

**ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA EM PACIENTES SUBMETIDAS AO TRATAMENTO
DO CÂNCER DE MAMA: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

***THE PERFORMANCE OF PHYSIOTHERAPY IN PATIENTS UNDERGOING
BREAST CANCER TREATMENT: BIBLIOGRAPHICAL REVIEW***

Gabriely Vitória Pereira Sodré¹

Mércia da Penha Cherque Ramos²

RESUMO: O câncer de mama caracteriza-se pelo crescimento desordenado de células malignas na mama, que podem invadir tecidos próximos, e se espalhar para outras partes do corpo, também conhecida como metástases, representando um desafio mundial de saúde devido a sua alta prevalência. O tratamento da doença, afeta vários aspectos da vida da mulher, incluindo sua saúde emocional, autoimagem e qualidade de vida. Ansiedade e depressão são reações comuns, assim como a queda na autoestima devido às mudanças físicas, como a retirada da mama e a perda de cabelo. Além disso, efeitos colaterais, como dores fadiga e cansaço, dificultam as atividades diárias e reduzem a qualidade de vida, sendo de grande importância a atuação da fisioterapia durante todo processo. Dessa forma, o objetivo do presente estudo é descrever os meios de intervenção da fisioterapia durante o tratamento do câncer de mama. Foi realizada uma revisão integrativa de literatura, selecionando artigos publicados nos últimos 10 anos, nas bases de dados Scielo, BVS e PubMed, utilizando descritores em português e inglês relacionados ao câncer de mama e a fisioterapia. O estudo identificou que as técnicas mais utilizadas são a cinesioterapia para melhorar força e flexibilidade, terapias manuais e eletroterapia para redução de dor, drenagem linfática, exercícios e uso de compressão, para remoção de linfonodos e tratamento do linfedema. Conclui-se que a fisioterapia não só auxilia na recuperação física, mas também contribui para a melhora da qualidade de vida, proporcionando alívio de sintomas físicos e psicológicos ocasionados pelo tratamento do câncer de mama.

Palavras-chave: Câncer de mama; Fisioterapia no câncer; Tratamento oncológico.

ABSTRACT: Breast cancer is characterized by the disordered growth of malignant cells in the breast, which can invade nearby tissues and spread to other parts of the body, also known as metastases, representing a global health challenge due to its high prevalence. Treatment of the disease affects several aspects of a woman's life, including her emotional health, self-image and quality of life. Anxiety and depression are common reactions, as is a drop in self-esteem due to physical changes, such as breast removal and hair loss. Furthermore, side effects, such as pain, fatigue and tiredness, make daily activities difficult and reduce quality of life, making it extremely important for physiotherapy to work throughout the process. Therefore, the objective

¹ UniSales – Centro Universitário Salesiano. Vitória/ES, Brasil.

² UniSales – Centro Universitário Salesiano. Vitória/ES, Brasil.

of the present study is to describe the means of physiotherapy intervention during the treatment of breast cancer. Na integrative literature review was carried out, selecting articles published in the last 10 years, in the Scielo, VHL and PubMed databases, using descriptors in Portuguese and English related to breast cancer and physiotherapy. The study identified that the most used techniques are kinesiotherapy to improve strength and flexibility, manual therapies and electrotherapy to reduce pain, lymphatic drainage, exercises and the use of compression, to remove lymph nodes and treat lymphedema. It is concluded that physiotherapy not only helps with physical recovery, but also contributes to improving quality of life, providing relief from physical and psychological symptoms caused by breast cancer treatment.

Keywords: Breast cancer; Physiotherapy in cancer; Oncological treatment.

1. INTRODUÇÃO

O câncer engloba mais de 100 doenças caracterizadas pelo crescimento descontrolado de células malignas que invadem tecidos e órgãos, podendo se espalhar (metástase) para outras partes do corpo. No Brasil, de acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA, 2020)., são estimados 704 mil novos casos anuais para o período de 2023-2025, com o câncer de mama sendo o mais comum entre as mulheres, representando 15% dos casos.

O câncer de mama representa um importante desafio de saúde pública no Brasil, identificar a doença de forma precoce é essencial para melhorar as chances de tratamento e prognóstico das pacientes, sendo de grande importância investimentos em pesquisas científicas, para aprimorar os métodos de detecção precoce (Paiva, 2021). Contextos sociais e econômicos desempenham um papel importante no acesso ao diagnóstico precoce e aos tratamentos apropriados, sendo de suma importância a conscientização sobre a doença, juntamente com a promoção do autoexame e da mamografia.

