

A FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE MAMA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Karla Amanda Davi de Castro¹

Rafaela Martins Lima²

Paula Pessoa de Brito³

Lahra Luna Ehrich Pontes

INTRODUÇÃO: De acordo com o Ministério da Saúde, o câncer de mama é o tipo de câncer mais comum presente entre as mulheres no mundo e no Brasil, representando aproximadamente 28% dos casos novos de câncer em mulheres. O câncer de mama também acomete nos homens, mas é raro, representando apenas 1% do total de casos.

O câncer de mama é uma doença causada pelas multiplicações desordenadas das células anormais da mama. Segundo o Instituto Nacional de Câncer - INCA, o câncer é um termo que abrange mais de 100 tipos de doenças malignas que têm em comum o crescimento desordenado de células pode danificar tecidos vizinhos ou causar danos.

De acordo com o Ministério da Saúde, os sinais e sintomas são: presença de nódulos na região das mamas, axilas ou no pescoço que geralmente é indolor, pele avermelha e alterações no formato e/ou tamanho do mamilo. Ao apresentar uma dessas alterações ou sempre que observar algo diferente nessa região, é de grande importância que seja feito o auto exame e exames de imagem, além de procurar ajuda médica para confirmar ou descartar o diagnóstico de câncer.

A cirurgia é o tratamento fundamental, e as terapias complementares como quimioterapia, radioterapia, terapia hormonal e imunoterapia ajudam a diminuir as chances de retorno do câncer de mama e a mortalidade associada a essa condição.

Dessa forma, a Fisioterapia se destaca por estar intimamente ligada ao pré e pós operatório. Quando iniciada precocemente, é notório um grande progresso na prevenção de sequelas, melhorando a funcionalidade e, sobretudo, a qualidade de vida. Segundo Nascimento, Marinho e Costa (2018), o tratamento Fisioterapêutico pode ser feito por meio da eletroterapia e cinesioterapia juntamente com a equipe multidisciplinar visando o bem-estar do paciente.

OBJETIVO: Relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de Fisioterapia da UNIATENEU, em uma das atividades exitosas do Estágio Ambulatorial no Projeto Qualivida sobre a importância do conhecimento e prevenção do câncer de mama.

MATERIAL E MÉTODO: Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa do tipo relato de experiência, realizados por acadêmicos de Fisioterapia com uma das atividades de prática exitosas do Estágio Ambulatorial, no dia 18 de Outubro de 2024 no Projeto Qualivida, localizado no bairro Lagoa Redonda, Fortaleza-CE.

A ação foi realizada com alunos da hidroterapia, sendo um total de 21 participantes, 19 eram do sexo feminino e apenas 02 do sexo masculino. Foi realizado uma palestra com imagens explicativas sendo repassadas através de slides utilizando uma apresentação em PowerPoint (Figura 01, 02 e 03), contendo informações como: o que é o outubro rosa, o que é o câncer de mama, fatores de risco, sinais e sintomas, como é feito o diagnóstico e o tratamento do câncer de mama, quais as formas de prevenção, onde foi dado ênfase na importância do autoexame e como realiza-lo, além dos tipos de tratamentos. A ação foi finalizada com uma roda de conversa onde foram relatados casos, experiências, tirado dúvidas, e realizado perguntas para estimular a participação e identificar o conhecimento dos mesmos.



Figura 01



Figura 02



Figura 03

RESULTADOS: Durante a palestra com os alunos da hidroterapia, percebeu-se que dois participantes do sexo masculino desconheciam que a condição também afeta homens, embora em menor proporção.

Ao questionar sobre a experiência com o câncer de mama, constatou-se que nenhum dos presentes haviam sido diagnosticados com a doença. No entanto, muitos relataram conhecer pessoas que já haviam enfrentado ou estavam enfrentando a doença. Uma participante informou sobre a presença de um nódulo benigno e a realização de exames regulares para monitoramento.

Em relação ao autoexame, apenas 8 das 19 mulheres presentes relataram realizar, porém as demais procuravam fazer a prevenção no ginecologista. Diante desse cenário, ao final da palestra, foi realizada uma demonstração prática do autoexame, ensinando e incentivando os participantes a incorporarem esse hábito em suas rotinas de cuidado com a saúde.

CONCLUSÃO: Concluiu-se que a prevenção do câncer de mama é um tema de extrema importância e que precisa ser abordado com maior frequência, uma vez que muitas mulheres não têm acesso a informações atualizadas. Essa falta de conhecimento dificulta principalmente a prática regular do autoexame que é um hábito fundamental para a detecção precoce da doença. Diante disso, é fundamental que as políticas públicas, em parceria principalmente com as Unidades Básicas de Saúde (UBS), implementem campanhas intensivas de prevenção ao câncer de mama ao longo de todo o ano, e não apenas no mês de outubro, campanhas contínuas de prevenção que devem incluir palestras educativas, distribuição de materiais informativos, realização de exames periódicos preventivos gratuitos garantindo assim o acesso igual para todos.

REFERÊNCIAS:

NASCIMENTO, A. S. et al. **PRINCIPAIS TRATAMENTOS UTILIZADOS NO COMBATE AO CÂNCER DE MAMA: UMA REVISÃO DE LITERATURA.** Arquivos do Museu Dinâmico Interdisciplinar, v. 23, n. 3, p. 201–219, 18 dez. 2019.

NASCIMENTO, I. M. B., MARINHO, C. L. F., & COSTA, R. O. (2017). **A CONTRIBUIÇÃO DA FISIOTERAPIA NOS CUIDADOS EM PACIENTES COM DOR ONCOLÓGICA.** Rev. UNINGÁ, 54 (1), 1-7.

TOMAZ, J. E. T. et al. **CÂNCER DE MAMA: A ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA ONCOLÓGICO.** Revista Científica Rumos da inFormação, v. 3, n. 1, p. 88–99, 29 jul. 2022.