



INFLUÊNCIA DO ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL E TREINAMENTO RESISTIDO EM PACIENTES COM CÂNCER COLORRETAL

ALEXANDRE LUCAS LIMA FRANÇA CABRAL; EURIDES FALCÃO DE ANDRADE

Introdução: O câncer colorretal é uma das principais causas de mortalidade mundial, sendo frequentemente associado à perda de peso, massa muscular e declínio funcional. Estratégias que combinam treinamento resistido e acompanhamento nutricional são promissoras para mitigar esses efeitos adversos, melhorando a qualidade de vida e os desfechos clínicos dos pacientes. **Objetivo:** Avaliar os efeitos do acompanhamento nutricional combinado ao treinamento resistido na recuperação muscular, no metabolismo e no estado geral de saúde de pacientes com câncer colorretal. **Metodologia:** Esta revisão bibliográfica foi realizada por meio de uma análise de artigos publicados entre 2018 e 2025 nas bases PubMed, SciELO e Scopus utilizando os termos "nutrition counseling," "resistance training," e "colorectal cancer". Os critérios de inclusão englobam ensaios clínicos, revisões sistemáticas e estudos observacionais que avaliaram intervenções de nutrição e exercícios resistidos em pacientes com câncer colorretal. Foram excluídos artigos que não abordassem especificamente câncer colorretal. Um total de 4 artigos foram selecionados para revisão. **Resultados:** O treinamento resistido mostrou-se eficaz na preservação da massa muscular, minimizando os impactos da sarcopenia, frequentemente presente em pacientes com câncer colorretal submetidos a tratamentos agressivos como quimioterapia e radioterapia. Ademais, a prática de exercícios resistidos foi associada à redução de marcadores inflamatórios e ao aumento da capacidade funcional, como força e resistência física, contribuindo para a autonomia dos pacientes. Por sua vez, o acompanhamento nutricional destacou-se na modulação do metabolismo energético, promovendo melhor recuperação tecidual e suporte imunológico, especialmente por meio de dietas hiperproteicas e suplementação antioxidante. Programas que combinam treinamento resistido com suporte nutricional individualizado evidenciaram maior eficácia na recuperação de peso corporal saudável e no controle de condições associadas, como a caquexia, problema recorrente em estágios avançados do câncer. Essas intervenções demonstraram ser seguras e viáveis para implementação, mesmo em pacientes fragilizados. **Conclusão:** A integração de estratégias nutricionais com treinamento resistido apresenta benefícios relevantes para pacientes com câncer colorretal, incluindo a manutenção da massa magra, melhoria do metabolismo e redução de efeitos adversos relacionados ao tratamento. Estudos adicionais são necessários para otimizar a aplicação dessas intervenções em diferentes estágios da doença.

Palavras-chave: **CAQUEXIA; REABILITAÇÃO; RESISTÊNCIA**