



As fisioterapeutas Clarice Teodózio e Simone Saraiva conduzem exercícios com pacientes do HC III

Exercícios de ombro após cirurgia de câncer de mama são seguros

Mulheres submetidas à cirurgia do câncer de mama podem praticar, sem riscos, exercícios de ombro com amplitude de movimento livre no período pós-operatório. Um estudo realizado pelo INCA com pacientes do HC III, unidade especializada no tratamento da doença, concluiu que a atividade é segura e não prejudica o processo de cicatrização. Os resultados foram publicados na *Breast Cancer Research and Treatment*, uma das mais respeitadas revistas sobre câncer de mama no mundo.

Até então, a recomendação padrão para as pacientes era fazer apenas movimentos parciais durante a recuperação. O

receio era que exercícios livres do ombro aumentassem as chances de complicações depois da cirurgia. No entanto, a ausência de evidências motivou a pesquisa, conduzida em 2019 pela fisioterapeuta Clarice Gomes Chagas Teodózio, durante seu mestrado no INCA, sob orientação dos pesquisadores Anke Bergmann e Luiz Claudio Santos Thuler.

Segundo Thuler, a possibilidade de amplitude dos movimentos contribui para o bem-estar das mulheres no pós-operatório. “Nós verificamos melhora significativa na recuperação física das pacientes que fizeram exercícios livres com os ombros. Isso favoreceu sua reinserção social, porque reduziu o medo que elas tinham de voltar às atividades do dia a dia”, disse.

Também participaram do estudo Liz de Oliveira Marchito, aluna de Aperfeiçoamento da Coordenação de Pesquisa (COPQ) do INCA; Erica Alves Nogueira Fabro, responsável pela Fisioterapia do HC III; Flávia Oliveira Macedo, fisioterapeuta da unidade, e Suzana Sales de Aguiar, tecnóloga da Divisão de Pesquisa Clínica e Desenvolvimento Tecnológico, vinculada à COPQ.

Com exceção das pacientes que passaram por cirurgia plástica reconstrutora, pois estas não participaram do estudo, agora todas as pacientes do HC III no pós-operatório praticam exercícios de ombro com amplitude de movimento livre (acima da altura do ombro, até o limite em que não há dor ou sensação de repuxamento da cicatriz). A inovação foi implementada pela Fisioterapia da unidade inicialmente para mulheres que fizeram cirurgia conservadora e posteriormente para todas as mastectomizadas.

RECONHECIMENTO

Cremerj homenageia Instituto por atuação na saúde

Por sua atuação de excelência na área de saúde pública, o INCA recebeu uma homenagem do Conselho Regional de Medicina do Rio de Janeiro (Cremerj), no dia 9 de março. O segundo vice-presidente do Cremerj, Carlos Romualdo Barboza Gama, entregou a Comenda e Menção Honrosa Doutor Evandro Freire para a diretora-geral, Ana Cristina Pinho. Participaram do encontro membros da diretoria executiva do Instituto e representantes do Conselho.

“A maior parte da população brasileira depende do SUS [Sistema Único de Saúde]. No cumprimento de nosso papel de prestar assistência a pessoas que precisam do INCA, eu sei que seguimos a mesma linha do Cremerj, da responsabilidade institucional. É uma satisfação muito grande ver a entidade manifestar esse reconhecimento pelo Instituto”, agradeceu Ana Cristina Pinho.



O médico do HC II e conselheiro do Cremerj Antonio Santa Rosa, com Ana Cristina Pinho e Carlos Romualdo Barboza Gama, na solenidade

Barboza Gama afirmou que o Cremerj e o INCA seguem a filosofia de buscar o melhor para o cidadão que necessita do sistema de saúde.

“É uma alegria prestar essa homenagem, porque temos o mesmo compromisso de fazer o bem para a sociedade. Vimos aqui agradecer a esta instituição que é de fundamental importância não só para o Rio, mas em nível nacional, e que traça as normas da oncologia com maestria. O INCA é a nossa referência”, disse.

O médico Evandro Freire, que dá nome à condecoração, dedicou sua vida ao serviço público. Seu livro *Trauma*, sobre a área em que se tornou um dos maiores especialistas no Brasil, é referência no meio profissional. Cirurgião reconhecido, ele teve mais de cem trabalhos publicados em revistas médicas nacionais e estrangeiras.