

A atividade física como Intervenção de Enfermagem durante a quimioterapia: Revisão Integrativa

Carla Sílvia Fernandes¹; Bruno Magalhães¹; Célia Santos²

¹Escola Superior de Saúde de Santa Maria; ²Escola de Enfermagem do Porto

Contacto de e-mail: carlasilviaf@gmail.com

Introdução & objetivos: Fadiga, ansiedade e depressão são sintomas frequentemente reportados nos doentes com cancro submetidos a quimioterapia (Gokal et al., 2016). As intervenções para ajudar a pessoa a lidar com os sintomas incluem intervenções diversas, nomeadamente ensino, psicoterapia, terapia comportamental, assim como, o exercício físico (Midtgaard et al., 2011). É descrita a eficácia de intervenções na atividade física durante a quimioterapia (Backman, et al., 2014; Courneya et al., 2013; Yang et al., 2011) mas existe variabilidade no tipo e no tempo destinado a estas intervenções. Este estudo teve por objetivo identificar e descrever as intervenções de atividade física aplicadas em doentes submetidos a quimioterapia através de uma revisão integrativa.

Metodologia: Realizamos uma revisão integrativa da literatura no sentido de obter a mais recente evidência sobre os programas de atividade física existentes durante a quimioterapia. Iniciou-se o percurso pela formulação da questão, segundo a estratégia PICO. Nesta revisão, foram incluídos estudos que incluíssem indivíduos com idade superior a 18 anos, portadores de doença oncológica, independentemente da localização anatómica, em tratamento ativo de quimioterapia, abordando intervenções de atividade física durante o tratamento de quimioterapia, com avaliação dos resultados nos sintomas ou comportamento de saúde, que fossem estudos primários e que tenham sido publicados em português ou inglês. A pesquisa foi conduzida de forma independente por dois investigadores que integram um projeto mais alargado sobre a quimioterapia na doença oncológica, procurando identificar todos os artigos publicados nos últimos 10 anos (até fevereiro de 2017), nas bases de dados eletrónicas MEDLINE e CINAHL.

Resultados e discussão: Foram identificadas 1266 referências, tendo a seleção por título e resumo resultado em 28 referências. Após a leitura dos 28 artigos na íntegra, foram excluídas 15. Dois dos estudos apenas descrevem o desenho do estudo sem a sua aplicação, cinco dos estudos integram participantes com outros tratamentos oncológicos que não a quimioterapia, sete dos artigos resultam da pesquisa realizada pelos mesmos autores junto dos mesmos participantes e apresentados em artigos contemplados na amostra, e por último um dos artigos é um estudo secundário.

Assim, no total foram incluídos 13 artigos, A análise dos mesmos permitiu identificar quatro temáticas relevantes, participantes dos programas, tipo de exercício prescrito, atividades auto gerenciadas versus supervisionadas, duração do exercício, e benefícios.

Conclusões: O benefício do exercício é evidente para a pessoa portadora de doença oncológica durante a quimioterapia. As intervenções e programas de atividade física podem ajudar a gerir os sintomas como fadiga, ansiedade e depressão. Os enfermeiros devem incentivar e potenciar a aplicação destas estratégias no início do tratamento de quimioterapia e durante o maior tempo possível.

Palavras-chave: *Quimioterapia; Cancro; Exercício.*

Referências bibliográficas:

Gokal, K., et al. (2016). "Effects of a self-managed home-based walking intervention on psychosocial health outcomes for breast cancer patients receiving chemotherapy: a randomised controlled trial." *Supportive Care In Cancer: Official Journal Of The Multinational Association Of Supportive Care In Cancer* 24(3): 1139-1166.

Midtgaard, J., et al. (2011). "Exercise may reduce depression but not anxiety in self-referred cancer patients undergoing chemotherapy. Post-hoc analysis of data from the 'Body & Cancer' trial." *Acta Oncologica (Stockholm, Sweden)* 50(5): 660-669.

Courneya, K. S., et al. (2013). "Effects of exercise dose and type during breast cancer chemotherapy: multicenter randomized trial." *Journal Of The National Cancer Institute* 105(23): 1821-1832.

Yang, C.-Y., et al. (2011). "Effects of a home-based walking program on perceived symptom and mood status in postoperative breast cancer women receiving adjuvant chemotherapy." *Journal Of Advanced Nursing* 67(1): 158-168.

Backman, M., et al. (2014). "A randomized pilot study with daily walking during adjuvant chemotherapy for patients with breast and colorectal cancer." *Acta Oncologica* 53(4): 510-520.