

El Cáncer como Desafío de Salud Pública y el Instituto Nacional del Cáncer Promoviendo la Actividad Física en el Brasil como Acción de Prevención y Control

<https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2025v71n2.5106ES>

O Câncer como Desafio de Saúde Pública e o Instituto Nacional de Câncer promovendo a Atividade Física no Brasil como Ação de Prevenção e Controle

Cancer as a Public Health Challenge and the National Cancer Institute Promoting Physical Activity in Brazil as a Prevention and Control Action

Fabio Fortunato Brasil de Carvalho¹; Thainá Alves Malhão²; Luciana Grucci Maya Moreira³

El Instituto Nacional de Cáncer (INCA), órgano auxiliar del Ministerio de Salud del Brasil, orienta sus acciones a través de la Política Nacional de Prevención y Control del Cáncer (PNPCC)¹ y destaca el papel de la actividad física en el control de la enfermedad. Esta práctica está asociada a la prevención de algunos tipos de cáncer que están entre los más frecuentes en la población brasileña, como el de mama femenino y el de colon (intestino grueso)^{2,3}. Adicionalmente, contribuye para el control de síntomas durante y después del tratamiento, por ejemplo, reduce la fatiga y mejora el estado psicosocial⁴, además de promover otros beneficios generales para la salud. En enero de 2025, el INCA reafirmó su compromiso con la protección de la salud de la población brasileña al emitir una posición⁵ sobre la actividad física y con previsión de publicar también una cartilla sobre el tema para pacientes, cuidadores y familiares.

Con base en evidencias crecientes sobre la efectividad de la actividad física en la prevención y control del cáncer⁶⁻⁹ y considerando más de 30 años de oferta de esta práctica en el Sistema Único de Salud (SUS)¹⁰, el Instituto ha desarrollado estrategias para fortalecerla en las políticas públicas de salud.

Un punto que destaca es la capacitación de profesionales para que la promoción de la actividad física se integre al trabajo cotidiano de las unidades de salud del SUS, contribuyendo para evitar nuevos casos y en el cuidado/tratamiento de personas con la enfermedad. Para esto, ha invertido en la oferta de talleres virtuales de capacitación en alianza con la gestión estatal y municipal del SUS y en la oferta de un curso en educación a distancia (EAD). Además, el INCA actúa en la producción de estudios y

materiales técnico-científicos, y posicionamientos institucionales^{3,4,11,12}, en la disseminación de las informaciones mediante acciones de educación en salud, comunicación, movilización y educación, y en la participación en diferentes espacios estratégicos que discuten políticas públicas. Vale destacar que todas las acciones tratan, además de la promoción de la actividad física, temas como la importancia de la alimentación saludable, del control del peso corporal y de la restricción del consumo de bebidas alcohólicas, ya que la sinergia de acciones de salud es esencial.

Según lo detallado en la posición institucional⁵, el INCA comprende a la actividad física como cualquier movimiento corporal humano que requiere tanto la contracción de músculos esqueléticos, resultando en gasto energético, como la consideración de espacios y contextos en los cuales ocurre el movimiento. Reconoce que puede haber una infinidad de motivaciones, intereses, emociones e ideas, que, a su vez, influyen para realizar los movimientos. Pueden ser realizadas en forma de gimnasia, juego, danza, deporte, lucha, entre otros. Además de los aspectos biológicos, el enfoque del INCA reconoce la relevancia de factores sociales, culturales y emocionales, sin jerarquías entre ellos. La opción de dar luz a otros elementos, que no sean solamente de la biología humana, y, a partir de ella, los mecanismos implicados en la enfermedad, parte del supuesto de que usar, como único o principal argumento, la reducción del riesgo de padecer, por ejemplo, algún tipo de cáncer, debe ser superado, sin ser abandonado, aunque siendo parte, y no el todo, de las posibilidades de diálogo y acción. Por lo tanto, el enfoque tiene en consideración

¹⁻⁴Instituto Nacional de Câncer, Coordenação de Prevenção e Vigilância (Conprev), Área Técnica de Alimentação, Nutrição, Atividade Física e Câncer (Atanafc). Rio de Janeiro (RJ), Brasil.

