

Bruna Cunha de Souza – Centro Universitário FMABC
Cintia Freire Carniel – Centro Universitário FMABC
Rodrigo Daminello Raimundo – Centro Universitário FMABC

Introdução

A atuação do fisioterapeuta durante a internação de pacientes oncohematológicos é de suma importância, visando manter sua funcionalidade e recuperar sua capacidade que muitas vezes é perdida durante seus tratamentos, em uma população que muitas vezes tem seu nível de atividade muito reduzido. A aplicação de exercícios terapêuticos durante a internação pode trazer inúmeros benefícios, porém é importante saber mensurar essas atividades para promover ganhos para esses pacientes, respeitando suas particularidades, principalmente nessa população, que muitas vezes são incentivados à não realizar atividade física, especialmente exercícios resistidos, já que ainda existem diversos questionamentos frente a esse tipo de atividade. Portanto, o objetivo deste estudo é avaliar a eficácia e segurança de exercícios resistidos em pacientes oncohematológicos durante a internação hospitalar.

Casuística e Métodos

Ainda existem diversas barreiras e dúvidas frente a utilização de exercícios resistidos em pacientes oncohematológicos, porém estudos recentes indicam que há diversos benefícios aos pacientes que realizam esse tipo de atividade. Faz-se necessário avaliar a real eficácia através de pesquisas que utilizam protocolos de exercícios com essa população, além de verificar a sua segurança.

A presente pesquisa trata-se de uma revisão sistemática da literatura, na qual o levantamento de dados foi realizado através de uma busca por artigos científicos indexados na base de dados eletrônica PUBMED, realizada no mês de abril de 2023 através da combinação dos descritores: "Hematological neoplasms", "Resistance training" e "Hospitalization". Foram incluídos artigos originais, no período de 2013 até 2023, que realizaram intervenções através de exercícios resistidos em pacientes com diagnósticos oncohematológicos que estavam hospitalizados, tanto na população adulta, quanto na população pediátrica.

Resultados

Após o levantamento de dados na PUBMED através dos descritores selecionados, foram selecionados 6 artigos, entre eles 3 são ensaios clínicos randomizados, 2 são estudos prospectivos, e por fim, 1 estudo observacional longitudinal. Todas as pesquisas foram feitas no ambiente hospitalar e apenas 1 avaliou os pacientes algumas semanas após a alta. Em suma, os autores obtiveram resultados positivos com os exercícios resistidos, não sendo registrado nenhum efeito adverso da terapia neste período, apenas uma pesquisa feita com a aplicação de exercícios de baixa intensidade não obteve resultados significantes.

Os exercícios resistidos foram eficazes nos pacientes oncohematológicos, trazendo ganhos como melhora da performance física, capacidade funcional e força muscular e redução da fadiga, mesmo após a internação hospitalar. Os protocolos aplicados se mostraram seguros para essa população, apesar de a maioria dos autores apenas realizar os exercícios nos dias que os pacientes apresentavam plaquetas maiores que 10.000 e hemoglobina acima de 6,5.

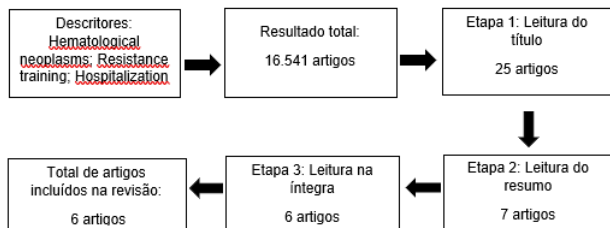


Figura 1. Fluxograma com as etapas da busca pelos artigos na base de dados PUBMED.

Resultados

Autor/ ano	Título	Objetivo
Fukushima et al, 2018	Low-intensity exercise therapy with high frequency improves physical function and mental and physical symptoms in patients with haematological malignancies undergoing chemotherapy	Investigar os efeitos da terapia com exercícios de baixa intensidade sobre os sintomas físicos e mentais em pacientes com neoplasias hematológicas em quimioterapia
Hacker et al, 2016	Strength Training to Enhance Early Recovery after Hematopoietic Stem Cell Transplantation	Determinar a eficácia de uma intervenção com exercício, treinamento muscular para melhorar a recuperação precoce de pacientes após transplante de células hematopoiéticas
Oechsle et al, 2013	Multimodal exercise training during myeloablative chemotherapy: a prospective randomized pilot trial	Avaliar os efeitos de exercícios aeróbicos e resistidos na performance física de pacientes internados em quimioterapia
Pahl et al, 2018	Feasibility of whole body vibration during intensive chemotherapy in patients with hematological malignancies – a randomized controlled pilot study	Comparar a aplicabilidade de um treino de resistência versus um grupo controle praticando exercícios aeróbicos
Schuler et al, 2015	Feasibility of an exercise programme in elderly patients undergoing allogeneic stem cell transplantation – a pilot study	Investigar a aplicabilidade de pacientes idosos submetidos à transplante de células hematopoiéticas
Wehrle et al, 2018	Endurance and resistance training in patients with acute leucemia undergoing induction chemotherapy—a randomized pilot study	Investigar dos efeitos do treino de resistência sobre a capacidade física e qualidade de vida de pacientes com leucemias agudas

Conclusões

Através dessa revisão ficou claro que os exercícios resistidos trazem benefícios e são seguros para os pacientes, porém ainda é importante focar em ensaios clínicos que possuem amostras maiores e que especifiquem a quantidade de atendimentos, quantidade de séries e repetições necessárias para obtermos resultados eficazes com os pacientes.

Contato

Bruna Cunha de Souza – brunacsouza98@gmail.com

Cintia Freira Carniel - cintia.carniel@fmabc.br

Rodrigo Daminello Raimundo - rodrigo.raimundo@fmabc.br