

INFLUÊNCIA DA FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO DO RISCO DE SARCOPENIA EM PACIENTES COM CÂNCER DE MAMA

Sabrina da Conceição Rebuli¹

Daniel Peixoto Rodrigues²

Vinicius da Silva Freitas³

O câncer de mama configura-se como uma das neoplasias de maior incidência entre as mulheres no Brasil e no mundo, representando importante problema de saúde pública em razão de sua elevada prevalência e dos impactos físicos, funcionais, emocionais e sociais decorrentes da doença e de seu tratamento. As modalidades terapêuticas, incluindo cirurgia, quimioterapia, radioterapia e hormonioterapia, têm contribuído significativamente para o aumento da sobrevida; entretanto, frequentemente estão associadas a efeitos adversos, como fadiga, redução da capacidade funcional, diminuição da força muscular e alterações na composição corporal. Nesse contexto, destaca-se a sarcopenia, caracterizada pela perda progressiva de massa muscular esquelética, força e desempenho físico, condição que pode ser agravada tanto pelo processo neoplásico quanto pelos efeitos do tratamento oncológico. A presença de sarcopenia está associada a pior prognóstico clínico, maior risco de complicações, aumento da toxicidade terapêutica, redução da tolerância aos tratamentos, prolongamento da recuperação funcional e comprometimento da qualidade de vida. Diante desse cenário, a fisioterapia oncológica destaca-se como estratégia essencial na prevenção e no manejo dessa condição, por meio da prescrição de exercícios terapêuticos e de intervenções voltadas à manutenção da funcionalidade. O presente estudo teve como objetivo analisar a influência da fisioterapia na prevenção do risco de sarcopenia em mulheres com câncer de mama, considerando seus efeitos sobre a preservação da massa muscular, da força e da capacidade funcional durante o tratamento oncológico. Trata-se de um estudo descritivo, fundamentado em evidências científicas

¹. Acadêmico(a) de Fisioterapia da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim/ES. sallessabrina1@gmail.com.

² Docente da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim/ES. Especialista em Fisioterapia Pediátrica Funcional pela Universidade Castelo Branco. danielucp@hotmail.com. <https://orcid.org/0009-0009-5199-2146>.

³Docente da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim/ES. Doutor em Ciências da Reabilitação pelo Centro Universitário Augusto Motta (UNISUAM) e Doutor em Educação pela Universidade Estácio de Sá (UNESA). viniciuscarvalho34@hotmail.com. <https://orcid.org/0000-0003-2920-3998>.

relacionadas à fisioterapia oncológica e à sarcopenia, contemplando pesquisas que investigaram intervenções fisioterapêuticas, especialmente programas de exercícios resistidos, treinamento aeróbico e protocolos combinados, aplicados durante ou após o tratamento do câncer de mama. A análise concentrou-se nos desfechos referentes à composição corporal, força muscular, desempenho funcional e qualidade de vida. Os estudos analisados demonstram que o treinamento resistido promove preservação e aumento da massa muscular, além de ganhos significativos de força, enquanto o treinamento aeróbico favorece a melhora da capacidade cardiorrespiratória, reduz os níveis de fadiga e auxilia no controle do peso corporal. Protocolos que combinam exercícios resistidos e aeróbicos apresentam benefícios ainda mais expressivos, proporcionando melhora global da funcionalidade, da autonomia e da capacidade para realização das atividades de vida diária. Evidencia-se, ainda, que a fisioterapia desempenha papel fundamental na identificação precoce do risco de sarcopenia por meio da utilização de instrumentos de avaliação, como testes de força de preensão palmar, perimetria corporal e testes funcionais, incluindo os testes de sentar e levantar e de caminhada. Com base nessa avaliação, torna-se possível elaborar programas terapêuticos individualizados, considerando as limitações impostas pelo tratamento oncológico, como dor, linfedema, fadiga intensa e redução da tolerância ao exercício. Além disso, a literatura aponta que mulheres fisicamente ativas apresentam melhor tolerância às terapias antineoplásicas, menor ocorrência de interrupções do tratamento e melhores indicadores de funcionalidade e qualidade de vida. Apesar dos resultados favoráveis, os estudos ressaltam a necessidade de ampliação das pesquisas que investiguem protocolos fisioterapêuticos específicos para prevenção e manejo da sarcopenia em pacientes oncológicas. Conclui-se que a fisioterapia exerce papel relevante na prevenção do risco de sarcopenia em mulheres com câncer de mama, especialmente por meio da implementação precoce de programas estruturados de exercícios resistidos e aeróbicos, contribuindo para a preservação da massa muscular, da força, da funcionalidade e da qualidade de vida. Dessa forma, sua inserção como componente permanente da equipe multiprofissional em oncologia mostra-se essencial para promover assistência integral, otimizar os desfechos clínicos e favorecer a recuperação funcional durante e após o tratamento.

Palavras-chaves: Neoplasia; fisioterapia; prevenção; sarcopenia.

Área Temática: Fisioterapia