

Mat Pilates em Mulheres com Câncer de Mama Submetidas a Tratamento de Radioterapia Adjuvante: Relato de Experiência de um Centro de Referência em Oncologia

Daniele Medeiros Torres;¹ Kelly de Menezes Fireman;² Sabrina da Silva Santos;³ Luiz Claudio Santos Thuler;⁴
Anke Bergmann;⁵ Rosalina Jorge Koifman;⁶

¹Mestrado em Ciências da Saúde. Hospital do Câncer III/Instituto Nacional de Câncer – INCA. ²Residência Multiprofissional em Oncologia. Instituto Nacional de Câncer – INCA. ³Doutorado em Saúde Pública. Escola Nacional de Saúde Pública, Fundação Oswaldo Cruz - ENSP/FIOCRUZ. ⁴Doutorado em Doenças Infecciosas e Parasitárias. Instituto Nacional de Câncer – INCA. ⁵Doutorado em Ciências da Saúde. Instituto Nacional de Câncer – INCA.

INTRODUÇÃO

Os principais sintomas decorrentes da radioterapia no câncer de mama são a fadiga, diminuição da capacidade funcional e efeitos psicossociais, que levam a uma diminuição na qualidade de vida. A prática de exercícios físicos aponta para uma redução dos sintomas relacionados ao câncer e ao tratamento. Este é o primeiro estudo que avalia a influência do Pilates na fadiga durante a radioterapia.

OBJETIVOS

Relatar a experiência da prática do Mat Pilates em mulheres com câncer de mama durante a radioterapia.

METODOLOGIA

Ensaio clínico randomizado, aprovado no CEP sob parecer 2.001.285. O grupo de intervenção realiza 2 sessões semanais de Mat Pilates e o grupo controle mantém as atividades habituais. As mulheres são avaliadas por questionários de fadiga, qualidade de vida, depressão, funcionalidade dos membros superiores e testes físicos no início e término da radioterapia, após 1 mês, 3 meses e 6 meses do tratamento.

RESULTADOS

Até o momento, o estudo conta com 74 mulheres no grupo de intervenção e 74 no grupo controle. Dentre as mulheres da intervenção, a percepção é que o Mat Pilates proporciona bem-estar físico e emocional, relatando diminuição da sensação de peso e dores no membro da cirurgia, diminuição do cansaço e sentem-se seguras para a prática das atividades diárias e mantêm o hábito de praticar exercícios físicos. Não foi observado nenhum efeito adverso.

CONCLUSÃO

Por apresentar boa aceitação entre as mulheres desse estudo, é de grande importância a atenção para avaliação da influência do Mat Pilates na melhora das complicações do câncer de mama.

REFERÊNCIAS

Hickok JT, Morrow GR, Roscoe JA, et al. Occurrence, severity, and longitudinal course of twelve common symptoms in 1129 consecutive patients during radiotherapy for cancer. *J Pain Symptom Manage* 2005; 30: 433-442.

Markes M, Brockow T, Resch KL. Exercise for women receiving adjuvant therapy for breast cancer. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2006; Issue 4. Art. No.: CD005001.

Steindorf K, Schmidt ME, Klassen O, et al. Randomized, controlled trial of resistance training in breast cancer patients receiving adjuvant radiotherapy: results on cancer-related fatigue and quality of life. *Annals of Oncology* 2014; 25: 2237–2243.

Palavras-Chave: Neoplasias da Mama; Radioterapia; Fadiga; Exercício.