Existem três principais meios de tratamento para o câncer: cirurgia, radioterapia e quimioterapia. Além desses, há outras abordagens secundárias, como terapia hormonal e imunoterapia. Geralmente, esses tratamentos podem ser combinados, dependendo do estágio e tipo específico de câncer. Cada um desses tratamentos pode acarretar efeitos colaterais diversos, devido à toxicidade de órgãos e sistemas, em busca de uma melhor qualidade de vida, o profissional de saúde deve estar atento desde danos estéticos até danos físicos. O tratamento do câncer gera efeitos colaterais como náusea, fadiga, neuropatia periférica, mucosite, caquexia-anorexia. (Oliveira, 2022)

A fisioterapia em oncologia é uma especialidade que tem como objetivo preservar, manter, desenvolver e restaurar a integridade cinético-funcional de órgãos e sistemas do paciente, assim como prevenir os distúrbios causados pelo tratamento oncológico (INCA, 2011). O fisioterapeuta especialista em oncologia atua nos 4 pilares da esfera oncológica: promoção, rastreamento, tratamento e cuidados paliativos (Munaretto, 2016).

O tratamento fisioterápico é imprescindível para qualquer indivíduo cuja atividade diária esteja comprometida. Nos processos de doença, contribui na redução de

quadros dolorosos e evita possíveis complicações após cirurgias ou longos períodos de imobilizações, justificando a relevância deste estudo (Faria, 2010). O presente estudo tem como objetivo descrever os meios de intervenção da fisioterapia durante o tratamento do câncer de mama, encontrando os métodos e ferramentas de tratamento fisioterapêuticos utilizados em cada fase de intervenção do câncer de mama.

2. METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura integrativa, pois se caracteriza pela reunião e síntese de resultados de estudos acerca de determinado tema ou objeto, de forma sistemática e ordenada (Canuto; Oliveira, 2020).

A seleção de dados foi realizada no período de janeiro a setembro de 2024 por meio de leitura crítica de estudos disponibilizados, a busca de estudos foi realizada nas bases de dados eletrônicas nacionais e internacionais: Scientific Eletronic Library (SciELO), BVS e PubMed. As palavras-chaves e descritores utilizados para realizar a busca foram “câncer de mama”; “fisioterapia no câncer”; “tratamento oncológico” em português; e “breast cancer”; “physiotherapy in cancer”; “oncological treatment” em inglês.

Para critérios de inclusão, foram selecionados artigos completos, disponíveis gratuitamente, nos idiomas Português e Inglês, em sua maioria estudos de revisões e ensaios clínicos que tenham sido publicados dentro do intervalo de tempo de 2014 a 2024 e artigos que destaquem a atuação da fisioterapia no câncer. Foram excluídos os estudos que não respondiam à pergunta norteadora, estudos que abordavam outras doenças, ou aqueles que não abordavam a atuação da fisioterapia e artigos que não foram publicados nos últimos 10 anos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a busca, foram encontrados inicialmente 20 artigos. Desses, após uma leitura criteriosa, foram selecionados 12 artigos (Quadro 1), sendo considerado aqueles que mais se adequavam aos critérios estabelecidos e que ofereciam contribuições significativas para o assunto.

Quadro 1: Artigos selecionados para discussão

ANO E AUTOR	OBJETIVO DO ESTUDO	METODOLOGIA	RESULTADOS
DA CRUZ et al., 2023	Espera-se que esta pesquisa possa aprimorar o conhecimento técnico científico dos profissionais e gestores de saúde em aos aspectos clínicos e fisiopatológicos do câncer de mama para desse modo detectar casos precoces com bom prognóstico.	Revisão narrativa de literatura.	É perceptível que mesmo o câncer de mama tendo índices elevados no país e no mundo, muitos aspectos relacionados a doença são negligenciados, logo existe uma necessidade crescente de conhecimento desses profissionais da saúde para estarem alertas em