¹E-mail: fabio.carvalho@inca.gov.br. Orcid iD: <https://orcid.org/0000-0003-2979-6359>

²E-mail: tmalhao@inca.gov.br. Orcid iD: <https://orcid.org/0000-0002-5644-1089>

³E-mail: luciana.maya@inca.gov.br. Orcid iD: <https://orcid.org/0000-0003-1454-1732>

Dirección para correspondencia: Fabio Fortunato Brasil de Carvalho. Rua Marquês de Pombal 125 – Centro. Rio de Janeiro (RJ), Brasil. CEP 20230-240. E-mail: fabio.carvalho@inca.gov.br



las necesidades, preferencias y posibilidades de cada persona o comunidad atendida, promoviendo estrategias individualizadas y colectivas que vuelvan a la práctica más accesible y sostenible.

Ampliar la concepción, las narrativas y actitudes sobre la actividad física implica reconocer que ella es un fenómeno complejo y sobredeterminado, influido por factores individuales, colectivos, ambientales, culturales, económicos y políticos que facilitan o dificultan la práctica¹³. Por lo tanto, aunque las elecciones personales se vean influenciadas por conocimientos, actitudes y creencias, también reflejan normas sociales y factores más amplios, como condiciones socioeconómicas y ambientales³. Además, la inactividad física, así como otros factores de riesgo para el cáncer y otras enfermedades crónicas, tienden a ser más prevalentes entre grupos más desfavorecidos¹⁴. Por lo tanto, recomendar la actividad física, su dosis (frecuencia, duración e intensidad), sin considerar la realidad de las personas, puede reducir la efectividad de esta medida tan importante para la salud.

Mediante lo expuesto, el INCA, en las acciones y en los debates relacionados con la actividad física, busca dialogar con las distintas dimensiones de las vidas de las personas, por juzgar que, para que puedan disfrutar de sus beneficios para la salud, en especial en la prevención y en el control del cáncer, ellas necesitan tener acceso a las actividades por las cuales tienen más afinidad y/o se encajan en sus rutinas, de manera que sea factible iniciar y mantener la práctica¹⁵⁻¹⁷.

La referida perspectiva ampliada de la actividad física está en sinergia con la defensa del fortalecimiento de las políticas públicas –en el SUS y en las demás áreas relacionadas, como el Deporte y Recreación, la Educación y la Asistencia Social– que faciliten el acceso a la actividad física agradable, segura, saludable, equitativa e intencional, debiendo ser una prioridad social¹⁸. Así, en las unidades de salud del SUS y en los diferentes contextos y espacios donde la actividad física puede ser ofrecida como práctica de cuidado, promoción de la salud y el ocio, es relevante que se consideren las preferencias, disponibilidad de tiempo y lugares apropiados, buscando colocar a las personas como elemento central en el proceso de construcción de la vida más activa físicamente, y explorar medidas individuales y colectivas para identificar y superar las barreras que dificultan o impiden la realización de la actividad física¹¹.

De este modo, la posición del INCA sobre la actividad física ratifica el potencial de esta práctica en la prevención y en el control del cáncer en el Brasil y vislumbra la relevancia del debate en torno de la creación de la Política Nacional de Prácticas Corporales y Actividades Físicas en el SUS (PNPCAF)^{19,20} como un marco para consolidar y ampliar la actividad física como acción de promoción de la salud y del cuidado.

AGRADECIMIENTOS

A Fabiana Montovanele de Melo, Maria Eduarda Leão Diogenes Melo, Camille Vitoriano Roçadas Pereira y Gabriela Vasconcellos de Barros Vianna.

