



BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO EM PACIENTES SUBMETIDOS AO TRANSPLANTE DE CÉLULAS TRONCO HEMATOPOÉTICAS

LARISSA SILVA DOS REIS

Introdução: O transplante de células tronco hematopoéticas (TCTH) é um procedimento invasivo utilizado no tratamento de doenças que afetam as células sanguíneas. A fase de preparo para o transplante até a recuperação pode comprometer o sistema musculoesquelético e cardiopulmonar, causando fadiga, fraqueza muscular e baixa reserva cardiorrespiratória, em consequência da redução das atividades de vida diária durante o isolamento protetor. Portanto, um adequado programa de reabilitação física é fundamental durante todo o processo de recuperação do paciente submetido ao TCTH, a fim de prevenir e minimizar esses efeitos adversos. **Objetivo:** Identificar os efeitos benéficos do exercício físico em pacientes submetidos ao transplante de células tronco hematopoéticas. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, através das bases de dados National Library of Medicine (Pubmed) e na biblioteca virtual de Saúde (BVS). Os descritores em Ciência da Saúde (DeCS) utilizados foram: “exercícios”, “reabilitação”, “transplante de células tronco hematopoéticas”, “transplante de medula óssea” e “neoplasias hematológicas” combinados com os operadores booleanos “AND” e “OR”. Foram incluídos artigos publicados nos últimos 10 anos, no idioma inglês ou português, disponíveis na íntegra e gratuitamente. Foram excluídos artigos duplicados, revisões de literatura e artigos que não utilizavam como intervenção o exercício físico. **Resultados:** Foram analisados um total de quatro artigos na literatura sobre os efeitos do exercício físico nos pacientes submetidos ao TCTH, as evidências encontradas demonstram que programas de exercícios prescritos de forma individualizada, proporcionam durante a fase de pré e pós transplante, redução da fadiga, melhora da capacidade funcional, da força muscular e qualidade de vida. Além disso, as intervenções não apresentaram eventos adversos significativos e tiveram uma alta taxa de adesão. Esses achados reforçam a importância da integração de programas de exercícios físicos na rotina de cuidados de pacientes submetidos a TCTH. **Conclusão:** A implementação de programas de exercícios físicos demonstrou ser parte essencial no processo do cuidado integral desses pacientes, visto que sua adesão possibilita a redução dos efeitos adversos causados pelo TCTH. Diante disso, recomenda-se que profissionais de saúde incorporem programas de reabilitação física nos protocolos de tratamento, atentando-se às necessidades individuais de cada paciente.

Palavras-chave: Exercícios, Transplante de células tronco hematopoéticas, Transplante de medula óssea, Neoplasias hematológicas, Reabilitação.