			relação as suspeitas de diagnósticos diferenciais diante às alterações mamárias em mulheres a fim de atenuar os atrasos diagnósticos e terapêuticos.
CAMPOS et al., 2022	O objetivo deste estudo foi evidenciar os benefícios do exercício no câncer de mama.	Revisão crítica.	A prática regular de exercício físico/atividade física deve ser estimulada, visando a prevenção primária do câncer de mama, melhoria da qualidade de vida e redução da mortalidade nas sobreviventes, mas os estudos não apresentam força de evidência no controle da doença. É importante ressaltar também o importante papel dos EF na redução da incidência das DCV, tornando-se fundamental o incentivo às mulheres se tornarem ativas.
RETT et al., 2017	Comparar a amplitude de movimento e o desempenho funcional do MS homolateral após abordagem fisioterapêutica e correlacionar essas variáveis.	Ensaio clínico não randomizado.	Houve um aumento significativo na amplitude de movimento de todos os movimentos após a fisioterapia; no entanto, a flexão, abdução e rotação lateral permaneceram menores do que o membro controle.
Sá, Costa, Conceição, Lima, da Cruz, de Brito, Reis. 2020	Discutir de que forma os recursos fisioterapêuticos contribuem na reabilitação de mulheres pós mastectomizadas.	Revisão bibliográfica	Dentre os recursos fisioterapêuticos os mais utilizados destacam-se exercícios livres, alongamentos, massoterapia, mobilização cicatricial e pompagem, onde estes têm o intuito de reduzir os impactos das disfunções advindas da cirurgia que influencia diretamente na funcionalidade e a qualidade de vida da paciente pós mastectomizada.

GONÇALVES et al., 2020	Identificar as tecnologias em saúde na reabilitação física de mulheres que desenvolveram alterações no membro superior homolateral após a cirurgia para o câncer de mama;	Revisão sistematizada e exploratória.	A maioria dos estudos utilizaram as tecnologias leveduras, com destaque para os programas de exercícios, e a associação de diferentes tecnologias, de intensidade variadas, empregadas com bons resultados físicos. Além de atuarem no estímulo ao autocuidado e na orientação das mulheres quanto a autogestão das complicações, promovendo a autonomia.
CLARA; SARTORI; BASSO, 2019	Este trabalho visa enfatizar a atuação da fisioterapia no tratamento do câncer de mama através dos recursos fisioterápicos e as principais complicações no pós-operatório.	Revisão de literatura.	Através dos artigos científicos analisados, conclui-se que, é importante e indispensável à atuação do tratamento fisioterápico após mastectomia, através dos recursos fisioterápicos utilizados, como a cinesioterapia, os exercícios respiratórios, massagem, drenagem linfática e os enfaixamentos compressivos.
FRETTA et al., 2019	O objetivo deste estudo foi organizar as evidências científicas sobre os tratamentos de reabilitação para dor utilizados com mulheres após a cirurgia do câncer de mama.	Revisão sistemática.	A reabilitação demonstrou ser eficaz na melhora da dor em pacientes com CM. A partir desta revisão, foi notado que vários recursos, como terapia manual, exercícios de alongamento e fortalecimento muscular, mobilidade dos membros superiores, drenagem linfática e exercícios de Pilates trazem benefícios notáveis para mulheres com CM.

DO NASCIMENTO; MARINHO; COSTA, 2017	O presente estudo teve como objetivo apontar as principais ações do fisioterapeuta nos cuidados oncológicos e conhecer melhor alguns dos recursos fisioterapêuticos utilizados no controle da dor.	Revisão de literatura.	Conclui-se que a fisioterapia disponibiliza diversas técnicas, tais como a eletroterapia, cinesioterapia, termoterapia, crioterapia e entre outras que podem auxiliar no tratamento oncológico juntamente com o envolvimento de outros profissionais, visando o bem estar do paciente.
VIESSER; HELENA; ZANCAN, 2024	Sistematizar os resultados de ensaios clínicos randomizados sobre a intervenção fisioterapêutica na dor neuropática periférica induzida pelos tratamentos para o câncer de mama.	Revisão sistemática.	Destacam-se a necessidade e a importância de atualizações constantes quanto à fisiopatologia, aos protocolos e às intervenções com base em ensaios clínicos randomizados, bem como a avaliação da aderência e efeitos adversos para o embasamento consciente e criterioso das evidências atuais na tomada de decisões sobre o cuidado individual do paciente.
FERNANDA BRAZ et al., 2016.	Avaliar o efeito da fisioterapia na amplitude de movimento do ombro e na perimetria do membro superior, aplicada durante o período da radioterapia nas mulheres em tratamento para o câncer de mama.	Estudo clínico randomizado e controlado	O efeito da fisioterapia supervisionada na amplitude de movimento de ombro aplicada na vigência do tratamento radioterápico nas mulheres em tratamento de câncer de mama unilateral traz benefício às pacientes como o aumento da amplitude de movimento entre os membros nos movimentos de flexão, abdução e rotação externa.
SILVA et al., 2021	Esse estudo teve como objetivo analisar as produções científicas referente a atuação da fisioterapia nos cuidados paliativos em pacientes oncológicas.	Revisão integrativa com abordagem qualitativa	Considera-se que novas pesquisas devem ser realizadas nesta linha de investigação, a fim de provar a importância desses profissionais e a inserção de uma equipe

