

EFEITOS DO MÉTODO PILATES NAS ALTERAÇÕES FUNCIONAIS DO OMBRO NO PÓS-OPERATÓRIO TARDIO DO CÂNCER DE MAMA

Vilas Boas, V.F.¹, Thesolim, B.L.¹, Gonçalves, A.C.¹, Sossai, F.A.F.¹, Francisco, A.F.¹, Rezende, L.F.¹

¹UNIFAE, São João da Boa Vista, Brasil
E-mail: vanessavilasboas@fae.br

INTRODUÇÃO

O câncer de mama é o segundo tipo de câncer mais comum entre as mulheres e, diversos prejuízos na qualidade de vida e capacidade funcional são acarretados pelo tratamento [1].

O objetivo deste trabalho foi avaliar os efeitos do Método Pilates nas alterações funcionais do ombro no pós-operatório tardio de câncer de mama.

METODOLOGIA

As avaliações foram realizadas em 3 momentos: admissional, 30 e 90 dias após a aplicação do Método Pilates utilizando o estúdio de Pilates.

O volume dos membros superiores foi avaliado através da fórmula de Cone Truncado [2]. Para avaliação das queixas quanto ao membro superior foi perguntado sobre a sensação de peso, formigamento, dormência e inchaço nos membros superiores. A avaliação da ADM foi realizada utilizando um goniômetro [3]. Foi utilizado alguns testes ortopedicos especiais para avaliar a integridade do músculo bíceps braquial (Speed, Yergason e Ludington) [4]. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa sob CAAE 90444518.5.0000.5382.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliadas 25 mulheres com idade média de 57,5 anos ($\pm 12,4$) e média de tempo de cirurgia de 6,3 ($\pm 4,96$) anos.

Utilizando a fórmula de Volume de Cone truncado, inicialmente as pacientes apresentaram volume de 725 \pm 130ml ($p=0,21$) no membro superior homolateral à cirurgia (MSH), após 30 dias 723 \pm 126ml ($p=0,74$), e após 90 dias 710 \pm 107ml ($p=0,49$); não houve diferença significativa no volume do MSH, e também não houve diferença do lado contralateral a cirurgia.

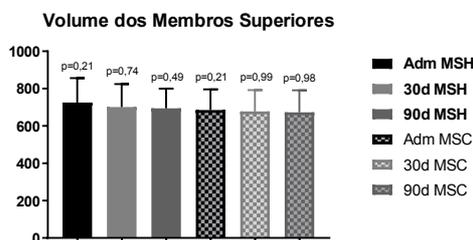


Figura 1. Gráfico representando o volume obtido por meio da Fórmula de Volume de Cone do membro superior homolateral (MSH) e contralateral (MSC).

As queixas de sensação de peso, formigamento, dormência e inchaço nos membros superiores reduziram após 90 dias de Pilates ($p=0,018$).

Quanto a ADM de ombro, houve um aumento apenas nos movimentos de flexão e abdução, os mais comprometidos inicialmente; sem alteração os demais movimentos, conforme tabela 1.

Tabela 1 – ADM de flexão e abdução de ombro apresentados em média \pm desvio padrão e p valor.

ADM	Av. Adm.	30 dias	90 dias	P valor
Flexão	128,8 ($\pm 16,7$)	134,5 ($\pm 18,6$)	138,1 ($\pm 19,5$)	0,05 8
Abdução	121,7 ($\pm 25,5$)	131,7 (± 28)	138,8 ($\pm 28,7$)	0,00 0

Quanto a integridade do tendão da cabeça longa do músculo bíceps braquial foram realizados os testes de Speed (redução da dor em 28%; de 88% para 60%), Yergason (redução da dor em 60%; de 68% para 8%) e Ludington (redução da dor em 20%; de 48% para 28% das mulheres), contudo, houve uma redução na positividade de todos os testes realizados.

CONCLUSÃO

Ao final do programa de exercícios sugere-se que o Método Pilates é uma prática segura para pacientes no pós-operatório de câncer de mama, pois não alterou o volume do membro superior, reduziu as queixas, melhorou a ADM, além de reduzir a dor indicativa de tendinite de ombro.

AGRADECIMENTOS

Ao CNPQ que financia este projeto.

REFERÊNCIAS

- Bregagnol RK, Dias AS. Alterações funcionais em mulheres submetidas a cirurgia de mama com linfedemectomia axilar total. Revista Brasileira de Cancerologia, 2010; vol 56(1)p. 25-33.
- Lacomba MT, Sánchez MJY, Goñi AZ, Merino DP, et al. Effectiveness of early physiotherapy to prevent lymphoedema after surgery for breast cancer: randomized, single blinded, clinical trial. BMJ. 2010;340:b5396:1-8.

3. Marques AP. Manual de goniometria. 2a ed. Barueri: Manole, 2003.
4. Magee DJ. Avaliação musculoesquelética. 5 ed. Manole, 2010.