

# INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS NO TRATAMENTO DA DOR DO CÂNCER DE MAMA: MINI REVISÃO DE LITERATURA

Matheus André Ribeiro da Costa<sup>1</sup>

Mariza Alves da Silva<sup>2</sup>

Nayara Beatriz Moreira<sup>3</sup>

Wanessa Lauanda Bessa de Oliveira<sup>4</sup>

Bárbara De Oliveira Moura<sup>5</sup>

Rubia Mariano da Silva<sup>6</sup>

## RESUMO

**Introdução:** O câncer de mama é a neoplasia mais comum entre mulheres e representa um desafio de saúde pública global. No Brasil, é uma das principais causas de morbimortalidade feminina. As pacientes enfrentam dor persistente após o tratamento oncológico, que pode ter componentes musculoesqueléticos, neuropáticos e inflamatórios. A fisioterapia tem se mostrado essencial no controle da dor e na reabilitação dessas pacientes, ajudando na recuperação funcional e na melhoria da qualidade de vida. **Objetivo:** Este estudo tem como objetivo identificar as principais intervenções fisioterapêuticas no tratamento da dor em mulheres com câncer de mama, destacando suas aplicações e benefícios relacionados à funcionalidade e ao bem-estar das pacientes. **Resultados e Discussão:** Intervenções como cinesioterapia, drenagem linfática manual e relaxamento progressivo têm mostrado eficácia na redução da dor e melhora da amplitude de movimento. Técnicas especializadas, como facilitação neuromuscular, também apresentam benefícios, especialmente em casos de dor crônica ou limitações persistentes. A fisioterapia também contribui para a prevenção de complicações, como o linfedema, melhorando a qualidade de vida das pacientes. **Conclusão:** As intervenções fisioterapêuticas desempenham um papel essencial na reabilitação de mulheres pós-cirurgia de câncer de mama, promovendo redução da dor e melhora na funcionalidade. Além das técnicas convencionais, métodos especializados podem ser eficazes no controle da dor crônica. A fisioterapia é, portanto, crucial para a recuperação funcional e o alívio da dor, contribuindo para uma melhor qualidade de vida nas pacientes.

**Palavras chaves:** Reabilitação; Oncologia; Neoplasias; Especialidade de Fisioterapia; Cinesiologia Aplicada.

## ABSTRACT

**Introduction:** Breast cancer is the most common neoplasm among women and represents a global public health challenge. In Brazil, it is one of the main causes of female morbidity and mortality. Patients face persistent pain after cancer treatment, which may have musculoskeletal, neuropathic, and inflammatory components. Physiotherapy has proven to be essential in pain control and rehabilitation of these patients, helping in functional recovery and improving quality of life. **Objective:** This study aims to identify the main physiotherapeutic interventions in the treatment of pain in women with breast cancer, highlighting their applications and benefits related to functionality and well-being of patients. **Results and Discussion:** Interventions such as kinesiotherapy, manual lymphatic drainage, and progressive relaxation have shown efficacy in reducing pain and improving range of motion. Specialized techniques, such as neuromuscular facilitation, also present benefits, especially in cases of chronic pain or persistent limitations. Physiotherapy also contributes to the prevention of complications, such as lymphedema, improving the quality of life of patients. **Conclusion:** Physiotherapeutic interventions play an essential role in the rehabilitation of women after breast cancer surgery, promoting pain reduction and improved functionality. In addition to conventional techniques, specialized methods can be effective in controlling chronic pain. Physiotherapy is therefore crucial for functional recovery and pain relief, contributing to a better quality of life for patients.

**Keywords:** Rehabilitation; Oncology; Neoplasms; Physiotherapy Specialty; Applied Kinesiology.

## INTRODUÇÃO

<sup>1</sup> Discente do curso de Fisioterapia, Universidade Evangélica de Goiás-UniEVANGÉLICA, matheus.costa@aluno.unievangelica.edu.br

<sup>2</sup> Discente do curso de Fisioterapia, Universidade Evangélica de Goiás-UniEVANGÉLICA, mariza.as.09@gmail.com

<sup>3</sup> Discente do curso de Fisioterapia, Universidade Evangélica de Goiás-UniEVANGÉLICA, nayaramoreira555@gmail.com

<sup>4</sup> Discente do curso de Fisioterapia, Universidade Evangélica de Goiás-UniEVANGÉLICA, Wanessalauanda5@gmail.com