			multidisciplinar para uma melhor qualidade de vida para os clientes que se encontram em estágios avançados ou em fase terminal.
REGO et al., 2023	O objetivo desse estudo foi identificar e descrever a atuação do fisioterapeuta oncológico no contexto dos cuidados paliativos.	Revisão integrativa com abordagem qualitativa	Os resultados demonstram que a fisioterapia desempenha um papel fundamental nesses cuidados, uma vez que os pacientes frequentemente apresentam dor e problemas psicofísicos que afetam sua capacidade funcional. É igualmente importante a atuação de uma equipe multiprofissional, com um olhar humanizado em relação aos pacientes e familiares.

O diagnóstico precoce do câncer de mama é crucial para aumentar as chances de sucesso no tratamento. De acordo com Da Cruz et al. (2023), quando a doença é detectada nos estágios iniciais, as possibilidades de cura são maiores. Com esse intuito, a capacitação dos profissionais de saúde, incluindo fisioterapeutas, é de suma importância, para identificação de sinais precoces da doença, atuando de forma eficaz. O nódulo mamário fixo e indolor, tanto na mama quanto na axila, é uma das principais manifestações clínicas do câncer de mama. Outros sinais de alerta incluem alterações na pele da mama, como vermelhidão, abaulamentos ou retrações, que podem se assemelhar à textura de uma casca de laranja, além da presença de secreção anormal pelos mamilos e mudanças no formato do mamilo.

Campos et al. (2022) destaca em seu estudo a relevância de adotar um estilo de vida saudável para prevenir o câncer de mama, dando ênfase à alimentação balanceada, ao controle do peso, à redução do consumo de álcool e à prática regular de exercícios físicos (EF). A pesquisa científica aponta que mulheres que se exercitam regularmente têm uma redução de 10% a 25% no risco de desenvolver câncer de mama, quando comparadas àquelas menos ativas, recomenda-se também que adultos entre 18 e 64 anos, realizem entre 150 a 300 minutos de atividade física moderada por semana.

A prática de exercícios físicos é considerada segura em diferentes estágios do tratamento e traz benefícios como a melhora da qualidade de vida, da funcionalidade geral, além da diminuição de sintomas psicológicos relacionados à doença e aos seus tratamentos. A prática de exercícios aeróbicos durante a quimioterapia contribui para a melhoria da funcionalidade física. Após o tratamento, os exercícios físicos têm como propósito reabilitar o paciente e auxiliar no retorno às suas atividades diárias. A prática de atividades físicas deve ser supervisionada por um profissional de educação física ou fisioterapeuta, e os programas devem incluir exercícios aeróbicos, de

fortalecimento muscular e de mobilidade articular. Dessa forma, a fisioterapia exerce um papel importante na prevenção do câncer de mama. Profissionais de saúde bem treinados podem reconhecer precocemente as alterações mamárias e atuar para reduzir atrasos no diagnóstico e no início do tratamento (Campos et al., 2022).

A fisioterapia desempenha um papel essencial na recuperação da amplitude de movimento (ADM) e no desempenho funcional após cirurgias de câncer de mama, sendo as mais comuns a lumpectomia, quadrantectomia e mastectomia, que podem ser associadas à linfadenectomia axilar. Segundo o estudo de Etta et al. (2019), a limitação da ADM é a complicação mais comum após a cirurgia, afetando mais da metade das mulheres tanto no pós-operatório imediato quanto tardio. Essa limitação não apenas afeta a função do membro superior, mas também impacta na qualidade de vida, influenciando de forma negativa na realização de atividades diárias. A atuação da fisioterapia visa restaurar a mobilidade do membro superior e sua funcionalidade, através de intenções como mobilizações, alongamentos e exercícios resistidos. Além da limitação da ADM, outras complicações podem incluir retrações cicatriciais, fibrose, seroma, linfedema, fraqueza muscular, dor e alterações posturais. A reabilitação precoce por meio da fisioterapia é essencial para prevenir essas complicações e melhorar a qualidade de vida das mulheres que realizam a cirurgia de câncer de mama.

