

ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE MULHERES NO PÓS-OPERATÓRIO DE MASTECTOMIA: MINI REVISÃO DE LITERATURA

Claudia Meyr Martins Ramos ¹
Fernanda Alléxia Abreu Mendes ¹
Geovana Dutra de Oliveira ¹
Gabrielly dos Santos Muller ¹
Iasmyn Cristiny Ferreira Alves ¹
Paula Izadora Machado da Costa ¹
Thatilla Jeffita Queiroz De Paula ¹
Rubia Mariano da Silva ²

Resumo expandido

1. Discentes do curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás-UniEVANGÉLICA.
2. Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás-UniEVANGÉLICA

Resumo

Introdução: O câncer de mama é uma neoplasia maligna frequente que afeta mulheres e pode comprometer a qualidade de vida. Seu tratamento, que inclui cirurgia como a mastectomia, além de quimioterapia e radioterapia, pode causar complicações como dor, limitação de movimento, fraqueza muscular e linfedema. Nesse contexto, a fisioterapia é fundamental na reabilitação, auxiliando na redução da dor, melhora da capacidade funcional e retorno às atividades diárias. **Objetivo:** Conhecer através da revisão bibliográfica a atuação da fisioterapia no pós-operatório do câncer de mama, destacando sua importância na prevenção de complicações, na reabilitação funcional e na melhoria da qualidade de vida de pacientes submetidas à mastectomia. **Metodologia:** Essa mini revisão analisou 3 estudos científicos publicados entre 2021 e 2025, que investigaram a atuação da fisioterapia no pós-operatório do câncer de mama, incluindo efeitos na dor, amplitude de movimento e a importância das orientações fisioterapêuticas na reabilitação e qualidade de vida. **Resultados:** Os resultados mostram que a fisioterapia no pós-operatório de mastectomia promove melhora da amplitude de movimento e redução da dor, além de ajudar na prevenção de complicações como linfedema. As pacientes também relatam limitações funcionais e desconfortos no dia a dia. Observou-se que orientações pós-operatórias adequadas melhoram a recuperação e a qualidade de vida, enquanto sua ausência dificulta a reabilitação. **Conclusão:** A fisioterapia no pós-operatório do câncer de mama é essencial para recuperar a mobilidade, reduzir a dor, prevenir complicações e melhorar a qualidade de vida das pacientes.

Palavras-Chave: “Câncer de mama”; “Mastectomia”; “Fisioterapia oncológica”; “Reabilitação funcional”.

Abstract

Introduction: Breast cancer is a common malignant neoplasm that affects women and may compromise quality of life. Its treatment, which includes surgery such as mastectomy, as well as chemotherapy and radiotherapy, may cause complications such as pain, limited range of motion, muscle weakness, and lymphedema. In this context, physical therapy plays a fundamental role in rehabilitation, helping to reduce pain, improve functional capacity, and facilitate the return to daily activities. **Objective:** To investigate, through a literature review, the role of physical therapy in the postoperative period of breast cancer, highlighting its importance in preventing complications, promoting functional rehabilitation, and improving the quality of life of patients undergoing mastectomy. **Methodology:** This mini-review analyzed three scientific studies published between 2021 and 2025 that investigated the role of physical therapy in the postoperative period of breast cancer, including its effects on pain, range of motion, and the importance of physiotherapeutic guidance in rehabilitation and quality of life. **Results:** The results show that physical therapy in the postoperative period following mastectomy promotes improvement in range of motion and pain reduction, in addition to helping prevent complications such as lymphedema. Patients also reported functional limitations and discomfort in daily activities. It was observed that appropriate postoperative guidance improves recovery and quality of life, whereas the absence of such guidance hinders rehabilitation. **Conclusion:** Physical therapy in the postoperative period of breast cancer is essential for restoring mobility, reducing pain, preventing complications, and improving patients' quality of life.

Keywords: “Breast Cancer”; “Mastectomy”; “Oncologic Physical Therapy”; “Functional Rehabilitation”.