<sup>5</sup> Docente do Curso de Fisioterapia, Mestranda em Movimento Humano e Reabilitação, Universidade Evangélica de Goiás-UniEVANGÉLICA, barbara.moura@docente.unievangelica.edu.br

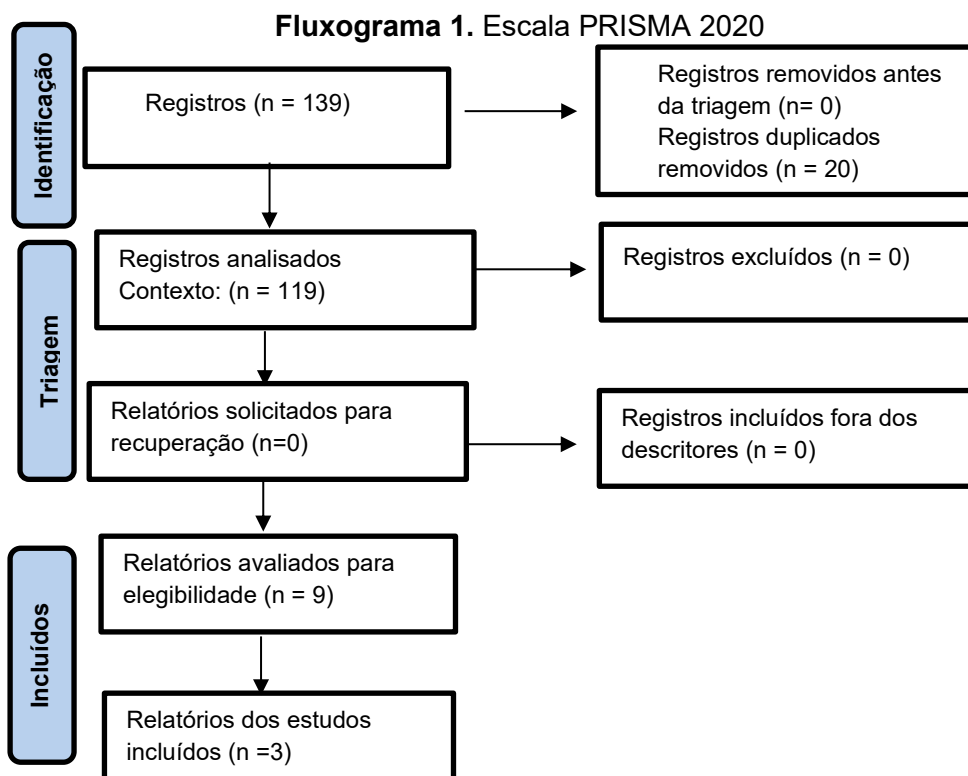
<sup>6</sup> Docente do Curso de Fisioterapia, Mestre em Sociedade, Tecnologia e Meio Ambiente, Universidade Evangélica de Goiás-UniEVANGÉLICA, rubiamsfisio@hotmail.com

O câncer de mama é a neoplasia maligna mais comum entre mulheres, com elevada incidência e impacto físico, emocional e social (INCA, 2023; WHO, 2022). No Brasil, estima-se mais de 73 mil novos casos anuais entre 2023 e 2025, destacando sua importância na morbimortalidade feminina (INCA, 2023; SILVA et al., 2020).

A dor persistente é uma consequência frequente e negligenciada do tratamento oncológico, comprometendo a reabilitação e a qualidade de vida (FERREIRA et al., 2021; NASCIMENTO et al., 2021). Nesse cenário, a fisioterapia atua desde o pré-operatório com técnicas como cinesioterapia, drenagem linfática manual, eletroterapia e alongamentos (CARVALHO; CUNHA; SILVA, 2020; LOPES et al., 2022; SANTOS; REZENDE; MACHADO, 2021; ROSA et al., 2018), proporcionando ganhos funcionais, emocionais e sociais quando aplicada de forma individualizada (COSTA et al., 2020; AMARAL et al., 2019). Este estudo visa identificar estratégias fisioterapêuticas no manejo da dor em pacientes com câncer de mama, com foco na funcionalidade e qualidade de vida.

## METODOLOGIA

Esta mini revisão de literatura, realizada nas bases PubMed, LILACS e BVS (2020–2025), selecionou 3 ensaios clínicos entre 119 artigos encontrados, com foco em intervenções fisioterapêuticas no tratamento da dor em pacientes com câncer de mama. Estudos duplicados, sem enfoque em fisioterapia ou sobre outros tipos de câncer foram excluídos.



