

EFEITOS DA TERAPIA FÍSICA COMPLEXA NO TRATAMENTO DO LINFEDEMA EM MULHERES SUBMETIDAS A MASTECTOMIA RADICAL

Lohanna Silva Carvalho¹, **Glaciety Sena Carneiro**², **Hellyangela Bertalha Blascovich**³

¹ Discente do Curso de Bacharelado em Fisioterapia, Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão, (lohannasilvacarvalho@gmail.com)

² Discente do Curso de Bacharelado em Fisioterapia, Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão, (glaciety@hotmail.com)

³ Docente do Curso de Bacharelado em Fisioterapia, Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão, (hellybertalha@hotmail.com)

Resumo

O linfedema constitui complicações da mastectomia, e é caracterizado por condição crônica de acúmulo de líquido no interstício. A Terapia Física Complexa é padrão ouro no tratamento do linfedema, sendo composta por duas fases: tratamento e manutenção. **Objetivo:** Expor os principais achados na literatura acerca dos potenciais efeitos da terapia física complexa no tratamento do linfedema em mulheres submetidas a mastectomia radical. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura integrativa, onde foram utilizadas como descritores as palavras: terapia física, mastectomia, linfedema. As buscas foram realizadas nas seguintes bases de dados: PubMed, Medline, Scielo e Google acadêmico. Com os critérios de inclusão foram inseridos os artigos originais nas línguas inglês e português, publicados entre os anos de 2011 a 2021. **Resultados:** foram incluídos 7 artigos. O ano de publicação variou de 2011 a 2021, no qual os estudos analisados tratavam-se de ensaios randomizados, controlado e piloto, revisão sistemática e relato de caso. A literatura analisada para compor a revisão aponta que a Terapia física complexa contribuiu para melhora de diversos aspectos do linfedema pós mastectomizada, tais como: a diminuição da dor, sensação de peso e tensão muscular, volume, aumento da amplitude de movimento e qualidade de vida. **Conclusão:** A TFC é um conjunto de técnicas eficaz para melhorar o estado de saúde de mulheres com linfedema, repercutindo na qualidade de vida.

Palavras-chave: Terapia Física; Mastectomia; Linfedema.

Área Temática: Tema Livre.

Modalidade: Resumo Expandido.

1 INTRODUÇÃO

O câncer de mama é a doença mais acometida na população feminina brasileira, exceto os tumores de pele não melanoma. Em 2020 - 2022, os números estimados de novos casos são de 66 mil, tendo maior incidência em mulheres com idades mais avançadas. Com isso, alguns fatores de risco contribuem com o crescimento desordenado das células neoplásicas como: idade, reposição hormonal, histórico familiar, alimentação, exposição à radiação ionizante e densidade mamária aumentada, sendo o principal tratamento através de radioterapia (INCA, 2020; BERNARDES et al., 2019).

O tratamento dessa doença segundo Lima et al., (2020), se dá por intervenções locais cirúrgicas conservadoras como: a mastectomia e radioterapia; ou sistêmica como: a quimioterapia ou hormonioterapia. A mastectomia é o tratamento mais utilizado no câncer de mama, o procedimento da retirada parcial ou total da glândula mamária causando mudanças funcionais, psicológicas e emocionais na vida da mulher. Já o linfedema, por ser uma consequência pós cirúrgica, é caracterizada pelo acúmulo de líquido no interstício, de condição crônica que pode ocorrer nas mulheres após a mastectomia, dependendo do tipo de técnica utilizada (PEREIRA et al., 2019; CAMBUY et al., 2020).

Além disso, o linfedema pode variar dependendo do grau, podendo resultar em deformidade estética com perda de capacidade funcional, desconforto físico e sofrimento psicológico. Portanto, o grau I é perceptível a palpação e reversível com a elevação da extremidade superior; o grau II é irreversível com o repouso prolongado, apresenta edema, na qual, se torna fibrótico e firme a palpação; e o grau III que é irreversível com o repouso prolongado apresentando equimose de pele e endurecimento cartilaginoso (LUZ, 2011; PAZ et al., 2016).

Por outro lado, dentre as opções de tratamento, a Terapia Física Complexa (TFC), vem sendo considerada para o tratamento do linfedema como padrão ouro; e consiste na combinação das técnicas de drenagem linfática manual (DLM), cinesioterapia, enfaixamento e orientações de cuidados e higiene dos membros. Apesar dos poucos estudos, a TFC vem se destacando pelos resultados positivos na redução do linfedema, entretanto, há pouca qualificação profissional na área e o alto custo dos materiais, como a bandagem e faixas (SOARES et al., 2016).