Já de acordo com o estudo de Sá, Costa, Conceição, Lima, da Cruz, de Brito, Reis. (2020) a fisioterapia utiliza-se de recursos como mobilização articular, alongamentos, cinesioterapia, drenagem linfática, enfaixamento funcional, eletroterapia e massoterapia, visando a redução de complicações ocasionadas pela intervenção cirúrgica. Sendo utilizadas técnicas de mobilização cicatricial para melhora de amplitude de movimento, devido a diminuição de aderências e alívio da sensibilidade. A liberação miofascial, que possibilita a diminuição do quadro algíco e otimiza a funcionalidade do membro superior acometido. A pompagem para promover o relaxamento das fáscias por meio de um alongamento lento e progressivo, para ganho de amplitude de movimento. A drenagem linfática, para melhora da circulação, retenção de líquidos, além de acelerar o processo de cicatrização. O enfaixamento compressivo, que é utilizado para incrementar os efeitos da drenagem linfática manual, prevenindo o acúmulo de fluidos após a drenagem. A massoterapia na diminuição do estresse e maior controle acerca dos espasmos musculares. Assim sendo, a fisioterapia obteve resultados positivos no tratamento de linfedema de membros superiores, sendo as técnicas manuais potencializadas quando utilizadas de forma conjunta.

A fisioterapia descongestiva complexa também foi uma estratégia apontada pelo estudo de Gonçalves et al., (2020), combinando técnicas de drenagem linfática manual, enfaixamento compressivo funcional e contenção elástica como método de tratamento intensivo para uma das principais complicações da cirurgia para o câncer de mama, o linfedema. No estudo, os exercícios também foram eficazes no tratamento e prevenção da depressão, proporcionando benefícios psicológicos significativos, se mostrando também uma das práticas mais eficazes na melhora da amplitude de movimentos, dor e perda de força muscular. É muito válido ressaltar que as técnicas podem e devem ser associadas durante o tratamento, além de serem incrementadas outras estratégias durante o processo de reabilitação, como as orientações pós-

operatória, o estímulo ao autocuidado e a orientação das mulheres sobre a autogestão das complicações pós-cirúrgicas, para promover autonomia, confiança e a retomada de seus papéis sociais.

Os recursos e técnicas fisioterapêuticas utilizados no tratamento incluem a cinesioterapia, que englobam alongamento, fortalecimento muscular e relaxamento. De acordo com Clara, Santori, Basso (2019), esses exercícios podem ser realizados de diversas maneiras, como passivas, ativo-assistidas, autopassiva e ativa contra a ação da gravidade. A acupuntura também é mencionada como um recurso fisioterapêutico utilizado no tratamento pós-operatório, embora seja pouco abordada na literatura, tem mostrado potencial para auxiliar na melhoria da amplitude de movimento do membro homolateral à cirurgia, essa técnica pode complementar outras intervenções fisioterapêuticas, contribuindo para uma abordagem mais eficaz. Nesse estudo também foram citadas intervenção através de drenagens linfáticas manuais, gerando melhora da circulação do sistema linfático, reduzindo o acúmulo de líquidos e o inchaço nos tecidos, o que contribui para o alívio do desconforto e melhora a mobilidade, sendo combinadas com técnicas de massagem, que promovem o relaxamento, devendo também serem associadas, ao enfaixamento compressivo, que provoca alterações na hemodinâmica nos níveis venoso, linfático e tissular. Os meios de intervenção devem ser selecionados de acordo com as necessidades e limitações de cada paciente, sendo cruciais no processo de reabilitação (Clara, Santori, Basso.,2019)

O tratamento do câncer de mama frequentemente causa incapacidade no membro homolateral à cirurgia, sendo a dor crônica uma consequência comum do tratamento. Diversos fatores contribuem para a diminuição da funcionalidade do membro superior, incluindo aspectos psicológicos e sociais, fraqueza muscular, redução da amplitude de movimento, a cirurgia realizada e dor. De acordo com Fretta et al., (2019), é importante notar que o aumento da amplitude de movimento está associado à diminuição da dor, sendo importante a recuperação funcional do membro para redução do quadro de dor.