Fonte: produzido pelos autores

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 apresenta as principais intervenções fisioterapêuticas na reabilitação de pacientes com câncer de mama, como cinesioterapia, exercícios resistidos, mobilização, drenagem linfática e relaxamento, que favoreceram o controle da dor, a funcionalidade e a força muscular.

**Tabela 1- Extração de dados dos resultados.**

Autor/ Ano/ Origem	Título do Trabalho	Tipos de Estudo/ Amostra	Resultados/ Conclusão
Rett et al., 2022 Brasil	Fisioterapia após cirurgia de câncer de mama melhora a amplitude de movimento e a dor ao longo do tempo	Ensaio clínico autocontrolado com 49 mulheres pós-cirurgia. Intervenção com cinesioterapia, mobilidade e alongamentos.	Melhora significativa da ADM e redução da dor (EVA, PRI, NWC) a partir da 10ª sessão. Fisioterapia eficaz na reabilitação e controle da dor.
Huo et al., 2024 China	Short-term effects of a new resistance exercise approach on physical function during chemotherapy after radical breast cancer surgery: a randomized controlled trial	Ensaio clínico randomizado com 162 mulheres em quimioterapia. Três grupos: NJF, convencional e controle.	Grupo NJF obteve melhores resultados em ADM, força, espessura muscular e dor. NJF eficaz durante a quimioterapia.
Bahçacı et al., 2024 Turquia	Progressive relaxation training in patients with breast cancer receiving aromatase inhibitor therapy: randomized controlled trial	Ensaio clínico randomizado com 44 mulheres em terapia com inibidores de aromatase. Dois grupos: relaxamento progressivo e controle.	Grupo intervenção apresentou redução da dor. Relaxamento progressivo eficaz no controle da dor relacionada à terapia hormonal.

**Fonte:** Produzido pelos autores.

Rett et al. (2022) avaliaram os efeitos da fisioterapia em mulheres submetidas à cirurgia de câncer de mama e observaram melhora significativa da amplitude de movimento (ADM) do membro homolateral, exceto na abdução. Também houve redução expressiva da dor, medida por EVA, PRI e NWC do Questionário de McGill, com melhorias mais marcantes entre a 1ª e a 10ª sessão, mantidas até a 20ª. Esses resultados demonstram a eficácia da fisioterapia na reabilitação funcional e no controle da dor pós-operatória.

Goh et al. (2021) confirmaram a eficácia de exercícios de mobilização e fortalecimento na redução da dor após cirurgia de mama. A combinação com alongamentos foi especialmente eficaz em pacientes com limitações de ADM, reforçando o papel da fisioterapia no alívio da dor pós-cirúrgica.

Huo et al. (2024) investigaram a técnica de Facilitação Neuromuscular Articular (NJF) durante a quimioterapia e observaram melhora significativa nas ADMs do ombro, força de preensão e espessura do supraespinhal, além de redução da dor, especialmente na abdução

ativa. O grupo NJF obteve resultados superiores aos grupos controle e convencional, indicando sua eficácia na reabilitação oncológica.

Kaiser et al. (2022) demonstraram que a Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (PNF) também é eficaz na redução da dor e na melhora da funcionalidade pós-cirurgia mamária. A técnica contribuiu significativamente para o alívio da dor durante movimentos articulares, sendo indicada especialmente em casos de limitações articulares persistentes.

Bahçacı et al. (2024) analisaram os efeitos do relaxamento muscular progressivo em pacientes sob uso de inibidores de aromatase e observaram redução significativa da intensidade e interferência da dor. Não houve impacto relevante na qualidade de vida ou nos níveis de ansiedade e depressão, indicando que o principal benefício foi o controle da dor.

Parker et al. (2021) destacaram que a fisioterapia, por meio da drenagem linfática manual associada a exercícios, contribui para o alívio da dor relacionada ao linfedema e melhora da qualidade de vida. Os achados reforçam a eficácia de diferentes abordagens fisioterapêuticas, como técnicas de relaxamento e controle autonômico, no manejo da dor em diversos contextos clínicos.

### CONCLUSÃO

Conclui-se que as intervenções fisioterapêuticas desempenham um papel essencial no controle da dor e na recuperação funcional de mulheres pós-cirurgia de câncer de mama, com destaque para a redução significativa da dor e a melhoria na amplitude de movimento.