A técnica é composta por duas fases: tratamento e manutenção. Na primeira fase, é conduzido a linfa por drenagem; em seguida, a cinesioterapia para mobilizar a linfa, terminando assim com a hidratação da pele e iniciando o enfaixamento de compressão com a bandagem para o carreamento e absorção da linfa. Já na segunda fase, são utilizados os exercícios, a

compressão com diferentes faixas elásticas e o cuidado com a pele (BRANDÃO et al., 2020).

Diante disso, o presente estudo foi desenvolvido com o objetivo de reunir evidências da literatura acerca dos efeitos da terapia física complexa no tratamento do linfedema em mulheres submetidas a mastectomia radical.

2 MÉTODO

Foi realizada uma revisão de literatura integrativa, nas principais bases de dados eletrônicas, nacionais e internacionais, sendo: PubMed, Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Google Acadêmico, utilizando os seguintes descritores em português: terapia física, mastectomia, linfedema; e as correspondentes em inglês: physical therapy, mastectomy, lymphedema.

A busca foi realizada no período de agosto de 2020 a janeiro de 2021. Para alcançar os objetivos da pesquisa, os critérios de inclusão foram: artigos científicos publicados entre os anos de 2011 a 2021; publicados na língua portuguesa e inglesa; estudos randomizados, prospectivo, piloto e ensaio controle, população-alvo composta por indivíduos, do sexo feminino, independente de faixa etária; e que abordassem o tema. Como critérios de exclusão foram: artigos incompletos ou duplicados.

A princípio, foram identificados 83 artigos nas bases de dados e posteriormente após a análise, foram excluídos N=35 após leitura do resumo por não abordarem a terapia física complexa, resultando em N=45 artigos para serem analisados após a leitura completa do estudo, nisso, foram descartados mais 38 artigos por não apresentar o texto completo, por abordar a técnica em outro tipo de câncer, por não abordar a TFC, discorrer sobre linfedema em idosos sem a técnica e por não aplicar o método no câncer de mama. Por fim, foram selecionados 7 artigos para a composição dessa pesquisa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos estudos incluídos nesta revisão, 2 tratava-se de ensaio clínicos randomizado; 1 ensaio clínico controlado; 1 ensaio piloto; 1 relato de caso e 1 revisão sistemática da literatura e 1 prospectivo. Todos dos estudos tiveram como o mesmo objetivo principal a avaliação a diminuição do linfedema em mulheres mastectomizadas, tendo como outras variáveis analisadas: a amplitude de movimento, nível de dor, força muscular (FM), qualidade de vida.

Em relação a intervenção do estudo, todos abordaram a TFC, sendo este aplicado, na maioria dos estudos, em sessões com duração de 30 a 60 minutos, com frequência de 2 a 3

vezes por semanas. Os programas de intervenção apresentavam número de sessões mínima de 2 e máxima de 7, sendo realizadas num prazo de 2 a 7 semanas.

Luz et al., (2018) avaliou a TFC de forma isolada e associada a força muscular duas vezes por semana por oito semanas, a TFC associada mostrou-se ganho de ADM em todos os movimentos do braço, diminuição do volume edematoso e ganho de FM, na TFC sozinha foi possível observar diminuição do edema e não houve ganho de ADM para rotação interna de ombro. No estudo de Leal et al., (2011) associou a TFC a EAV duas vezes por semana durante sete semanas e observou diminuição da volumetria -42%, e a relação perimétrica avaliando a volumetria 115,77ml.

No estudo de Fabro et al., (2018) foi abordado o efeito da TFC pré e pós tratamento de mastectomia, o tratamento teve como resultado o aumento da ADM, diminuição do linfedema e da dor. Da mesma forma, Randhee et al., (2011) abordou o tratamento pós mastectomia, tendo redução do edema de 32,3% e redução de 42% do excesso por medida e volumetria.

Foi observado que houve não somente melhora na qualidade de vida, mas em outras variáveis, tais como: diminuição da dor, sensação de peso e tenção, edema, melhora da ADM e aumento da FM.

Foi defendido por Bergmann et al., (2021), que a drenagem linfática manual é uma técnica de manobras lentas e rítmicas, precisas, suave obedecendo o sentido do sistema linfático, fazendo assim com que melhore a absorção do líquido do interstício, aja contratilidade nos coletores linfáticos, fazendo com que aumente a quantidade de líquido retornando ao sistema venoso. A DLM reduz a ansiedade, dor, náusea e melhora na qualidade de vida.

Contudo, o objetivo da TFC é a redução e controle do linfedema, redução de agravos e complicações, incapacidade funcional, que consequentemente diminui o estresse, dor, sensação de peso, melhora a mobilidade, qualidade de vida e autoestima (NOGUEIRA, 2020).