Entre as intervenções terapêuticas, citadas no estudo se destaca o método Pilates, essa prática contribui para a recuperação funcional, ajudando na melhorar da flexibilidade, força muscular e mobilidade, também favorece o controle respiratório e o equilíbrio, elementos importantes na recuperação pós-cirúrgica e no alívio do estresse, no estudo de Fretta et al., (2019) a técnica se mostrou eficaz na melhora da ADM e na redução da dor. Se destacou também a drenagem linfática, ajudando a aliviar a dor muscular e a reduzir o linfedema. A reabilitação funcional, auxiliando na melhora da dor em pacientes com câncer de mama. Esta revisão também cita para o tratamento, a utilização de recursos como terapia manual, exercícios de alongamento e fortalecimento muscular, mobilização do membro superior, além de estarem diretamente ligadas a redução da dor, os recursos oferecem benefícios para a qualidade de vida das mulheres afetadas.

A fisioterapia na área oncológica tem como objetivo preservar, manter, desenvolver e restaurar a integridade, assim como prevenir os distúrbios causados pelo tratamento oncológico, sendo a dor um dos principais distúrbios limitadores. Os meios de tratamentos estão cada mais mais avançados e com inovações, visando proporcionar uma qualidade de vida para estes pacientes. De acordo com Viesser; Helena;

Zancam, et al. (2024) cada indivíduo utiliza o termo dor e classifica sua intensidade, a partir de suas experiências pessoais. Um dos recursos mais citados para auxiliar no controle da dor é a estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS), sendo uma técnica não invasiva utilizada para aliviar a dor, agindo através de impulsos elétricos que estimulam os nervos, bloqueando a transmissão dos sinais de dor para o cérebro e promovendo a liberação de endorfinas, que ajudam no controle de dores musculares e neuropáticas, comuns após cirurgias e tratamentos, sendo muito utilizada para o controle da dor aguda e crônica.

A termoterapia, que consiste na aplicação ou retirada de calor corporal para promover o alívio do espasmo muscular. A crioterapia, que é realizada através da utilização do frio e pode ser utilizada em disfunções musculoesqueléticas, traumáticas, inflamatórias incluindo processos agudos. A massagem terapêutica, que contribui para o controle de sintomas neuropáticos. A cinesioterapia, que auxilia na restauração e na melhora do desempenho funcional das áreas acometidas, desenvolvendo a propriocepção e a amplitude de movimento com redução do trofismo muscular, prevenindo a imobilidade no leito. Também é de suma importância realizar orientações específicas aos pacientes, cuidadores e familiares. Observa-se que a fisioterapia disponibiliza diversas técnicas que visam o bem estar do paciente e a redução do quase de dor. (Viesser; Helena; Zancam, et al., 2024)

A radioterapia (RT) pós-operatória, embora eficaz na eliminação das células cancerosas, pode gerar complicações, pois também destrói os tecidos saudáveis na região irradiada. Fernanda Braz et al. (2016) ressalta que a radioterapia está associada a redução da ADM e da força muscular, além de contribuir para o desenvolvimento de fibrose na parede torácica e dificultar a regeneração dos vasos linfáticos. O estudo enfatiza que o surgimento do linfedema está relacionado a diversos fatores, como cirurgias radicais, extensão da dissecação axilar e a aplicação da radioterapia, porém, a insuficiência linfática pré-existente, seja de origem genética ou traumática, também pode contribuir para o desenvolvimento dessa condição. Entre as principais intervenções fisioterapêuticas utilizadas no estudo, foram citados os exercícios ativos livres, para prevenção de contraturas, promovendo um retorno mais rápido às atividades. A cinesioterapia supervisionada, para a recuperação da ADM do ombro entre os membros homolateral e contralateral à cirurgia. Mulheres que realizaram fisioterapia durante a RT tiveram uma melhora considerável na ADM de ombro, enquanto aquelas que não receberam a intervenção apresentaram piora nos movimentos de flexão e abdução. Tornando evidente que a fisioterapia proporciona benefícios às pacientes em tratamento radioterápico, principalmente na recuperação da ADM do ombro. É recomendado, que a prática fisioterapêutica seja incentivada e aplicada durante o período da RT, tanto para prevenir como para tratar complicações.

