



Exercício físico em pacientes diagnosticadas com câncer de mama: uma revisão não sistemática

Herbert Kleyton Pereira da Fonseca¹

Carla Jeane Aguiar²

Instituto Metodista Izabela Hendrix

Resumo:

Introdução: No Brasil e no mundo o câncer de mama é o segundo mais comum entre as mulheres, correspondendo cerca de 25% de novos casos a cada ano. O INCA estima que em 2016 ocorram 57.960 novos casos de câncer de mama. **Objetivo:** realizar uma revisão de literatura sobre os benefícios do exercício físico em mulheres com câncer de mama. **Metodologia:** Revisão não sistemática de literatura, orientada pela busca bibliográfica nas seguintes bases de dados: Pubmed, PEDro, Scielo. As buscas foram realizadas nos idiomas português e inglês, no período de Outubro a Novembro de 2016. **Resultados e Discussão:** Foram consultados 8 artigos científicos, os estudos analisaram os efeitos do exercício físico em mulheres diagnosticadas com câncer de mama nas várias etapas do tratamento do câncer. Os autores demonstraram que o exercício físico melhora a fadiga, aptidão física, força muscular, capacidade funcional, dor e a qualidade de vida, quando executado juntamente com o tratamento padrão do câncer, nas várias fases do tratamento. **Conclusão:** O exercício físico mostrou ser eficaz e seguro para auxiliar no tratamento de mulheres diagnosticadas com câncer de mama, podendo ser realizado durante e após todo o tratamento do câncer. **Considerações Finais:** Os artigos analisados não demonstraram qual o tipo de exercício e qual a intensidade seria melhor para cada fase do tratamento, sendo necessários mais estudos que abordem essa temática.

Palavras-chave: Exercício Físico, Câncer de mama, Qualidade de vida

¹ Graduado em Fisioterapia; herbert__23@hotmail.com

² Doutora em Fisiologia e Biofísica; carlajeaneaguiar@yahoo.com.br