

## Pesquisa avalia impacto de atividades físicas no bem-estar de pacientes

Um estudo conduzido por profissionais da Fisioterapia do HC III e pesquisadores do INCA vai avaliar como a prática de atividades físicas durante o tratamento do câncer de mama pode impactar na diminuição dos efeitos colaterais e no aumento do bem-estar das pacientes. A ideia é acompanhar as mais de mil pacientes inscritas por um período de 10 anos, desde o diagnóstico e durante todo o tratamento.

“Avaliamos também a qualidade de vida das pacientes. Fazemos testes funcionais, de equilíbrio e de força muscular, além de acompanharmos a alimentação. Também analisamos a alteração da atividade física durante o tratamento oncológico e no seguimento”, explica a pesquisadora Anke Bergmann, do Programa de Pesquisa Clínica.

O estudo está em fase de coleta de dados, feita por meio do Questionário Internacional de Atividade Física, que classifica a intensidade dos exercícios. Estão envolvidos no processo alunos de iniciação científica, residência, mestrado e doutorado do INCA, além de alunos de doutorado da Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP).

Os dados preliminares, com a avaliação de 250 pacientes, indicam mudanças nos tipos de exercícios praticados em cada etapa do tratamento. No momento do diagnóstico, 52,6% das mulheres com câncer de mama realizam nível alto de prática de atividade física, enquanto 35,6% praticam nível moderado e 11,9%, leve. Após a quimioterapia, os números são outros: 13% (alta), 43,9% (moderada) e 38,7% (leve).

“Ainda estamos em uma fase de coleta de dados, mas já vimos que mulheres que faziam atividades físicas de maior intensidade na fase de diagnóstico diminuem após a quimioterapia, por conta da fadiga e das complicações”, esclarece Bergmann.

Outra pesquisa em desenvolvimento avalia a influência da prática regular de pilates na redução de efeitos colaterais, ao observar 170 mulheres que passam pelo tratamento de radioterapia e que se submetem a treinamentos dessa modalidade.

A equipe conduz ainda um projeto de realização de atividades físicas por mulheres com câncer de mama submetidas a quimioterapia, que está em fase de captação de recursos. A iniciativa já foi aprovada por edital da Fundação de Amparo à Pesquisa no Estado do Rio de Janeiro (Faperj) e por concurso interno da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). A ideia é construir um ginásio no HC III para exercícios aeróbicos e de fortalecimento, duas vezes por semana, para um grupo de pacientes. A partir disso, os pesquisadores serão capazes de avaliar diferenças em sintomas como fadiga, depressão e funcionalidade dos membros superiores.



Um dos estudos avalia influência da prática regular de pilates na redução de efeitos colaterais da radioterapia