Nos cuidados paliativos, a fisioterapia desempenha um papel fundamental ao reduzir o sofrimento dos pacientes e evitar o surgimento de novas complicações. O objetivo principal é proporcionar conforto e melhorar a qualidade de vida, além de apoiar suas famílias, que também enfrentam dificuldades ao longo do processo de tratamento. No estudo de Silva et al. (2021) cita que as técnicas de fisioterapia devem ser aplicadas em colaboração com outros profissionais da saúde, atuando através da eletroterapia, cinesioterapia, termoterapia e crioterapia. Quando integradas, essas abordagens promovem um tratamento mais eficaz, oferecendo uma assistência mais completa e

humanizada, também é essencial que o fisioterapeuta ajuste as intervenções de acordo com a necessidade do paciente, considerando tanto aspectos fisiológicos quanto éticos, vale ressaltar que pacientes com câncer enfrentam não apenas os desafios físicos da doença, mas também mudanças psicológicas e sociais significativas, além de alterações devido aos tratamentos medicamentosos que podem gerar vulnerabilidade. A atuação do fisioterapeuta nessa fase é essencial para diminuir dores, traumas e sequelas associadas à doença e aos tratamentos.

De acordo com estudo de Rego et al.(2023), os cuidados paliativos são compostos por diversas técnicas cujo objetivo é melhorar a qualidade de vida dos pacientes, prevenindo e aliviando o sofrimento durante o tratamento. Pacientes com câncer em estágio avançado costumam apresentar sintomas tanto físicos quanto emocionais, como fadiga, dor, fraqueza, insônia, perda de apetite, além de ansiedade e depressão. Nesse contexto, a fisioterapia busca atender às necessidades específicas de cada paciente, com o objetivo de controlar a dor, reduzir o linfedema e aliviar dificuldades respiratórias, oferecendo também orientações aos familiares, visando um tratamento mais acolhedor. Utilizando de técnicas, como eletroterapia, drenagem linfática e cinesioterapia, exercícios aeróbicos, atividades de equilíbrio e resistência. A cinesioterapia e a mobilização precoce são estratégias que ajudam a aliviar a dor oncológica e a reduzir os efeitos da progressão da doença, promovendo melhora funcional. Os exercícios prescritos em cuidados paliativos devem ser ajustados conforme as condições de cada paciente, priorizando a manutenção das funções, ao invés de focar na evolução física.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A fisioterapia é essencial no tratamento do câncer de mama, atuando em todas as fases do cuidado. Durante procedimentos como cirurgia, quimioterapia, radioterapia e terapias hormonais, a fisioterapia foca na recuperação da mobilidade e funcionalidade dos pacientes, especialmente no período pós-operatório. Além disso, contribui para o alívio dos efeitos colaterais dos tratamentos, melhorando a qualidade de vida das pacientes durante todo processo de tratamento. Nos cuidados paliativos, a fisioterapia visa proporcionar conforto e alívio da dor, além de prevenir novas complicações, com isso, também ajuda na recuperação emocional dos pacientes, prevenindo o desenvolvimento de quadros de depressão.

Diversas técnicas fisioterapêuticas são utilizadas nos estudos como cinesioterapia, mobilizações, alongamentos, drenagem linfática associada ao enfaixamento compressivo, eletroestimulação e exercícios específicos. Estudos demonstram a eficácia dessas abordagens na redução da dor, controle do linfedema e melhora das limitações funcionais. A atuação do fisioterapeuta em conjunto com uma equipe multidisciplinar é fundamental para que o plano de tratamento seja adequado às necessidades e limitações de cada paciente. O estudo ressalta a importância de personalizar o tratamento de acordo com as características individuais e o estágio da doença, além de destacar a necessidade contínua de pesquisa e atualização na área da reabilitação oncológica.

AGRADECIMENTOS

Quero agradecer, de coração, à minha avó Dilcelia, que sempre esteve ao meu lado e é uma das pessoas mais importantes da minha vida. Além de me apoiar e fazer parte da minha criação, ela me ensinou sobre força e determinação, mesmo lutando contra o câncer aos seus oitenta anos, ela nunca perdeu a coragem e alegria. Sua presença, carinho e apoio foram fundamentais em todos os momentos, sem ela nada disso seria possível. Dedico este TCC a ela, com todo o amor e gratidão.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, M. dos S. B. et al. Os Benefícios dos Exercícios Físicos no Câncer de Mama. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 119, n. 6, p. 981–990, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abc/a/GfvyKv4BFDDqnvQJgC4BJB>. Acesso em: 18 jun. 2024.

CANUTO, L. T.; OLIVEIRA, A. A. S. DE. MÉTODOS DE REVISÃO BIBLIOGRÁFICA NOS ESTUDOS CIENTÍFICOS. **Psicologia em Revista**, v. 26, n. 1, p. 83–102, 13 abr. 2020. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid. Acesso em: 23 jun. 2024.