4 CONCLUSÃO

Apesar do linfedema pós-mastectomia ser uma condição crônica, os estudos apontaram que a Terapia Física Complexa apresenta efeitos no controle e/ou redução desta complicação. Os estudos encontrados têm como potenciais efeitos da terapia física complexa a redução do linfedema e da dor, além de melhorar a mobilidade, força muscular, no processo cicatricial e melhora na qualidade de vida social e sexual de mulheres com linfedema pós mastectomia. Este estudo apresenta algumas limitações a escassez de estudos que abordem o tema, e devido a sua relevância, sugerimos que novos estudos devam a ser desenvolvidos.

REFERÊNCIAS

- BERGMANN, A., Baiocchi, J. M. T., de Almeida Rizzi, S. K. L., & Allende, R. G. M. Drenagem Linfática Manual em Pacientes Oncológicos: Quais as Evidências Científicas e as Recomendações Clínicas?. **Rev Bras de Cancerol**, 2021.
- BERNADES, N. B., de Sá, A.C. F., de Souza Facioli, L., Ferreira, M. L., de Sá, O. R., & de Moura Costa, R. Câncer de mama X Diagnostico. ID on line Ver de Pscol, 2019.
- BOING, L., Araujo, C. D. C. R. D., Pereira, G. S., Moratelli, J., Benneti, M., Borgatto, A. F., ... & Guimarães, A. C. D. A. Tempo sentado, imagem corporal e qualidade de vida em mulheres após a cirurgia do câncer de mama. **Revis Brasil de Medic do Esport**, 2017.
- BRANDÃO, M. L., Soares, H. P. D. S., Andrade, M. D. A., Faria, A. L. S. D. C., & Pires, R. S. Eficácia da terapia complexa descongestiva para linfedema nos membros inferiores: revisão sistemática. **Jornal Vascular Brasileiro**, 2020.
- CAMBUIY, K. S., Menezes, G. Q., Dos Santos, K. M., Da Silva, K. M. S., do Nascimento Penha, R. S., Allian, I. F., ... & Segati, K. D. F. Procedimentos fisioterapêuticos em pacientes com linfedema pós-mastectomia-revisão sistemática. **Anais da Mostra Acadêmica do Curso de Fisioterapia**, 2020.
- FABRO, E. A. N., de Araujo Lou, M. B., Macedo, F. O., Reinoso, T. S., Millen, E. C., & Costa, R. M. Abordagem Fisioterapêutica de uma Paciente com Linfedema de Membro Superior Prévio à cirurgia para Câncer de Mama: Relato de caso. **Revis Bras de Cancerol**, 2018.
- Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Estimativa 2020: incidência de câncer no Brasil / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. – Rio de Janeiro: **INCA**, 2019.
- LEAL, N. F. B. D. S., Dias, L. A. R., Carrara, H. H. A., & Ferreira, C. H. J. **Linfedema pós-câncer de mama**: comparação de duas técnicas fisioterapêuticas-estudo piloto. **Fisiot em Movim**, 2011.
- LIMA, C. G., de Lacerda, G. M., de Beltrão, I. C. S. L., de Araújo Alves, D., & Albuquerque, G. A. Impacto do Diagnóstico e do Tratamento do Câncer de Mama em Mulheres Mastectomizadas. **Ensaio e Ciência C Biológicas Agrárias e da Saúde**, 2020.
- LUZ, R. P.C., Haddad, C. A. S., de Almeida Rizzi, S. K. L., Elias, S., Nazario, A.C. P., & Facina, G. Fisioterapia de terapia complexa sozinha ou associada ao fortalecimento de exercícios em pacientes com linfedema após o tratamento do câncer de mama: um ensaio clínico controlado. **Revis Asiát do Pacíf de prev do cânc: APJCP**, 2018.
- NOGUEIRA, P. P. **Programa de intervenção de fisioterapia com dança para mulheres mastectomizadas sobreviventes de cancro da mama** (Doctoral dissertation, Instituto Politécnico de Lisboa, Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa), 2020.

PEREIRA, A. P. V. M., Molina, M. A., Furtado, L. F. T., de Ferreira Santos, G. R., & Luz, T. D. F. N. Mastectomia e mamoplastia na vida das mulheres com câncer de mama. **Cadernos da Medicina-UNIFESO**, 2019.

RANDHEER, S., Kadambari, D., Srinivasan, K., Bhuvaneswari, V., Bhanumathy, M., & Salaja, R. Comprehensive decongestive therapy in postmastectomy lymphedema: an Indian perspective. **Indian journal of câncer**, 2011.

SOARES, H. P. D. S., Rocha, A., Aguiar-Santos, A. M., Santos, B. D. S., Melo, C. M. L. D., & Andrade, M. D. A. Terapia complexa descongestiva com uso de material alternativo na redução e controle do linfedema em pacientes de área endêmica de filariose: um ensaio clínico. **Fisio e pesq**, 2016.