Introdução

O câncer de mama é uma das neoplasias malignas mais prevalentes entre as mulheres, sendo uma importante causa de morbidade e mortalidade no Brasil e no mundo. Caracteriza-se pelo crescimento desordenado de células anormais da mama, podendo invadir tecidos adjacentes e disseminar-se para outras regiões do corpo. Apesar dos avanços no diagnóstico precoce e nas estratégias terapêuticas, muitas pacientes ainda são diagnosticadas em estágios avançados, o que impacta diretamente no prognóstico e na qualidade de vida^{1,2}.

O tratamento do câncer de mama pode envolver cirurgia (mastectomia ou procedimentos conservadores), quimioterapia, radioterapia e hormonioterapia. Entretanto, essas intervenções frequentemente estão associadas a complicações pós-operatórias, como dor, limitação da amplitude de movimento, fraqueza muscular, linfedema, alterações sensitivas e prejuízos nas atividades de vida diária, comprometendo a funcionalidade e a qualidade de vida das pacientes^{3,2}.

A fisioterapia oncológica desempenha um papel fundamental na reabilitação dessas mulheres, atuando na prevenção e no tratamento das complicações decorrentes do procedimento cirúrgico. Contribui para o aumento da amplitude de movimento, redução da dor e melhora da capacidade funcional, favorecendo a retomada das atividades diárias. Além disso, orientações no pós-operatório são essenciais para minimizar limitações e auxiliar na recuperação, destacando sua importância na qualidade de vida das pacientes submetidas à mastectomia.

Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa com abordagem qualitativa e quantitativa, composta por três estudos publicados entre 2021 e 2025, que investigaram a atuação da fisioterapia no pós-operatório de mulheres submetidas à mastectomia.

Foram incluídos estudos que abordassem a reabilitação fisioterapêutica com foco em dor, amplitude de movimento, linfedema, funcionalidade e percepção das pacientes, sendo excluídos aqueles que não tratavam diretamente do pós-operatório ou apresentavam dados incompletos.

Os descritores e operadores booleanos utilizados na busca incluíram: “Breast Cancer” OR “Mastectomy” AND “Physiotherapy” AND “Rehabilitation” AND “Postoperative Care”, definidos de acordo com o Medical Subject Headings (MeSH).

A amostra incluiu: um estudo quantitativo com 20 mulheres, utilizando entrevistas e questionário; um ensaio clínico autocontrolado com 49 mulheres, com avaliação por goniometria, Escala Visual Analógica (EVA) e Questionário de McGill; e um estudo qualitativo com 38 mulheres, baseado em entrevistas analisadas pela técnica de Bardin.

A análise dos artigos foi realizada de forma comparativa e descritiva, considerando os objetivos, métodos, amostra, intervenções e principais resultados apresentados em cada estudo, com o intuito de sintetizar as evidências sobre a importância da fisioterapia na reabilitação de mulheres submetidas à mastectomia.

Resultados

Tabela 1. Síntese dos estudos sobre fisioterapia no pós-operatório de mastectomia

Autores (ano)	Objetivos	Metodologia	Intervenção	Resultados
Coelho <i>et al.</i> (2021) - A importância da fisioterapia no pós-operatório de mastectomia.	Avaliar a importância da fisioterapia na prevenção de sequelas pós-mastectomia.	Pesquisa com 20 mulheres que já tiveram câncer de mama. Questionário com 17 perguntas via Google Forms sobre a experiência das mulheres após a mastectomia.	Exercícios, orientações e cuidados precoces para prevenir complicações e melhorar a função.	90% sem complicações; 20% apresentaram linfedema. 65% com redução da mobilidade articular.
Rett <i>et al.</i> (2022) - Fisioterapia após cirurgia de câncer de mama melhora a ADM e dor.	Comparar ADM e dor no membro superior ao longo do tratamento.	49 mulheres pós-cirurgia de mama. Avaliação da ADM com o goniômetro e da dor com a EVA e questionário de McGill	Cinesioterapia com exercícios, alongamentos, mobilizações e orientações (20 sessões).	Houve melhora progressiva da ADM e redução da dor ao longo das sessões.
Júnior <i>et al.</i> (2025) - Desafios e impacto das orientações pós-operatórias.	Analisar a percepção de mulheres mastectomizadas sobre desafios e orientações no pós-operatório.	Estudo com 38 mulheres submetidas à mastectomia. Com Análise de Conteúdo de Bardin.	Não há intervenção direta; foco em orientações e educação em saúde.	Houve 61 incômodos. 21,05% não receberam orientação. Principais queixas: dor, edema e limitações nas AVDs.

