

Fisioterapia e cancro de mama

Diana Teixeira^{1*}

¹ Centro Hospitalar do Tâmega e Sousa, E.P.E., Avenida do Hospital Padre Américo, Nº210, 4560-136 Guilhufe, Penafiel, Portugal

*72984chts.min-saude.pt

O cancro é considerado um grande problema de saúde pública a nível mundial, sendo importante causa de morbidade e mortalidade [1]. Existe um aumento da sua incidência e prevê-se que venha a aumentar. Segundo a *International Agency for Research on Cancer* (Globocan 2020), em Portugal o cancro de mama é o mais incidente (24,5%), no caso das mulheres, no entanto, com a evolução e aumento da eficácia dos tratamentos, e deteção precoce, a sua mortalidade tem vindo a diminuir, levando assim a uma prevalência de casos significativa (30,5%) [2]. As mulheres diagnosticadas com cancro de mama, são submetidas a tratamentos que acarretam complicações/sequelas, que apresentam alto impacto na sua qualidade de vida. Esta palestra teve como principal objetivo demonstrar o impacto da fisioterapia e do exercício físico na melhoria da qualidade de vida das doentes com cancro de mama submetidas a tratamentos oncológicos. A apresentação baseou-se em pesquisa bibliográfica de referência sobre a temática, concluindo que a fisioterapia contribui na prevenção e tratamento de complicações, quer numa fase pós-cirúrgica, como no decorrer de todo o processo de tratamentos, melhorando a qualidade de vida destas doentes. As guidelines apoiam os programas de reabilitação para a gestão dos efeitos secundários dos tratamentos oncológicos, sendo um serviço reconhecido e necessário nos cuidados de saúde ao doente oncológico [3]. Quanto ao exercício físico, a conclusão geral da evidência científica indica que este é seguro e bem tolerado, durante todo o processo de tratamentos, podendo contribuir para a melhoria de alguns outcomes [4], nomeadamente melhoria da fadiga. Apesar do aumento da evidência científica, a reabilitação em oncologia é um serviço subutilizado, que contribui para o aumento da morbidade nos sobreviventes de cancro [4].

Palavras-chave: Cancro de mama; fisioterapia; reabilitação; exercício físico;

Referências

[1] Bray, F; Ferlay, J; Soerjomataram, I; Siegel, RL; Torre, LA; Jemal, A. Global cancer statistics 2018: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA: Cancer J. Clin.* **2018**, *68*(6), 394–424.

[2] World Health Organization. Cancer today [Internet]. iarc.fr. 2020. Available from: <https://gco.iarc.fr/today/home>

[3] Stout, NL; Santa Mina, D; Lyons, KD; Robb, K; Silver, JK. A systematic review of rehabilitation and exercise recommendations in oncology guidelines. *CA: Cancer J. Clin.* **2020**, *71*(2).

[4] Campbell, KL; Winters-Stone, KM; Wiskemann, J; May, AM; Schwartz, AL; Courneya, KS; et al. Exercise Guidelines for Cancer Survivors. *MSSE* **2019**, *51*(11), 2375–90.