CLARA, A.; SARTORI, N.; BASSO, CLARA, A.; SARTORI, N.; BASSO, C. **CÂNCER DE MAMA: UMA BREVE REVISÃO DE LITERATURA¹** Breast cancer: a brief review of the literature. Disponível em: https://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/161_742.pdf. Acesso em: 30 ago. 2024.

CRUZ, I. L. da et al. Câncer de mama em mulheres no Brasil: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento: uma revisão narrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 2, p. 7579–7589, 15 fev. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv9n2-096>. Acesso em: 15 abr. 2024.

DO NASCIMENTO, Í. M. B.; MARINHO, C. L. F.; COSTA, R. de O. A contribuição da fisioterapia nos cuidados em pacientes com dor oncológica. **Revista Uningá**, v. 54, n. 1, 20 dez. 2017. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/21>. Acesso em: 30 jul. 2024.

FARIA, L. As práticas do cuidar na oncologia: a experiência da fisioterapia em pacientes com câncer de mama. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, v. 17, n. suppl 1, p. 69–87, jul. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/hcsm/a/45chVmvcvLWKyQH5kHymDHn/#>. Acesso em: 22 abr. 2024.

FERNANDA BRAZ, N. et al. **Artículo Original**. Terapia física supervisionada em mulheres tratadas com radioterapia devido a câncer de mama, 15 dez. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/jdprXdDcSCSh5YRfHKvKfYJ/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 03 ago. 2024.

FORMENTINI VIESSER, J. et al. Fisioterapia na Dor após Tratamento do Câncer de Mama Modalidades Fisioterapêuticas no Manejo da Dor Neuropática Induzida pelo Tratamento do Câncer de Mama: **Revisão da Literatura**. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/index.php/revista/article/view/4392>. Acesso em: 27 jul. 2024.

FRETTA, T. de B. et al. Pain rehabilitation treatment for women with breast cancer. **Brazilian Journal Of Pain**, v. 2, n. 3, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/brjp/a/PzZH8zkJnZV4Fb4QMcdDrcS/?lang=pt>. Acesso em: 27 ago. 2024.

GONÇALVES, M. L. et al. Tecnologias em saúde aplicadas na reabilitação de mulheres com câncer de mama: scoping review. **Acta Fisiátrica**, v. 27, n. 1, 5 nov. 2020. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/168763>. Acesso em: 30 maio 2024.

INCA - Instituto Nacional de Câncer. **Estatísticas de câncer**. Publicado em 23 jun. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/cancer/numeros>. Acesso em: 27 abr. 2024.

MUNARETTO, J. **Como atua o fisioterapeuta oncológico?**, 2016. Disponível em: <http://fisioterapia.com/como-atua-ofisioterapeuta-oncologico/>. Acesso em: 20 mai. 2024.

OLIVEIRA, Ana Paula. Efeitos adversos do tratamento oncológico: **guia prático do fisioterapeuta**. Ilustração de Aline Queiroz. São Paulo: Editora Qualifica Mais Treinamentos, 2022. (Coleção Oncologia Descomplicada; 1).

PAIVA, K. M. de et al. Incidência de câncer nas regiões brasileiras e suas associações às políticas de saúde. **Saúde e pesquisa**, v. 14, n. 3, p. 533–542, 11 jun. 2021. Disponível em: <https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/7969>. Acesso em: 11 abr. 2024.

REGO, S. et al. Fisioterapeuta oncológico nos cuidados paliativos. **Cadernos ESP**, v. 17, n. 1, p. e1113–e1113, 9 ago. 2023. Disponível em: <https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/1113>. Acesso em: 27 ago. 2024.

RETT, M. T. et al. Physiotherapeutic approach and functional performance after breast cancer surgery. **Fisioterapia em Movimento**, v. 30, p. 493–500, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fm/a/3YvpKWHbNRSkQHYvRCZTzRC/abstract/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 15 ago. 2024.

SÁ, L. T. dos S.; COSTA, C. L. de A.; CONCEIÇÃO, M. S. da; LIMA, M. O.; CRUZ, C. B. da; BRITO, R. S. de; REIS, L. de J. Os recursos fisioterapêuticos na reabilitação de mulheres pós mastectomizadas. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 44, p. e2788, 26 mar. 2020. Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/2788>. Acesso em: 28 abr. 2024.

SILVA, R. J. F. et al. Atuação da fisioterapia nos cuidados paliativos em pacientes oncológicos: Uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, p. e50610615914, 8 jun. 2021. Disponível em:
<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/15914/14342/206030>. Acesso em: 03 jul. 2024.