Legenda: ADM: amplitude de movimento; EVA: Escala Visual Analógica; McGill: Questionário de Dor de McGill e AVDs: atividades diárias.

Fonte: A autoria Própria (2026)

A fisioterapia desempenha papel fundamental na reabilitação de mulheres no pós-operatório de mastectomia, atuando na prevenção de complicações como linfedema, perda de força muscular e redução da amplitude de movimento. Em estudo com 20 mulheres, foram realizadas orientações e exercícios domiciliares, porém, apesar de 90% terem recebido orientações, apenas 50% aderiram ao tratamento, sendo observada redução da mobilidade em 65% e linfedema em 20% das pacientes¹.

Em ensaio clínico com 49 mulheres, foi aplicado um programa de cinesioterapia com exercícios, alongamentos e mobilizações ao longo de 20 sessões, com avaliação por goniometria e EVA. Observou-se melhora progressiva da amplitude de movimento do ombro e redução significativa da dor desde as primeiras sessões³.

No que se refere às orientações, estudo com 38 mulheres evidenciou que parte das pacientes não recebeu instruções ou não se recordava delas, sendo predominantemente verbais e pouco estruturadas. As principais queixas incluíram dor, edema e limitações nas atividades diárias, enquanto estratégias educativas, como vídeos, mostraram melhor aceitação².

De forma geral, os estudos demonstram que, embora a fisioterapia e a cinesioterapia sejam eficazes, ainda há falhas nas orientações e na adesão ao tratamento, impactando negativamente a reabilitação.

Conclusão

Diante do exposto, evidencia-se que a fisioterapia desempenha papel fundamental na reabilitação de mulheres no pós-operatório de mastectomia, contribuindo significativamente para a redução da dor, melhora da amplitude de movimento e prevenção de complicações, como o linfedema.

Entretanto, observa-se que, apesar do reconhecimento da sua importância, ainda existem falhas na adesão ao tratamento fisioterapêutico, muitas vezes relacionadas à insuficiência ou inadequação das orientações fornecidas às pacientes.

Nesse contexto, a cinesioterapia se destaca como uma intervenção eficaz, promovendo recuperação funcional precoce e melhora na qualidade de vida. Além disso, estratégias educativas mais

acessíveis e didáticas, como o uso de recursos visuais e tecnológicos, mostram-se essenciais para melhorar a compreensão, adesão ao tratamento e autonomia das pacientes.

Assim, reforça-se a necessidade de uma abordagem fisioterapêutica mais estruturada, contínua e centrada na paciente, visando potencializar os resultados da reabilitação e garantir uma recuperação mais eficiente e segura.

Referências Bibliográficas

1. COELHO, Carolina Nunes; OLIVEIRA, Erica Silva; FERNANDES, Selma; ARTUZO, Thaisa. **A importância da fisioterapia no pós-operatório de mastectomia.** *Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, v. 13, n. 3, 2021.
2. FIRMINO JÚNIOR, Jarson José et al. **Desafios enfrentados por mulheres mastectomizadas e o impacto das orientações pós-operatórias.** *REVISA*, v. 14, n. 2, p. 1569–1581, 2025.
3. RETT, Mariana Tirolli et al. **Fisioterapia após cirurgia de câncer de mama: melhora da amplitude de movimento e da dor ao longo do tempo.** *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 29, n. 1, p. 46–52, 2022.