REFERENCIAS

1. Presidência da República (BR). Lei nº 14.758, de 19 de dezembro de 2023. Institui a Política Nacional de Prevenção e Controle do Câncer no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) e o Programa Nacional de Navegação da Pessoa com Diagnóstico de Câncer; e altera a Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990. Diário Oficial da União, Brasília, DF. 2023 dez 20; Edição 241; Seção 1:1-3.
2. Instituto Nacional de Câncer. Estimativa 2023: incidência de câncer no Brasil [Internet]. Rio de Janeiro: INCA; 2022. [Acesso 2024 dez 12]. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/publicacoes/livros/estimativa-2023-incidencia-de-cancer-no-brasil>.
3. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Dieta, nutrição, atividade física e câncer: uma perspectiva global: um resumo do terceiro relatório de especialistas com uma perspectiva brasileira. Rio de Janeiro: INCA; 2020. 140 p.
4. Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica. Recomendações de atividade física durante e após tratamento oncológico. São Paulo: SBOC; 2023. 33f.
5. Instituto Nacional de Câncer. Posicionamento acerca da atividade física [Internet]. Rio de Janeiro: INCA; 2025. [Acesso 2025 jan 18]. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/publicacoes/notas-tecnicas/posicionamento-do-inca-acerca-da-atividade-fisica>
6. Ligebe JA, Bohlke K, May AM, et al. Exercise, diet, and weight management during cancer treatment: ASCO Guideline. *J Clin Oncol*. 2022;40(22):2491-507. doi: <https://doi.org/10.1200/jco.22.00687>
7. World Cancer Research Fund International. Diet, nutrition, physical activity and body weight for people living with and beyond breast cancer. The latest evidence, our guidance for patients, carers and health professionals, and recommendations for future research [Internet]. London: World Cancer Research Fund International; 2024. [Acesso 2024 nov 26]. Disponível em: <https://www.wcrf.org/wp-content/uploads/2025/01/CUP-Global-BCS-Report.pdf>
8. World Cancer Research Fund International. Diet, nutrition, physical activity and body weight for people living with and beyond colorectal cancer. The latest evidence, our guidance for patients, carers and health professionals, and recommendations for future research. London: World Cancer Research Fund International; 2024. [Acesso 2024



- nov 26]. Disponível em: <https://wcrf.org/wp-content/uploads/2024/10/CUP-Global-colorectal-report-0924.pdf>
9. Yang L, Courneya KS, Friedenreich CM. The Physical Activity and Cancer Control (PACC) framework: update on the evidence, guidelines, and future research priorities. *Br J Cancer*. 2024;131(6):957-69. doi: <https://doi.org/10.1038/s41416-024-02748-x>
 10. Vieira LA, Albuquerque SBG, Venturim FO, et al. 30 anos do serviço de orientação ao exercício em Vitória/ES: pioneirismo nas práticas corporais e atividades físicas no Sistema Único de Saúde. *Movimento*. 2020;26:e26086. doi: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.103142>
 11. Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica. Atividade física e câncer: recomendações para prevenção e controle. São Paulo: SBOC; 2022. 57 p.
 12. Silva RCF, Malhão TA, Rezende LFM, et al. Current and future costs of cancer attributable to insufficient leisure-time physical activity in Brazil. *PLoS One*. 2023;18(7):e0287224.
 13. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Brasília, DF: Ministério da Saúde; 2021. 54 p.
 14. International Agency for Research on Cancer. Reducing social inequalities in cancer: evidence and priorities for research. Lyon: IARC; 2019.
 15. The Lancet (Series from the Lancet journals) [Internet]. London: Elsevier. Vol 398, No 10298, 2021 [acesso 2023 ago 11]. Disponível em: <https://www.thelancet.com/series/physical-activity-2021>
 16. Carvalho FFB, Vieira LA. The promotion of physical activity in LMICs: public health policy in Brazil. *Lancet Glob Health*. 2023;11(11):e1698.
 17. Varela AR, Hallal PC. Does every move really count towards better health? *Lancet Glob Health*. 2024;12(8):e1215-16.
 18. Hallal PC, Min Lee I, Sarmiento O, et al. The future of physical activity: from sick individuals to healthy populations. *Inter J Epidemiol*. 2024;53(5):1-4.
 19. Carvalho FFB, Vieira LA. Práticas corporais e atividades físicas como política pública de saúde: desafios para avançar na atenção primária do Sistema Único de Saúde no período de 2023 a 2026. *RPP*. 2023;26:1-28. doi: <https://doi.org/10.5216/rpp.v26.75847>
 20. Conselho Nacional de Saúde (BR) [Internet]. Brasília, DF: MS; [Sem data]. Criação de Política Nacional de Práticas Corporais e Atividades Físicas, 2024 ago 15. [Acesso 2024 ago 27]. Disponível em: <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/agosto/criacao-de-politica-nacional-de-praticas-corporais-e-atividades-fisicas>

Recebido em 27/1/2025

Aprovado em 29/1/2025

