NUTRIÇÃO E CÂNCER: como a alimentação contribui para a recuperação de pacientes oncológicos.

Angelina Dummel Pinheiro da Cunha[1]
Helena Savariz de Souza[2]
Matheus Herrmann[3]
Cláudia Rigoli Schneider[4]

Instituição: Colégio Dom Hermeto.
Modalidade: Relato de Pesquisa.
Eixo Temático: Vida, Saúde e Ambiente.

1. Introdução

A nutrição desempenha um papel fundamental como estratégia terapêutica complementar no tratamento oncológico, influenciando diretamente a recuperação, a qualidade de vida e a resposta aos tratamentos de pacientes com câncer. Durante a quimioterapia, a radioterapia e cirurgias, o organismo sofre impactos significativos que podem levar à perda de peso, fadiga, náuseas e comprometimento do sistema imunológico, tornando essencial um suporte nutricional adequado. Uma alimentação equilibrada não apenas auxilia na manutenção do estado nutricional, mas também fortalece o organismo, reduz complicações e contribui para uma melhor adaptação ao tratamento.

Diante disso, surge a questão central: como a alimentação pode influenciar a recuperação, a resposta ao tratamento e a qualidade de vida de pacientes oncológicos, considerando os efeitos colaterais das terapias e o risco de desnutrição? Muitos pacientes podem sofrer com desnutrição durante o tratamento, enquanto certos alimentos, como vegetais crucíferos, frutas ricas em vitamina C e raízes com propriedades anti-inflamatórias, podem auxiliar no fortalecimento do organismo e na redução dos efeitos adversos. Além disso, o acompanhamento nutricional adequado tende a melhorar a qualidade de vida e minimizar os impactos negativos das terapias oncológicas.

Portanto, este trabalho tem como objetivo geral analisar a importância da nutrição como estratégia terapêutica complementar para melhorar a resposta ao tratamento. Entre os objetivos específicos, destacam-se conscientizar a sociedade sobre a relevância do tema, avaliar os principais efeitos colaterais dos tratamentos oncológicos, identificar os impactos da alimentação no organismo e na resposta às terapias, ressaltar a importância do acompanhamento nutricional durante e após o tratamento e desenvolver receitas que possam contribuir com uma nutrição adequada como forma de terapia complementar. Assim, busca-se demonstrar que a alimentação é um fator essencial no cuidado integral ao paciente com câncer, promovendo não apenas a recuperação física, mas também o bem-estar geral durante todo o processo terapêutico.

2. Procedimentos Metodológico

O estudo foi desenvolvido em grupo, durante as aulas de Metodologia, a partir da escolha do tema central pelos integrantes. Inicialmente, foram realizadas pesquisas bibliográficas e documentais para identificar, organizar e registrar informações relacionadas à nutrição de pacientes em tratamento oncológico. Em seguida, as informações foram analisadas e utilizadas na elaboração do relatório e dos materiais de apresentação. Além da pesquisa teórica, o grupo desenvolveu uma atividade prática: a elaboração de uma barrinha nutritiva destinada a complementar a alimentação de pacientes em tratamento contra o câncer. Após a organização das informações e o desenvolvimento da receita, foram produzidos os slides para a apresentação à banca, realizada no dia 29/04, além dos cartazes e demais materiais utilizados na feira. Dessa forma, o trabalho uniu pesquisa, análise das informações e aplicação prática do tema estudado.

3. Resultados e Discussões

Os resultados evidenciam que a nutrição desempenha papel importante como estratégia complementar no tratamento oncológico. O acompanhamento nutricional contribui para a manutenção do estado nutricional e da massa muscular, melhora a tolerância aos tratamentos e auxilia na redução de complicações e efeitos colaterais. A literatura destaca a

importância do consumo de frutas, verduras, cereais integrais, leguminosas e fontes adequadas de proteínas, enquanto recomenda limitar ultraprocessados, frituras, açúcar e álcool. Assim, os achados respondem aos objetivos do trabalho ao demonstrar que uma alimentação equilibrada, associada ao acompanhamento profissional, pode contribuir para a recuperação, o bem-estar e a qualidade de vida do paciente oncológico.

4. Conclusão

A presente pesquisa teve como objetivo analisar a importância da nutrição como estratégia terapêutica complementar no tratamento oncológico, buscando compreender de que forma a alimentação pode influenciar a recuperação, a resposta aos tratamentos e a qualidade de vida dos pacientes com câncer. Com base na revisão bibliográfica realizada, foi possível concluir que esse objetivo foi plenamente alcançado.

Os estudos analisados demonstraram que uma alimentação adequada exerce papel fundamental durante e após o tratamento oncológico, contribuindo para a manutenção do estado nutricional, fortalecimento do sistema imunológico, recuperação da massa muscular, redução de complicações e melhora da qualidade de vida. Dessa forma, a questão norteadora da pesquisa foi respondida, evidenciando que a nutrição influencia diretamente a recuperação do paciente e sua capacidade de enfrentar os efeitos colaterais das terapias.

A hipótese inicial também foi confirmada, uma vez que os resultados encontrados mostram que determinados alimentos ricos em nutrientes, antioxidantes e compostos anti-inflamatórios podem auxiliar no fortalecimento do organismo, enquanto o acompanhamento nutricional especializado contribui para a prevenção da desnutrição e para uma melhor resposta ao tratamento. Da mesma forma, observou-se que o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, bebidas alcoólicas e produtos ricos em açúcar pode trazer prejuízos à saúde do paciente oncológico.

Além dos conhecimentos teóricos adquiridos, a elaboração da receita proposta pelo grupo permitiu aplicar na prática os conceitos estudados, demonstrando que é possível desenvolver preparações nutritivas, acessíveis e adequadas às necessidades de pacientes em tratamento contra o câncer.

Por fim, espera-se que este trabalho contribua para ampliar a conscientização sobre a importância da alimentação no tratamento oncológico e incentive a busca por acompanhamento nutricional especializado. Como perspectiva futura, sugere-se a realização de pesquisas de campo com pacientes e profissionais da área da saúde, bem como o desenvolvimento de novas receitas e materiais educativos que auxiliem na promoção da saúde e da qualidade de vida durante o enfrentamento do câncer.

5. Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. **Consenso Nacional de Nutrição Oncológica**. 2016. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/en/node/1026>. Acesso em: 5 de mar. de 2026.

CONSELHO EDITORIAL EINSTEIN. **Câncer:** Glossário de Saúde do Einstein. Disponível em: <https://www.einstein.br/n/glossario-de-saude/cancer>. Acesso em: 5 de mar. de 2026.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. **Dieta, Nutrição, Atividade Física e Câncer: Uma perspectiva Global.** 2020.Disponível em:

https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/dieta_nutricao_atividade_fisica_e_cancer_resumo_do_terceiro_relatorio_de_especialistas_com_uma_perspectiva_brasileira.pdf>. Acesso em: 24 de mar. de 2026.

UOPECCAN, Hospital do Câncer. **O que é o câncer?** 2026. Disponível em: <https://www.uopeccan.org.br/o-que-e-o-cancer/>. Acesso em 22 de mar. de 2026.

WORLD CANCER RESEARCH FUND (WCRF). **About our Recommendations**. 2026. Disponível em: <https://www.wcrf.org/dietandcancer/about-our-cancer-prevention-recommendations/>. Acesso em: 30 de mar. de 2026.

WORLD CANCER RESEARCH FUND (WCRF). **Cancer Prevention Recommendations**. 2026. Disponível em: <https://www.wcrf.org/recommendations>. Acesso em: 30 de mar. de 2026.