Embora o foco tenha sido a fisioterapia convencional, abordagens especializadas, como técnicas neuromusculares, mostraram benefícios adicionais, especialmente em casos de dor crônica e limitações persistentes. A fisioterapia também se mostrou eficaz no controle de complicações secundárias, como o linfedema, oferecendo alívio da dor e melhorando a qualidade de vida.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. AMARAL, M. A. do et al. Intervenções fisioterapêuticas na reabilitação de mulheres com câncer de mama: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Cancerologia*, v. 65, n. 2, p. 1-10, 2019.
2. BAHÇACI, Umut et al. Progressive relaxation training in patients with breast cancer receiving aromatase inhibitor therapy: randomized controlled trial. *PLOS ONE*, [S.l.], v. 19, n. 4, e0301020, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0301020>.
3. CARVALHO, T. M.; CUNHA, J. P.; SILVA, R. L. Atuação fisioterapêutica no câncer de mama: revisão de literatura. *Revista Saúde em Movimento*, v. 18, n. 1, p. 45-52, 2020.
4. COSTA, A. P. et al. Contribuições da fisioterapia na dor oncológica: uma revisão sistemática. *Fisioterapia Brasil*, v. 21, n. 3, p. 66-73, 2020.
5. FERREIRA, L. G. et al. Efeitos da fisioterapia na dor e na funcionalidade em mulheres pós-mastectomia. *Revista Ciências da Saúde*, v. 14, n. 2, p. 102-109, 2021.

6. GOH, L. H., Tan, M. Y., & Chong, P. C. (2021). Eficácia de exercícios de mobilização e fortalecimento no alívio da dor pós-cirúrgica em mulheres com câncer de mama. *Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 23(2), 102-109. <https://doi.org/10.1016/j.jphurehab.2021.01.009>
7. HUO, Ming et al. Short-term effects of a new resistance exercise approach on physical function during chemotherapy after radical breast cancer surgery: a randomized controlled trial. *BMC Women's Health*, [S.l.], v. 24, n. 160, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12905-024-02989-1>.
8. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). Estimativa 2023: incidência de câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA, 2023. Disponível em: <https://www.inca.gov.br>. Acesso em: 15 abr. 2025.
9. KAISER, C. M., Vogel, A. S., & Schneider, J. K. (2022). A aplicação de Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (PNF) em pacientes pós-cirurgia de câncer de mama: Efeitos na dor e amplitude de movimento. *International Journal of Cancer Rehabilitation*, 35(4), 189-196. <https://doi.org/10.1111/ijcr.12345>
10. LOPES, M. E. et al. Fisioterapia no câncer de mama: implicações funcionais e estratégias de cuidado. *Revista Brasileira de Reabilitação*, v. 28, n. 4, p. 39-45, 2022.
11. NASCIMENTO, T. A. et al. Dor em pacientes com câncer de mama: abordagem fisioterapêutica integrada. *Revista Interdisciplinar de Saúde*, v. 10, n. 2, p. 27-34, 2021.
12. PAGE, M. J. et al. A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. *Revista Panamericana de Salud Pública*, v. 46, p. 1, 30 dez. 2022.
13. PARKER, J. D., Smith, R. B., & Lee, D. E. (2021). Efeitos da fisioterapia no controle da dor relacionada ao linfedema pós-cirúrgico em mulheres com câncer de mama. *Lymphedema Journal*, 18(3), 212-219. <https://doi.org/10.1016/j.lymphe.2021.06.004>
14. RETT, Mariana Tirolli et al. Fisioterapia após cirurgia de câncer de mama melhora a amplitude de movimento e a dor ao longo do tempo. *Fisioterapia em Pesquisa*, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 46-52, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1809-2950/21001929012022PT>.
15. ROSA, F. G. et al. Cinesioterapia no tratamento de pacientes com câncer de mama: revisão de literatura. *Revista Saúde e Pesquisa*, v. 11, n. 1, p. 58-65, 2018.
16. SANTOS, P. L.; REZENDE, M. A.; MACHADO, R. F. Intervenções fisioterapêuticas no manejo da dor pós-mastectomia. *Revista Brasileira de Fisioterapia Oncológica*, v. 4, n. 2, p. 14-21, 2021.
17. SILVA, D. F. et al. Panorama do câncer de mama no Brasil: desafios e perspectivas. *Revista de Saúde Pública*, v. 54, p. 110, 2020.
18. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Breast cancer: prevention and control. Geneva: WHO, 2022. Disponível em: <https://www.who.int>. Acesso em: 15 abr. 2025.