essencial compreender quais fatores estão relacionados a esse câncer para desenvolver estratégias eficazes de prevenção e detecção precoce da doença. Investir em programas de conscientização sobre hábitos alimentares saudáveis, controle do tabagismo e redução do consumo de álcool pode desempenhar um papel crucial na redução da incidência de CG.

REFERÊNCIAS

BOURAS, E. *et al.* Diet and Risk of Gastric Cancer: An Umbrella Review. **Nutrients**, v.14, n.9, p.1764, maio, 2022. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9105055/>. Acesso em: 21 de agosto de 2024

HUI, Y. *et al.*, Risk factors for gastric cancer: A comprehensive analysis of observational studies, **Front Public Health**. v.10, n.892468, p.1-13, janeiro, 2023. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9845896/>. Acesso em: 21 de agosto de 2024

HONG, S. *et al.* Fasting Plasma Glucose Variability and Gastric Cancer Risk in Individuals Without Diabetes Mellitus: A Nationwide Population-Based Cohort Study. **Clin Transl Gastroenterol**. v.11, n.9, p. e00221, setembro, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7455226/>. Acesso em: 21 de agosto de 2024

ILIC, M. & ILIC, I. Epidemiology of stomach câncer. **World j gastroenterol**. v.28, n.12, p.1187–1203, 2022. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8968487/>. Acesso em: 23 de abril de 2024

KUMAR, S. *et al.* Risk Factors and Incidence of Gastric Cancer After Detection of *Helicobacter pylori* Infection: A Large Cohort Study. **Gastroenterology**, v. 158, n.3, p. 527–536, fevereiro, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7010558/>. Acesso em: 23 de abril de 2024

LI, P. *et al.* Study of *Helicobacter pylori* infection in patients with chronic atrophic gastritis and its relationship with lifestyle habits and dietary nutrient intake: A retrospective analysis. **Medicine (Baltimore)**, v.103, n.2, p.36518, janeiro, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38215105/>. Acesso em: 21 de agosto de 2024

MACHLOWSKA, J. *et al.*, Gastric Cancer: Epidemiology, Risk Factors, Classification, Genomic Characteristics and Treatment Strategies. **Int J Mol Sci**, v. 21, n.11, p. 4012, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7312039/>. Acesso em: 23 de abril de 2024

POOROLAJAL, J. *et al.* Risk factors for stomach cancer: a systematic review and meta-analysis. **Epidemiol Health**, v.42, n.2020004, p.1-8, fevereiro, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7056944/>. Acesso em: 21 de agosto de 2024

SANTIAGO, S.B. *et al.* Exploratory analysis of dietary patterns of patients with gastric adenocarcinoma: a case-control study in central Brazil. **Arq Gastroenterol**, v.60, n.4, p.419-430, outubro-dezembro, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38018547/>. Acesso em: 21 de agosto de 2024

TASNEEM, A. A; LUCK, N.H. Digestive tract neoplasms in young individuals: Demographics, staging and risk factors. **Cancer Rep (Hoboken)**, v.4, n.2, p.1319, abril, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33295088/>. Acesso em: 21 de agosto de 2024

ZHANG, Y. *et al.* Unrestrained eating behavior and risk of digestive system cancers: a prospective cohort study. **Am J Clin Nutr**, v. 114, n.5, p.1612-1624, novembro, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34293086/>. Acesso em: 21 de agosto de 2024